주 간 식 단 표

월/일	아 침	점 심	저 녁	죽	간식	kcal
2/14 월	혼합잡곡밥 들깨무채국 두부양념조림 참나물무침 김치	혼합잡곡밥 보리새우계란국 콩나물불고기 오이지무침 김치	혼합잡곡밥 된장찌개 옛날소시지전 우엉채조림 김치	들깨죽 낙지죽 두부죽	엠비피요구르트 마가렛/도라지차	1873kal 686
2/15 화	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 잡채어묵피망볶음 명엽채무침 김치	오곡밥 시래기된장국 갈치조림 시금치나물 김치	혼합잡곡밥 팽이두부국 계란장조림 애호박볶음 김치	콩나물죽 쇠고기죽 팽이죽	엔요 바나나	1838kal 675
2/16 수	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 참치야채볶음 무생채 김치	혼합잡곡밥 어묵쑥갓국 훈제오리야채볶음 콩나물무침 김치	혼합잡곡밥 부대찌개 찐만두/양념장 가지나물 김치	쇠고기죽 해물죽 들깨죽	앙팡 요플레	1899kal 701
2/17 목	혼합잡곡 감자수제비국 브로컬리새우살조림 쑥갓무침 김치	혼합잡곡 조갯살무국 소불고기 오이사과무침 김치	혼합잡곡밥 콩가루배추국 삼치조림 도토리묵무침 김치	새우살죽 쇠고기죽 콩가루죽	베지밀 미숫가루	1891kal 687
2/18 금	혼합잡곡밥 표고무국 계란찜 고사리나물 김치	혼합잡곡밥 설렁탕 두부조림 시금치나물 김치	혼합잡곡밥 꽃게탕 잡채 멸치견과류볶음 김치	계란죽 참깨죽 야채죽	이오 바나나	1897kal 685
2/19 토	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 오리불고기 건취나물 김치	혼합잡곡밥 도토리묵채국 닭고기꽈리장조림 깻잎지 김치	혼합잡곡밥 실파계란국 죽순해물볶음 연근생율조림 김치	흑임자죽 닭살죽 해물죽	베지밀 식혜	1890kal 660
2/20 일	혼합잡곡밥 아욱국 우민찌표고볶음 숙주나물 김치	혼합잡곡밥 호박새우젓국 꽁치김치찜 아몬드멸치볶음 김치	혼합잡곡밥 오징어무국 쇠고기우동볶음 상추치커리무침 김치	아욱된장죽 애호박죽 쇠고기죽	베지밀 영양갱	1893kal 695

* 65세 이상 노인(남, 여)1일 권장 칼로리 1,600kcal~ 2,000kcal
* 상기 메뉴는 업체수급사정으로 인해 변경될 수 있습니다.
* 쌀(국내산),김치(국내산),돈육(국내산),계육(국내산),쇠고기(호주산)을 사용합니다.
* 주간보호센터는 점심과 간식만 제공됩니다.

※작성자 영양사 박미자

- 부천삼광전문요양원 -