주 간 식 단 표

월/일	아 침	점 심	저 녁	죽	간식	kcal
4/11 월	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 계란찜 아몬드멸치볶음 김치	혼합잡곡밥 건새우무국 만두탕수 도라지오이무침 김치	혼합잡곡밥 김치콩나물국 고등어조림 감자채볶음 김치	쇠고기죽 흑임자죽 콩나물죽	엠비피요구르트 카스테라/요구르트	1805kal 651
4/12 화	혼합잡곡밥 북어국 새송이버섯볶음 도토리묵무침 김치	혼합잡곡밥 청국장 쇠고기메란장조림 어묵볶음 김치	혼합잡곡밥 닭개장 부추전 두룹/초장 김치	쇠고기죽 해물죽 닭살죽	앙팡 바나나	1860kal 681
4/13 수	혼합잡곡밥 연두부시금치탕 돈육숙주볶음 깻순나물 김치	혼합잡곡밥 사골곰탕 삼치무조림 브로컬리/초장 김치	혼합잡곡밥 감자다시마국 오리불고기 방풍나물무침 김치	시금치죽 사골죽 계란죽	검은콩베지밀 컵라면	1867kal 668
4/14 목	혼합잡곡 어묵쑥갓국 닭살야채볶음 근대나물 김치	혼합잡곡 부대찌개 우엉잡채 무나물 김치	혼합잡곡밥 시금치된장국 갈치조림 새송이버섯조림 김치	닭살죽 우엉죽 시금치죽	엔요 씨리얼/우유	1863kal 678
4/15 금	혼합잡곡밥 쇠고기무국 비엔나케찹조림 가지나물 김치	혼합잡곡밥 추어탕 순대볶음 근대무침 김치	혼합잡곡밥 만두국 훈제오리야채볶음 우민찌우엉조림 김치	쇠고기죽 흑임자죽 들깨죽	앙팡 찐감자	1892kal 686
4/16 토	혼합잡곡밥 해물순두부찌개 꽁치조림 애호박볶음 김치	혼합잡곡밥 콩비지찌개 불낙볶음 오이지무침 김치	혼합잡곡밥 아욱국 류산슬 치커리달래ㅊ무침 김치	순두부죽 쇠고기죽 해물죽	엠비피요구르트 초코파이/대추차	1869kal 676
4/17 일	혼합잡곡밥 콩가루배추국 두부조림 마늘쫑무침 김치	혼합잡곡밥 홍합살미역국 코다리조림 시금치무침 김치	혼합잡곡밥 새우젓계란탕 제육볶음 미나리무침 김치	두부죽 시금치죽 참깨죽	베지밀 요플레	1885kal 686

* 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 -