주 간 식 단 표

월/일	아 침	점 심	저 녁	죽	간식	kcal
6/20 월	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 돈채표고볶음 숙주나물무침 김치	혼합잡곡밥 동태찌개 치즈계란말이 오이생채 김치	혼합잡곡밥 배추된장국 두부닭고기샐러드 쑥갓무침 김치	쇠고기죽 동태살죽 닭살죽	베지밀 요플레	1857kal 656
6/21 화	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 우엉조림 아욱무침 김치	혼합잡곡밥 콩비지 오리불고기 얼갈이나물 김치	혼합잡곡밥 우거지버섯들깨탕 꽈리고추멸치볶음 가지나물 김치	해물죽 쇠고기죽 버섯죽	앙팡 모닝빵/딸기쨈	1874kal 665
6/22 수	혼합잡곡밥 조갯살쑥갓국 두부조림 명란젓갈 김치	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 고등어김치조림 노각무침 김치	혼합잡곡밥 오징어무국 곤약메추리알조림 브로컬리초무침 김치	두부죽 쇠고기죽 브로컬리죽	검은콩베지밀 요플레	1860kal 642
6/23 목	혼합잡곡 실파계란국 편북어찜 김가루무침 김치	혼합잡곡 우렁된장국 닭갈비 고구마순들깨나물 김치	혼합잡곡밥 김치콩나물국 죽순해물볶음 시금치나물 김치	계란죽 닭살죽 해물죽	앙팡 단호박찜	1860kal 690
6/24 금	혼합잡곡밥 들깨미역국 볼어묵피망조림 베이컨감자채볶음 김치	혼합잡곡밥 꽃게탕 돈까스 오이양파무침 김치	혼합잡곡밥 육개장 머위대볶음 마늘쫑무침 김치	들깨죽 해물죽 쇠고기죽	검은콩베지밀 카스타드/우유	1870kal 671
6/25 토	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 고등어무조림 치커리유자청무침 김치	열무비빔밥 (우민찌,고사리,콩나물) 유부맑은국 스크램블에그 김치	혼합잡곡밥 고추장찌개 돈육짜장볶음 도라지무나물 김치	근대죽 계란죽 들깨죽	엔요 생과일쥬스	1860kal 682
6/26 일	혼합잡곡밥 근대된장국 애호박새우젓볶음 오이지무침 김치	혼합잡곡밥 사골우거지국 임연수조림 상추겉절이 김치	혼합잡곡밥 호박새우젓국 참치김치볶음 도토리묵무침 김치	쇠고기죽 사골죽 참치죽	베지밀 씨리얼/우유	1860kal 697

* 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 -