주 간 식 단 표

월/일	아 침	점 심	저 녁	죽	간식	kcal
8/8 월	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 크레미오이볶음 부추겉절이 김치	혼합잡곡밥 알탕 제육볶음/상추쌈 미역줄기볶음 김치	혼합잡곡밥 감자국 계란찜 연근생율조림 김치	쇠고기죽 들깨죽 계란죽	앙팡 단팥빵/우유	1886kal 645
8/9 화	혼합잡곡밥 배추국 호박고지 숙주나물무침 김치	혼합잡곡밥 김치콩나물국 꽁치조림 청포묵무침 김치	혼합잡곡밥 유부된장국 느타리애호박볶음 실곤약무침 김치	쇠고기죽 콩나물죽 흑임자죽	베지밀 오뜨/쥬스	1892kal 683
8/10 수	혼합잡곡밥 들깨무채국 조기양념조림 낙지젓갈 김치	혼합잡곡밥 콩국수 오이양파무침 명란젓갈 김치	혼합잡곡밥 오리탕 두부조림 도라지무나물 김치	들깨죽 두부죽 버섯죽	엠비피요구르트 생과일쥬스	1890kal 670
8/11 목	혼합잡곡 쇠고기미역국 돈육계란장조림 상추겉절이 김치	혼합잡곡 닭곰탕 새송이버섯볶음 오복지 김치	혼합잡곡밥 콩비지찌개 너비아니구이 고사리나물 김치	쇠고기죽 닭살죽 콩가루죽	검은콩베지밀 미숫가루	1880kal 693
8/12 금	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 양념깻잎지 마늘쫑멸치볶음 김치	비빔밥 (콩나물,고사리.애호박,우민찌) 아욱된장국 스크램블에그 김치	혼합잡곡밥 소갈비탕 어묵볶음 사과오이초무침 김치	쇠고기죽 닭죽 계란죽	앙팡 마가렛/쥬스	1850kal 653
8/13 토	혼합잡곡밥 북어국 참치야채볶음 해파리냉채 김치	혼합잡곡밥 어묵탕 대패삼겹살볶음 김가루무침 김치	혼합잡곡밥 꽃게탕 계란장조림 꽃맛살팽이볶음 김치	참치죽 두부죽 맛살죽	베지밀 생과일쥬스	1883kal 687
8/14 일	혼합잡곡밥 감자국 수제소시지피망볶음 콩나물무침 김치	혼합잡곡밥 감자고추장찌개 임연수조림 들깨무나물 김치	혼합잡곡밥 순두부백탕 돈육짜장볶음 청경채무침 김치	쇠고기죽 감자죽 순두부죽	엔요 수박	1872kal 652

* 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 -