주 간 식 단 표

기 간 : 2023년 5 월 7 일 ~ 5 월 13일

	일(5/7)	월(5/8)	화(5/9)	수(5/10)	목(5/11)	금(5/12)	토(5/13)
아침	잡곡밥/영양죽 소고기미역국 두부조림 비름나물 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 두부무된장국 소고기가지볶음 숙주나물 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 감자양파부추국 코다리조림 상추쑥갓겉절이 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 두부새우젓국 새우브로콜리볶음 시금치나물 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 대구탕 참치캔김치조림 오이양파무침 김자반 포기김치	잡곡밥/영양죽 황태콩나물국 우사태장조림 브로콜리숙회 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 소불고기 애호박볶음 깻잎지무침 포기김치
점심	잡곡밥/영양죽 소고기뭇국 계란말이 참치캔감자조림 콩나물무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 설렁탕 한식잡채 두부조림 배추겉절이 깍두기	잡곡밥/영양죽 잔치국수 생새우튀김 배추겉절이 단무지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 얼갈이된장국 낙지야채볶음 감자채볶음 콩나물무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 김치콩나물국 수제돈까스 견과류멸치볶음 야채파인샐러드 포기김치	잡곡밥/영양죽 조갯살미역국 닭갈비 감자회오리튀김 오이미나리생채 포기김치	잡곡밥/영양죽 배추된장국 제육볶음/상추쌈 꽈리감자볶음 콩나물무침 포기김치
간식	윌	메치니코프	빵/야쿠르트	슈퍼100	과일	찐고구마/야쿠르트	베지밀/카스타드
저녁	잡곡밥/영양죽 아욱된장국 찹쌀꿔바로우탕수 양배추유자폰즈S 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 황태콩나물국 탕평채 가지나물 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 조갯살순두부찌개 계란양파전 미역크래미무침 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 꽃게탕 갈치구이 시금치나물 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 조갯살순두부찌개 소불고기 양배추쌈/쌈장 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 아욱된장국 새우마요크림 양배추샐러드 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 두부새우젓국 언양불고기 시금치나물 오복지무침 포기김치
영양 분석	열량 1,869kcal	열량 1,900kcal	열량 1,890kcal	열량 1,873kcal	열량 1,914 kcal	열량 1,849kcal	열량 1,832kcal

*위 식단은 사정에 따라 변동될 수 있습니다.(노인평균영양권장량 - 열량 : 1,600~2,000kcal 당질 : 240~300g 단백질 : 50~70g 지질 : 30~50g)

♣ 원산지 표시 : 사골(한우국내산), 소고기(국내산한우), 돼지고기(국내산), 닭,오리고기(국내산) , 대구(러시아), 고등어(노르웨이), 갈치(세네갈), 두부(국내산+수입산), 쌀(국내산), 배추김치(겉절이포함), (배추-국내산, 고춧가루-국내산) *당뇨식-(보리밥제공)*