

# 주간식단표

	영양사	과 장	사무국장	원 장
결재				

기간 : 2017년 8월 27일 ~ 9월 2일

	일(8/27)	월(8/28)	화(8/29)	수(8/30)	목(8/31)	금(9/1)	토(9/2)
아침	잡곡밥/영양죽 양파감자국 새우살청경채볶음 비름나물 오이지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 얼갈이된장국 갈치무조림 상추겉절이 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 배추된장국 코다리 조림 도토리묵/양념장 오이지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 얼갈이된장국 소고기감자볶음 청포묵김가루무침 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 두부감자된장국 북어채양념볶음 브로콜리숙회 오이지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 북어채무콩나물국 파리사태조림 청포묵김가루 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 계란찜 호박나물 깻잎지무침 포기김치
점심	잡곡밥/영양죽 근대된장국 소고기가지볶음 파리어묵조림 콩나물무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 두부감자된장국 돈육불고기 감자채볶음 비름나물 포기김치	잡곡밥/영양죽 팽이부추된장국 소고기카레소스 잡채말이튀김 단무지오이무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 육개장 한식잡채 두부조림 오이양파무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 잔치국수 새우부추만두찜 아삭이오이무침 배추겉절이 열무김치	잡곡밥/영양죽 동태찌개 해물부추전 멸치볶음 치커리생채 포기김치	잡곡밥/영양죽 배추된장국 고등어무조림 새송이아채볶음 미나리무침 포기김치
간식	월	카스텔라	슈퍼100	토마토	세븐	떡/요구르트	베지밀
저녁	잡곡밥/영양죽 소고기무국 계란말이 오이부추겉절이 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 꽃게탕 김치볶음/온두부 가지나물 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 아욱된장국 소고기버섯볶음 숙주나물 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 콩나물국 오리양념구이 양배추/상추쌈 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 근대된장국 돈육불고기 숙주나물 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 열무된장국 가자미구이 곤드레나물 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 두부감자된장국 소불고기 양배추쌈/쌈장 오이지무침 포기김치
영양 분석	열량 1,861kcal	열량 1,870kcal	열량 1,884kcal	열량 1,894kcal	열량 1,815kcal	열량 1,862kcal	열량 1,859 kcal

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

♣ 원산지 표시 : 소고기(국내산한우), 돼지고기(국내산), 닭,오리고기(국내산), 대구(러시아),고등어(노르웨이), 갈치(세네갈), 가자미(미국), 낙지(중국산)

쌀(국내산), 배추김치(겉절이포함), (배추-국내산, 고춧가루-국내산) \*당뇨식-(보리밥제공)\*

