주 간 식 단 표

결재	영양사	과 장	사무국장	원 장

기 간 : 2021년 1 월 17 일 ~ 1 월 23 일

	일(1/17)	월(1/18)	화(1/19)	수(1/20)	목(1/21)	금(1/22)	토(1/23)
아침	잡곡밥/영양죽 배추된장국 대구살무조림 쑥갓두부무침 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 동태찌개 어묵감자볶음 오이양파무침 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 시금치된장국 삼치김치조림 버섯두부소스무침 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 대구탕 참치캔김치볶음 연근조림 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 조갯살미역국 우사태버섯조림 멸치볶음 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 낙지연포탕 계란장조림 숙주나물 깻잎지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 계란찜 고사리나물 오복지무침 포기김치
점심	잡곡밥/영양죽 소고기버섯탕 두부구이조림 무생채 콩나물무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 콩나물김치국 어묵전/양념장 땅콩연근조림 오이생채 포기김치	잡곡밥/영양죽 잔치국수 고구마튀김 북어채오이무침 단무지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 얼갈이된장국 오리불고기/상추쌈 무생채/쌈무 부추미나리무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 육개장 고등어자반구이 꽈리감자조림 브로콜리숙회/ 포기김치	잡곡밥/영양죽 조갯살배춧국 소불고기 오이생채 리코타딸기S 포기김치	잡곡밥/영양죽 조갯살미역국 닭갈비 버섯야채볶음 상추겉절이 포기김치
간식	윌	귤	메치니코프	귤	슈퍼100	꽈배기/야쿠르트	베지밀
저녁	잡곡밥/영양죽 얼갈이된장국 오리불고기 양배추쌈/쌈장 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 두부무된장국 소고기잡채 브로콜리숙회 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 소고기뭇국 파래오징어전 콩나물무침 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 감자양파국 황태찜 섬초나물 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 근대된장국 계란말이 오이생채/ 조미김 포기김치	잡곡밥/영양죽 소고기뭇국 새우굴전 두부세발나물무침 오복지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 청국장 어묵잡채 새송이장조림 깻잎지무침 포기김치
영양분석	열량 1,869cal	열량 1,890kcal	열량 1,870kcal	열량 1,904kcal	열량 1,883 kcal	열량 1,928kcal	열량 1,878kcal

* 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(러시아), 낙지(중국산)
두부,콩(국내산). 쌀(국내산), 배추김치(겉절이포함), (배추-국내산, 고춧가루-국내산) *당뇨식-(보리밥제공)*