

기간: 2021년1월25일~2021년1월31일

(노인평균영양권장량 열량 1800~2000kcal, 당질 240~300g, 단백질 50~90g, 지질 30~50g)

구분	1/25(월)		1/26(화)		1/27(수)		1/28(목)		1/29(금)		1/30(토)		1/31(일)		
조식	흰밥- 시래기된장국 돈채야채볶음 감자조림 고들빼기무침 김치		흰죽 흰밥- 시금치된장국 대구감자조림 도토리무침 양파지 김치		누룽지죽 흰밥- 들깨무채국 바싹불고기 감자채볶음 오징어젓무침 김치		흰죽 흰밥- 근대된장국 계란찜 무나물 오복지무침 김치		흰죽 흰밥- 쇠고기무국 임연수어조림 돌자반볶음 깻잎지 김치		흰죽 흰밥- 미소된장국 어묵야채볶음 감자샐러드 고춧잎무침 김치		흰죽 흰밥- 홍합탕 연두부&양념장 숙주나물 오징어젓무침 김치		
	잡곡밥- 어묵탕 후라이드치킨 썩갠나물 콘샐러드 김치		조갯살야채죽 잡곡밥- 얼갈이된장국 등갈비찜 우영채볶음 숙주나물 김치		옥수수크림스죽 잡곡밥- 조갯미역국 닭도리탕 도토리묵&양념장 모자반무침 김치		브로ccoli죽 잡곡밥- 해물된장찌개 돈안심장조림 얼갈이된장무침 도라지무침 김치		참치야채죽 잡곡밥- 잔치국수 꼬막살무침 미니핫도그 오징어젓무침 김치		쇠고기야채죽 잡곡밥- 동초된장국 수육 상추&쌈장 무생채 김치		닭새우야채죽 잡곡밥- 콩가루배추국 코다리조림 브로콜리맛살볶음 고추치 김치		
	간식	뉴케어 바나나, 음료	요구르트 초코파이, 음료	진공 단호박찜, 음료	뉴케어 카스타드, 음료	요구르트 찐감자, 음료	우유 생강차	요플레 매실차							
	석식	잡곡밥- 무채된장국 콩치조림 땅콩조림 취나물 김치		감자죽 잡곡밥- 꽃게탕 미트볼조림 돌자반무침 배추된장무침 김치		팔죽 잡곡밥- 동초된장국 돼지불고기 연근조림 콩나물나물 김치		홍합살죽 잡곡밥- 콩나물된장국 김말이강정 참치야채볶음 다시마된장무침 김치		단호박죽 잡곡밥- 콩치김치찌개 계란말이 느타리볶음 콩나물무침 김치		닭야채죽 잡곡밥- 돼지곰탕 가자미조림 봄동겉절이 미역줄기볶음 김치		해바라기씨죽 잡곡밥- 감자수제비국 동그랑땡 툇두부무침 고사리나물 김치	
		외고기(육우):국내산 닭고기:국내산 돼지고기:국내산 오리고기:국내산 동그랑땡:돼지고기(외국산) 코다리살:러시아산 자숙꼬막살:국내/남해산 절단게:국내산 완치:국내산													
		*연두부/판두부:외국산 *김치표시사항:배추,고추분:국내산 *쌈:국내산													