

주 간 식 단 표

결	영양사	사무국장	시설장
재			

2020	월 3/30	화 3/31	수 4/1	목 4/2	금 4/3	토 4/4	일 4/5
조식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	근대두부된장국 동그랑땡야채조림 새우살무나물볶음 김자반볶음	미역국 소고기야채볶음 표고곤약장조림 양념고추지	얼갈이된장국 너비아니피망조림 열무고추장나물 숙주미나리무침	해물순두부탕 사태장조림 애호박새우볶음 구이김	들깨미역국 캔꽁치된장조림 취나물무침 열무김치	참치김치국 야채스크램블 느타리버섯볶음 무말랭이무침	두부명란젓국 청포묵김무침 감자고추장조림 양념깻잎지
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
중식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	소고기무국 훈제오리/머스타드 배추나물 콩나물무침	유부팽이된장국 고등어엿장조림 풋마늘무침 토마토샐러드	우렁살된장국 가자미무조림 양배추찜/젓장 도라지북어채무침	물만두국 콩나물해물찜 머위잎쌈/젓장 오징어젓갈	가쓰오우동 단무지	청국장찌개 제육볶음 상추쌈/쌈장 무나물볶음	소고기무국 오징어야채초무침 멸치견과볶음 숙주나물
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
석식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	계란파국 돈육잡채 도라지들깨나물 단배추겉절이	북어감자국 생선까스/타르소스 산나물무침 오이피클	아귀탕 소고기오이채볶음 단호박간장조림 시금치무침	오리탕 떡갈비조림 가지나물 봄동겉절이	동태탕 스팸감자채볶음 진미채무침 청경채나물	누룽지탕 두부양념조림 임연수구이 멸치쪽파무침	알탕 돈갈비찜 배추나물 무생채
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치



* 메뉴는 시장사정에 따라 변경 될 있사오니 양해하여 주기 바랍니다.
* 원산지 안내 : 쌀(국내산), 배추김치(반찬용-국내산,찌개용-중국산), 닭고기,돼지고기(국내산), 쇠고기(호주산)



* 노인평균영양권장량 : 열량1800~2000kcal, 당질240~300g
단백질50~70g, 지질30~50g

사회복지법인 다송재단 칠곡실버타운

20200324160901/2020년4월칠곡실버타운식단표.xlsx