

2015년 2월 식단표

	월	화	수	목	금
	2	3	4	5	6
점심	잡곡밥 시래기국 동태전 콩나물무침 맛김 배추김치	잡곡밥 매생이굴국 콩치조림 느타리버섯볶음 곤약조림 배추김치	잡곡밥 쇠고기무국 마파두부 계란찜 양파볶음 배추김치	짜장덮밥 계란실파국 탕수육 단무지 배추김치	잡곡밥 동태찌개 어묵야채볶음 미역줄기볶음 무생채 배추김치
간식	궁중차/찐고구마	요거트/단호박죽	궁중차/두유	궁중차/크림스프	요거트/과일
	9	10	11	12	13
점심	잡곡밥 감자국 불고기 마카로니샐러드 오이생채 배추김치	잡곡밥 배추된장국 계란찜 부추전 연근조림 배추김치	잡곡밥 팽이된장국 애호박전 들깨버섯무침 겨울초겉절이 배추김치	잡곡밥 북어국 두부조림 버섯양파볶음 청포묵무침 배추김치	잡곡밥 두부된장국 가자미카레구이 감자샐러드 김자반 배추김치
간식	궁중차/찐감자	요거트/소면	궁중차/두유	궁중차/찐만두	요거트/과일
	16	17	18	19	20
점심	잡곡밥 어묵탕 김치전 브로콜리맛살볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 새알미역국 떡갈비 양배추찜/쌈장 오징어젓갈 배추김치	설날연휴		
간식	궁중차/찐단호박	요거트/단팥죽			
	23	24	25	26	27
점심	잡곡밥 떡만두국 연두부/양념장 쇠고기양송이볶음 숙주나물 배추김치	잡곡밥 버섯된장국 삼치조림 감자야채볶음 고사리나물 배추김치	잡곡밥 애호박전국 콩치조림 곤약조림 무숙채 배추김치	카레라이스 계란실파국 파래조개전 겨울초겉절이 배추김치	잡곡밥 건새우시금치국 고등어구이 감자채볶음 메추리알장조림 배추김치
간식	궁중차/찐계란	요거트/간장떡볶이	궁중차/두유	궁중차/생신잔치	요거트/과일

라파엘노인데이케어센터

※위의 식단은 사정에 따라 변동될 수 있습니다.