

2015년 5월 식단표

	월	화	수	목	금
					1
점심					잡곡밥 김치감자국 함박스테이크 느타리버섯볶음 양상추샐러드 배추김치
간식					요거트/과일
	4	5	6	7	8
점심	잡곡밥 시래기국 고등어무조림 양배추쌈 콩나물실파무침 배추김치	어린이날	잡곡밥 콩비지찌개 날치알계란찜 취나물무침 감자채볶음 배추김치	잡곡밥 썩국 쇠고기버섯불고기 참나물겉절이 파리고추찜 배추김치	봄소풍
간식	궁중차/찐감자	-	요거트/소면	궁중차/과일	과일, 떡, 다과
	11	12	13	14	15
점심	잡곡밥 쇠고기육개장 계란야채말이 단호박콩조림 무나물 배추김치	잡곡밥 해물순두부찌개 가자미무조림 어묵야채볶음 다시마채무침 배추김치	잡곡밥 홍합미역국 안동찜닭 오이소박이 숙주나물 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 공치구이 방풍나물 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 냉이된장국 해물파전 멸치볶음 연근조림 배추김치
간식	궁중차/찐단호박	궁중차/두유	요거트/단팥죽	궁중차/과일	요거트/계란토스트
	18	19	20	21	22
점심	잡곡밥 근대된장국 돈사태떡찜 미역줄기무침 양배추초무침 배추김치	잡곡밥 만둣국 치킨까스/소스 곤드레나물 부추겉절이 배추김치	카레라이스 유부무맑은국 고구마튀김 무생채 배추김치	잡곡밥 동태매운탕 상추깻잎쌈 우엉소고기채볶음 툃나물무침	잡곡밥 참치김치찌개 명태포전 브로콜리/초장 감자채볶음 배추김치
간식	궁중차/찐계란	궁중차/두유	요거트/단호박죽	궁중차/과일	요거트/연두부
	25	26	27	28	29
점심	석가탄신일	잡곡밥 두부된장국 탕수육 단무지무침 양배추나물 배추김치	팔찰밥 쇠고기미역국 조기구이 메추리알햄조림 열무나물 배추김치	잡곡밥 복어채국 갈치감자조림 버섯해물볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 배추김치 닭가슴살야채볶음 연두부/양념장 미나리나물 배추김치
간식	-	궁중차/두유	요거트/생신잔치	궁중차/찐고구마	요거트/군만두

라파엘노인데이케어센터

※위의 식단은 사정에 따라 변동될 수 있습니다