식 단 계 획 표

제공기간 : 2026. 11. 2(월) ~ 2026. 11. 8(일)　　영양사 : 임세진

구 분		11월 2일 월요일	11월 3일 화요일	11월 4일 수요일	11월 5일 목요일	11월 6일 금요일	11월 7일 토요일	11월 8일 일요일
조식	일반식	잡곡밥 참치김치찌개 돈육그린빈볶음 치커리생채 오징어젓갈무침 배추김치	잡곡밥 우거지된장국 닭가슴살야채볶음 청경채나물 고들빼기무침 배추김치	잡곡밥 애호박새우젓국 쇠고기숙주볶음 감자샐러드 오이장아찌무침 배추김치	잡곡밥 재첩국 야채계란찜 깻잎순볶음 갈치속젓무침 배추김치	잡곡밥 들깨미역국 새우살브로콜리볶음 우엉채조림 쌈배추나물 배추김치	잡곡밥 민물새우배춧국 꽃맛살야채볶음 시금치나물 도시락김 배추김치	잡곡밥 누룽지탕 메추리알조림 도라지나물 명이나물장아찌 배추김치
	죽	땅콩죽	아몬드죽	강낭콩죽	옥수수죽	흑임자죽	새우살야채죽	표고버섯야채죽
	미음	조제미음	조제미음	조제미음	조제미음	조제미음	조제미음	조제미음
간식		요쿠르트	요쿠르트	요쿠르트	요쿠르트	요쿠르트	요쿠르트	요쿠르트
중식	일반식	잡곡밥 북어계란국 돈갈비찜 톳두부무침 무생채 배추김치	잡곡밥 건새우미역국 생선까스*소스 꼬시래기콩나물무침 시금치나물 배추김치	잡곡밥 오리탕 고등어양념조림 도라지생채 열무나물 배추김치	잡곡밥 우거지된장국 제육볶음 어묵야채볶음 치커리유차정무침 배추김치	콩나물밥 유부장국 삼치양념조림 묵말랭이버섯볶음 오이생채 배추김치	잡곡밥 어묵무국 소불고기 비엔나야채볶음 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 아귀콩나물찜 고구마샐러드 상추부추생채 배추김치
	죽	바지락살야채죽	새우살야채죽	표고버섯야채죽	참치야채죽	녹두죽	아몬드죽	대추죽
	미음	조제미음	조제미음	조제미음	조제미음	조제미음	조제미음	조제미음
간식		고구마라떼	바나나/사과쥬스	미니핫도그/배쥬스	요거트	쿨피스/보리과자	찐고구마/석류쥬스	구운계란/포도쥬스
석식	일반식	잡곡밥 표고버섯들깨탕 병어양념조림 도토리묵야채무침 애호박나물 배추김치	잡곡밥 물만두국 짜장소스 실치아몬드채볶음 상추무침 배추김치	잡곡밥 순두부백탕 골뱅이비빔소면 새송이버섯볶음 근대나물 배추김치	잡곡밥 감자수제비국 오징어야채볶음 죽순채볶음 고춧잎무침 배추김치	잡곡밥 토란탕 마파두부 건새우마늘쫑볶음 숙주나물 배추김치	잡곡밥 아욱국 방어양념조림 올방개묵야채무침 양념깻잎지 배추김치	잡곡밥 새우살미역국 순대야채볶음 열무나물 토하젓무침 배추김치
	죽	옥수수죽	흑임자죽	단호박죽	대추죽	바지락살야채죽	강낭콩죽	들깨죽
	미음	조제미음	조제미음	조제미음	조제미음	조제미음	조제미음	조제미음

원산지	쌀: 국내산	김 치		우육: 호주산	돼지고기,닭고기, 오리고기: 국내산	고등어,삼치,방어: 국내산	동태: 러시아	임연수: 미국산	아귀,가자미,갈치 ,대구: 수입산 (*갈치살:국산)	낙지,주꾸미: 태국	계란: 국내산	두부(콩) :수입산	홍합살,바지락살 : 중국산 새우살,오징어 : 수입산	기타가공품:별도표시
		배추:국내산	고추:국내산											

"내 집보다 좋은시설 내 가족 같은 보살핌" - 송광실버하우스의 목표입니다.