구립 영등포노인 케어센터 MENU

21. 5.

식구분	월	화	수	목	금	토	일
	31					1	2
조식	토란탕					탕국	쇠고기무국
	어묵볶음					새우젓호박볶음	가지야채볶음
	숙주나물					계란찜	마늘쫑볶음
	젓갈무침					참나물	자반볶음
중식	감자탕					된장국	유부장국
	고갈비					닭찜	제육볶음
	메추리알조림					미나리무침	두부조림
	취나물					멸치볶음	무나물
석식	콩나물국					스프	김치국
	불고기					생선까스	연어야채무침
	깻잎전					단호박샐러드	국수샐럿
	톳두부무침					오이무침	감자조림
식구분	3	4	5	6	7	8	9
조식	곰탕	된장국	아욱국	스프	곤약무국	조개살미역국	토란국
	햄버거스테이크	홍합볶음	버섯볶음	제육볶음	임연수조림	가지볶음	베이컨야채볶음
	닭볶음	갈치조림	얼갈이	미역무침	참나물무침	스크램블에그	콩나물잡채
	브로컬리*자반	시금치나물	멸치&과일	콩자반	우엉조림	야채젓갈무침	자반/명란
중식	청국장	덮밥/국	콩나물해장국	토란국	커리/물김치	근대국	곰탕
	훈제오리		장어구이	코다리조림	갈비찜	수육*새우젓	삼치강정
	잡채	순대	미나리달래무침	해물볶음	샐러드	묵	버섯볶음
	무나물	후식	모듬전	브로컬리*장	오이소박이	미역팽이볶음	시레기조림
석식	스프	동태맑은국	설렁탕	얼갈이된장국	육개장	어묵국	만두국
	연두부&양념장	야채계란말이	돈까스*소스	훈제오리	난자완스	연어샐럿	감자볶음
	어묵볶음	닭볶음	양상추샐러드	감자샐럿	시금치나물	얼갈이무침	깻잎전
	연어*샐러드	열무나물	곤약무침	잡채	연두부*장	소불고기	유채나물
식구분	10	11	12	13	14	15	16
조식	두부국	호박새우젓국	곰국	근대국	탕국	유부된장국	미역국
	피망잡채	육원전	버섯볶음	가지우볶음	표고볶음	함박스테이크	전복오이무침
	숙주나물	부추양파무침	연두부*장	열무된장무침	계란찜	장조림	시금치나물
	떡갈비조림	훈제오리	장조림	연근조림	무짠지무침	가지볶음	자반볶음
중식	어묵국	아욱국	비빔밥	추어탕	텔레기칼~	커레/물김치	김치국
	닭간장조림	오향*소스	물김치	연어샐럿		후식	수육*새우젓
	날치알양파샐러드	브로컬리볶음	고등어자반구이	잡채	숯불맛불고기	닭튀김	감자조림
	비름나물	무나물	후식	오복지	묵/후식	단무지무침	참나물무침
석식	청국장	콩나물국	북어무국	소고기미역국	곰국	육개장	근대국
	조기구이	떡갈비	닭조림	해물우동볶음	갈치조림	호박볶음	느타리볶음
	계란찜	마카로니샐러드	명란젓	어묵볶음	오이수삼무침	장어구이	순대
	도토리묵무침	유채나물	고사리볶음	얼갈이나물	꼬막무침	탕평채	미나리무침
식구분	17	18	19	20	21	22	23
조식	물만두국	물김치	어묵무국	곰국	스프	동태탕	물만두국
	고사리볶음	장어구이	가지명란볶음	버섯피망볶음	불고기	취나물	베이컨야채볶음
	제육볶음	취나물무침	숙주미삼무침	동그랑땡	연두부&장	스크램블에그	깻잎나물
	콩나물무침	메알장조림	떡갈비	오복지	쑥갓나물	연근조림	훈제오리
중식	추어탕	청국장	버섯들깨탕	국수	미역(냉)국	물김치	곰국
	닭감자조림	수육	미나리무침	닭튀김	퐁립&감자튀김	제육불고기	닭볶음
	구수한김치전	양배추쌈&장	두부&김치	만두*장	오이소박이	단호박샐럿	호박새우젓볶음
	메밀묵무침	방풍나물	코다리조림	후식	젓갈*과일	달래오이무침	어묵볶음
석식	스프	부대찌개	된장국	육개장	근대국	탕국	순두부찌개
	과일탕수육	생선까스	가자미조림	미나리수삼무침	깻잎고기전	훈제연어	불고기
	버섯볶음	콘샐러드	대파무침	단호박샐럿	순대야채볶음	시금치	얼갈이무침
	얼갈이무침	열무나물	양장피	코다리조림	올방묵*장	메출장조림	곤약무침
식구분	24	25	26	27	28	29	30
조식	근대국	미역국	스프	두부국	토란국	물만두국	김치국
	함박스테이크	버섯볶음	섭산적조림	콩고기	버섯볶음	꼬마버섯	베이컨야채볶음
	표고당근볶음	전복야채	동태전	장조림	떡갈비	코다리조림	소불고기
	시금치나물	야채젓갈무침	연근조림	고사리볶음	얼갈이무침	시금치	오이소박이
중식	콩나물밥/냉국	육개장	버섯탕	잔치국수	묵사발	비빔밥/물김치	곰탕
	장조림/후식	훈제오리	짜글이		전복버터구이		방풍나물
	갈치조림	단호박범벅	콩나물잡채	닭튀김	부추달래무침	과일	양송이
	야채샐러드	열무무침	노각무침	만두*장/ 후식	묵*장	후식	햄구이
석식	스프	토란국	물김치	된장국	곰국	아욱국	미역국
	장어구이	불고기	류산슬	순대볶음	고등어조림	주꾸미볶음	연어샐럿
	두부조림	감자조림	무들깨나물	계란찜	미나리무침	도라지	두부조림
	햄볶음	도라지볶음	어묵볶음	오이무침	어묵볶음	단호박꿀범벅	취나물
간식	주스*빵	파스퇴르야채쥬스	뉴케어	윌	두유	음료*쿠키	블루베리즙
	요플레	단팥죽	홍삼	과일	고구마*음료	호박죽	음료*감자

*원산지표시: 쌀-국내산/김치-국내산(중국산)/쇠고기-호주산,뉴질랜드산/돈,닭,오리-국내산/낙지,미꾸라지-중국산,베트남산/갈치-세네갈/동태-러시아

** 메뉴는 식자재 수급 현황에 따라 변경 될 수 있습니다.