구립 영등포노인케어센터 MENU

22. 5.

식구분	월	화	수	목	금	토	일
	2	3	4	5	6	7	8
조식	토란국	물만두국	김치국	탕국	스프	쇠고기무국	곰탕
	버섯볶음	꼬마버섯	베이컨야채볶음	새우젓호박볶음	어묵볶음	가지야채볶음	햄버거스테이크
	떡갈비	코다리조림	소불고기	계란찜	숙주나물	마늘쫑볶음	닭볶음
	얼갈이무침	시금치	어묵볶음	참나물	연근조림	자반볶음	브로컬리무침
중식	쇠고기무국	비빔밥/물김치	묵사발	등뼈탕	된장국	유부장국	청국장
	닭야채찜		전복버터구ㅡ이	고갈비	은혜갚는갈비찜	제육볶음	훈제오리
	미나리무침	짜사이/ 훈제오리	부추무침	메추리알조림	잡채	두부구이	영양잡채
	고구마샐럿	후식	온두부*장	취나물	관자그린비볶음	무나물	취나물
석식	스프	아욱국	미역국	근대국	콩나물국	김치국	스프
	삼치강정	해물볶음	연어샐럿	생선까스	불고기	임연수어조림	연두부&양념장
	곤약무침	더덕무침	감자조림	단호박샐러드	동태전	국수샐러드	어묵볶음
	오이새콤무침	팽이구이	취나물	방풍나물	미역줄기	시금치	연어*샐러드
식구분	9	10	11	12	13	14	15
조식	토란국	아욱국	스프	곤약무국	조개살미역국	어묵국	두부국
	버섯볶음	불고기	제육볶음	임연수조림	가지볶음	베이컨야채볶음	장어
	갈치조림	얼갈이	미역무침	참나물무침	스크램블에그	숙주미나리	숙주나물
	시금치나물	멸치&과일	콩자반	우엉조림	야채젓갈무침	자반/명란	떡갈비조림
중식	덮밥	곰탕	토란국	커리/장국	버섯탕	콩나물해장국	미역국
		코다리조림	포크스튜	닭튀김	불고기	고등어조림	로제닭갈비
	물김치/후식	미나민들무침	소면무침	밀,전병	잡채	버섯볶음	날치알양파샐러드
	순대*장	김치전	브로컬리*장	후식~	오이소박이	깐쇼	방풍나물
석식	동태맑은국	어묵국	얼갈이된장국	육개장	근대국	만두국	청국장
	야채계란말이	돈까스*소스	훈제오리	순대볶음	떡갈비	감자조림	조기구이
	해물우동	용과샐러드	감자샐럿	시금치나물	얼갈이무침	깻잎전	계란찜
	열무나물	곤약무침	숙주무침	연두부*장	연어	닭볶음	도토리묵무침
식구분	16	17	18	19	20	21	22
조식	호박새우젓국	곰국	아욱국	미역국	유부된장국	탕국	물만두국
	육원전	버섯볶음	가지우볶음	표고볶음	함박스테이크	전복야채무침	고사리볶음
	부추양파무침	연두부*장	열무된장무침	계란찜	장조림	시금치나물	제육볶음
	훈제오리	장조림	연근조림	무짠지무침	가지볶음	자반볶음	콩나물무침
중식	비빔밥	아욱국	국수	추어탕	커레/물김치	김치국	육개장
	물김치	꿀마늘보쌈	숯불맛불고기	묵무침	후식	제육볶음	폭립
	돈까스&칩스	브로컬리볶음	만두	전~	닭튀김	감자조림	새송구이
	후식	무나물	에그타르	양파볶음	짜사이	참나물무침	연두부*장
석식	콩나물국	북어무국	된장국	계란국	육개장	근대국	미역국
	떡갈비	닭조림	해물우동볶음	갈치조림	호박볶음	느타리볶음	고등조림
	마카로니샐러드	명란젓/구이김	어묵볶음	수삼무침	장어구이	순대	버섯볶음
	유채나물	고사리볶음	얼갈이나물	꼬막무침	탕평채	미나리무침	얼갈이무침
식구분	23	24	25	26	27	28	29
조식	물김치	어묵무국	곰국	스프	동태탕	물만두국	근대국
	장어구이	가지명란볶음	버섯피망볶음	불고기	취나물	베이컨야채볶음	함박스테이크
	취나물무침	숙주미삼무침	동그랑땡	연두부&장	스크램블에그	깻잎나물	표고당근볶음
	메알장조림	떡갈비	오복지	쑥갓나물	연근조림	훈제오리	시금치나물
중식	홍합탕	버섯들깨탕	국수	미역(냉)국	물김치	국수	육개장
	갈비찜	미나리무침	닭튀김	퐁립&감자튀김	제육불고기	꿔바로우	훈제오리
	묵무침	두부&김치	물만두	오이소박이	단호박샐럿	밀전병	호박볶음
	오이소박이	코다리조림	후식	젓갈	오이소박이	호박볶음	열무무침
석식	스프	된장국	부대찌개	근대국	탕국	순두부찌개	스프
	깐쇼새우	가자미조림	미나리수삼무침	깻잎고기전	훈제연어	불고기	떡갈비
	콘샐러드	대파무침	단호박샐럿	순대야채볶음	시금치	얼갈이무침	두부조림
	열무나물	양장피	코다리조림	올방묵*장	메출장조림	곤약무침	햄볶음
식구분	30	31					1
조식	미역국	스프					순두부국
	버섯볶음	지삼선					불고가
	전복야채	동태전					오이무침
	야채젓갈무침	연근조림					스크램블
중식	콩나물냉국	버섯탕					털레기
	장조림	짜글이					
	갈치조림	콩나물잡채					돈까스
	묵무침	오이소박이					호박볶음
석식	토란국	물김치					동태국
	불고기	류산슬					순대볶음
	감자조림	무들깨나물					김치전
	도라지볶음	어묵볶음					묵무침

* 원산지표시

우설도(호주), 우목심(미국), 우전각(오스),우갈비(호주산), 우잡뼈(국내산육우), 돈목살(국내산), 돈안심(국내산), 돈전지(국내산), 돈갈비(국내산)
돈까스(등심-미국산), 닭(국내산), 오리(국내산),훈제오리(국내산),생선까스(중국),갈비만두(돼지고기-국산),떡갈비(돼지고기-국내산, 외국산), 부대찌개햄(돼지-국내산)
채담만두(대두-미국,중국, 캐다다, 호주), 깐쇼새우(새우-베트남산),왕새우(베트남),해물동그랑땡(연육-베트남), (대구살,대구곤이-외국산), 스팸(국내산,미국산,스페인산)
동태살(러시아산),동태(미국산), 대구곤이(외국산),(임연수,임연수살-외국산), 가자미살(미국산)오징어(국내산), 진미채(페루산), 갈치순살(국내산), 갈치(모로코)
주꾸미(베트남산),낙지(인도네시아), 고등어캔(국내산), 고등어(국내산), (삼치살,삼치-국내산), (북어살,북어-러시아산), 아귀살(국내산), 훈제연어(칠레산)
비엔나(닭-미국,돈육-미국), 어묵((조기살-외국산)(쌀-국내산), 포기김치(배추-국내산, 고춧가루-국내산)

* 어르신께 제공되는 생선은 1차로 가시를 제거 한 생선살입니다.
* 위식단은 물품수급사정이나 식당사정에 의하여 변동이 있을 수 있습니다.