



## 구립 영등포노인케어센터 MENU

22. 6.

식구분	월	화	수	목	금	토	일
조식			미역국	스프	탕국	만두국	불고기
			불고기	메추리알조림	장조림	코다리조림	불고기
			참나물	가지볶음	콩고기	시금치나물	스크램블에그
			복무침	브로컬리*장	오이지무침	멸치&과일	오이소박이
중식			비빔밥/냉국	육개장	커피/냉국	물김치	어묵국
			탕수육	연어/소스	햄박스테이크	제육볶음	달볶음
			감자샐러드	과일샐러드	짜사이무침	계란찜	표고버섯
			후식	취나물	물만두	감자볶음	미나리냉채
석식			곰탕	순두부찌개	복어채국	쇠고기탕국	콩나물국
			만두*장	삼치레몬강정	제육볶음	훈제오리	해물우동볶음
			연양떡갈비	마늘종볶음	스크램블	버섯볶음	묵*장
			야채무침	감자조림	브로컬리*장	나물무침	열무나물
식구분	6	7	8	9	10	11	12
조식	감자국	스프	유부된장국	청국장	콩나물국	스프	순두부찌개
	떡갈비조림	느타리볶음	장어구이	청경채무침	코다리조림	소불고기	콩고기
	호박볶음	묵*장	어묵볶음	임연수조림	연두부*장	너비아니구이	스크램블
	연근조림	훈제달볶음	오이소박이	우엉조림	더덕무침	브로컬리*초장	취나물
중식	곰국	토란국	미역국	비빔밥	초고탕	국수	얼갈이된장국
	광치김치조림	연어샐러드	잡채	간소*소스	새송이오븐구이	탕수육	훈제오리
	연두부&양념장	오이무침	불낙볶음	짜사이무침	야채겉절이	호박샐러드	마늘종볶음
	참나물	오꼬계란말이	양파볶음	후식	감자샐러드	후식	오이지무침
석식	육개장	만두국	스프	아욱국	복어국	김치국	쇠고기부국
	불고기	갈치조림	달볶음	고등어찜	버섯야채볶음	전복조림	조기구이
	마카로니샐러드	단호박샐러드	장조림	햄구이	알찜	우엉조림	곤약무침
	얼갈이	시금치나물	바라무침	열무나물	가지우볶음	배추나물	동그랑전
식구분	13	14	15	16	17	18	19
조식	스프	만둣국	유부된장국	감자국	스프	두부국	스프
	훈제오리	달갈비	가지볶음	돈육양배추볶음	새우살볶음	불고기	훈제오리
	미역무침	배추나물	계란찜	얼갈이무침	스크램블에그	멸치호두볶음	스크램블에그
	무짬지	콩차반	노각무침	연근조림	부추무침	고사우볶음	오이소박이
중식	쇠고기부국	냉국	비빔밥/물김치	물김치	망향국수	부대찌개	묵사발
	잡채	오향장육	전복구이	달간장조림	직화데리달	연어*케이퍼	제육볶음
	차돌미나리무침	취나물무침	과일	묵*장	어묵볶음	버섯볶음	두부전*장
	샐러드	고구마번번		참나물	알배추타코	청경채굴볶음	시금치
석식	두부국	콩나물국	스프	육개장	아욱국	물김치	열무된장국
	어묵볶음	코다리조림	생선까스	돈갈비찜	코다리	유부우볶음	돈까스
	불고기	도토리묵*장	파무침	곤약무침	두부샐러드	연양떡갈비	햄볶음
	양상추샐러트	감자볶음	어묵볶음	고사리볶음	애호박볶음	무나물	호박볶음
식구분	20	21	22	23	24	25	26
조식	토란국	미역국	김치찌개	호박새우정국	유부된장국	아욱국	순두부말은국
	햄박스테이크	우채버섯볶음	장어구이	장조림	버섯당면볶음	메추리알장조림	가지볶음
	느타리	연근조림	오이소박이	숙주무침	묵*장	시금치무침	불고기
	참나물	방풍	감자샐러드	계란찜	우엉조림	고등어조림	브로컬리*장
중식	곰국	미역국	버섯들깨탕	청국장	장국	콩나물국	곰국
	생선까스	연어스테이크	임연수조림	짜글이	멸밥	돈육볶음	달볶음
	과일무침	감자샐러드	연근샐러드	샐러드	칠리새우	유산슬	치커리샐러트
	노각무침	표고볶음	모듬전	열무나물	후식	두부*김치볶음	어묵볶음
석식	된장찌개	물김치	물김치	부대찌개	우국	장국	물김치
	볶음우동	카레소스	두부조림	차돌볶음	가자미무조림	커리/과일	떡갈비
	시금치나물	탕수육*소스	연어	더덕무침	스크램블	훈제오리	버섯볶음
	양상추샐러드	오복지	배추나물	베이컨양파볶음	파무침	오이지	콩나물잡채
식구분	27	28	29	30			
조식	스프~	아욱국	얼갈이국	미역국			
	훈제오리	장어	코다리조림	새우정호박볶음			
	방풍나물	스크램블	연두부*장	과일샐러드			
	미역줄기볶음	도토리묵*장	열무나물	달갈비			
중식	어묵무국	곰탕	묵사발	육개장			
	제육불고기	고등어김치조림	불고기샐러드	돌나물*소스			
	브로컬리볶음	해전	브로컬리	탕수육			
	단호박샐러트	시금치나물	올망개묵	고갈비			
석식	토란국	김치국	스프	물김치			
	순대파스타	호박볶음	돈까스	떡갈비			
	계란찜	양상추샐러드	어묵볶음	잡채			
	명란젓&과일	훈제오리	취나물	연두부*장			

\* 원산지표시

우설도(호주), 우육심(미국), 우전각(오스), 우갈비(호주산), 우잡뺨(국내산우유), 돈육살(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), 부대찌개(돼지-국내산)  
 채담만두(대두-미국, 중국, 캐나다, 호주), 간소새우(새우-베트남), 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), (복어살, 복어-러시아산), 아귀살(국내산), 훈제연어(칠레산)  
 비엔나(닭-미국, 돈육-미국), 어묵(조기살-외국산)(쌀-국내산), 포기김치(배추-국내산, 고춧가루-국내산)

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