구립 영등포 노인 케어센터 MENU

20. 8.

식구분	월	화	수	목	금	토	일
	31					1	2
조식	근대국 맛살무침 닭다리볶음 두부구이					스프 코다리조림 고구마샐럿 무짠지	우묵냉국 함박스테이크 시금치나물 연근조림
중식	가지냉국 훈제오리 부추무침 과일샐러드					물김치 불고기 두부조림 비름나물	곰국 닭볶음 노각참외무침 감자샐럿
석식	콩나물국 제육볶음 양상추*장 양파절임					얼갈이국 느타리볶음 연어아스샐럿 물만두*장	육개장 임연수조림 연두부*장 DI삼야채무침
식구분	3	4	5	6	7	8	9
조식	토란국 가지민찌볶음 부추무침 소불고기	콩나물국 취나물 전복야채조림 자반볶음	순두부국 양송이볶음 떡갈비아스볶음 노각무침	스프 새우살볶음 열무된장무침 햄무침	열무된장국 폭립구이 계란찜 양파장아찌	유부된장국 치킨까스 브로컬리초회 자반볶음	만두국 콩불고기 연두부&장 콩자반
중식	어묵국 오리김치볶음 버섯볶음 계란찜	카레/장국 오이소박이 가지품은새우 대패삼겹	잔치국수 깐쇼새우 소-소떡 후식	비빔밥 전복조림 무짠지 젓갈/과일	장터국밥 골뱅이야채무침 느타리볶음 후식	물김치 연어정식 양상추샐러드 감자볶음	우묵냉국 장어구이 오이수삼무침 클로렐라묵*장
석식	스프 닭볶음 오색숙주나물 호박샐럿	물김치 장조림 과일샐러드 청경낙지볶음	배추된장국 삼치강정 브로컬리볶음 콩나물잡채	DI역국 순대볶음 온두부&양념장 더덕무침	냉국 코다리조림 햄전 고구마샐러드	근대국 가자미조림 버섯볶음 DI나리참외무침	북어무국 제육볶음 고구마샐럿 콩나물무침
식구분	10	11	12	13	14	15	16
조식	얼갈이국 새우살볶음 마카로니샐러드 후식	스프 베이컨야채볶음 무나물 콩고기	근대국 전복조림 양상추과일샐럿 오복지무침	다시마조개무국 임연수구이 어묵볶음 연두부*장	스프 가지민찌볶음 멕시칸샐러드 구이김	아욱국 코다리 공심채 자반볶음	콩나물국 훈제오리 감자샐럿 명란
중식	물김치 제육볶음 깐풍가지 계란말이	DI역냉국 장어구이 양상추과일샐러드 단호박샐러드	덮밥/물김치 훈제오리 부추무침 후식	우묵콩국 불고기 노각무침 고구마샐럿	부드런냉면 불고기 오이지 후식	카레/물김치 연어*소스 모듬전 버섯볶음	물김치 고갈비 잡채 오이소박이
석식	육개장 탕수육 열무무침 크림떡갈비	곰국 자반구이 두부무침 얼갈이무침	콩나물냉국 순대볶음 닭살냉채 스크램블	스프 돈까스 양배추샐러드 과일샐러드	백숙 콩고기파프볶음 계란찜 깻잎나물	무들깨국 닭갈비 두부조림 팽이DI역줄기볶음	묵사발 제육볶음 브로컬리초회 감자볶음
식구분	17	18	19	20	21	22	23
조식	얼갈이국 훈제오리 숙주DI나리 표고볶음	스프 버섯볶음 메밀김치무침 떡갈비	참치무국 피망잡채 무들깨나물 콩자반	호박새우젓국 불고기 버섯무침 후식	유부된장국 떡갈비조림 어묵볶음 우엉조림	아욱국 베이컨야채볶음 콩나물당면무침 자반볶음	야채크림스프 가지볶음 스크램블에그 오복지
중식	콩나물국 소불고기*쌈 취나물 류산슬	물김치 수육*장 무짠지/후식 마약계란	묵사발 등갈비 고사리볶음 계란말이	DI역국 훈제오리 버섯초무침 콩나물무침	동태국 장어구이 묵 샐러드	냉국 맛살냉채 코다리조림 인삼부추무침	카레/장국 전복조림 묵*장 샐러드
석식	근대국 코다리조림 샐러드 얼갈이무침	우거지된장국 훈제오리 두부구이 열무나물	아욱국 닭다리깻잎볶음 번데기볶음 콩나물잡채	감자말은국 맛살무침 고구마순볶음 단호박샐러드	물김치 제육볶음 더덕무침 감자볶음	열무된장국 만두 얼갈이무침 호박샐럿	물김치 제육볶음 치킨너겟 열무무침
식구분	24	25	26	27	28	29	30
조식	스프 함박스테이크 오이무침 마카샐러드	감자양파국 표고볶음 얼갈이무침 자반볶음	연두부맑은국 오리볶음 무나물 상추무침	근대국 연어무침 공심채 오복지	스프 버섯볶음 마늘쫑볶음 감자범벅	배추된장국 소불고기 계란찜 자반	얼갈이된장국 새우살볶음 콩고기볶음 숙주잡채
중식	냉국 불고기 어묵볶음 DI나리배무침	콩국수 보쌈 과일샐러드 열무무침	양지탕 떡갈비 스크램블 부추무침	냉국 고갈비 두부톳무침 얼갈이무침	비빔밥 치킨까스우린기 과일 크림소스떡볶이	물김치 장어구이 공심채볶음 맛살샐러드	DI역국 연어*소스 브로컬리 어묵볶음
석식	쇠고기무국 닭볶음 양파날치알볶음 참나물무침	DI역국 고등어조림 잡채 DI나리	물김치 장어생강구이 고구마샐럿 깻잎무침	물김치 순대볶음 노각 샐러드	만두국 깻잎고기전 맛살볶음 과일무침	아욱국 닭갈비 시금치무침 참외무침	쇠고기감자국 탕수육 동태전 단호박샐러드
간 식	포카리*꿀밤 식혜	주스*카스텔 호박죽	두유*쿠키 요플레	포카리*만두 과일	요플레 한방차 감자	홍삼 주스*쿠키	햇살*맛탕 월

*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.