구립영등포노인케어센터 MENU

20. 4.

구분			1	2	3	4	5
조식			미역국 참치야채무침 블밤볶음 자반	물만두국 메추리알장조림 버섯볶음 시금치나물	호박새우젓국 장어구이 감자채볶음 오이소박이	쑥국 떡갈비조림 숙주나물 청포묵무침	아욱국 베이컨야채볶음 부추무침 코다리조림
중식			순대국 오리주물럭 풋마늘무침 유산슬	된장국 수육*새우젓 베치크샐럿 방풍나물	비빔밥 도토리묵*장 과일	도가니탕 전복볶음 달래야채무침 호박볶음	두부국 닭찜 더덕무침 샐럿
석식			국수 제육볶음 봄동무침 전	콩나물국 닭볶음 어묵볶음 배추나물	감자맑은국 미트라따뚜이 대파된장무침 단호박샐러드	김치찌개 임연수 양장피 스크램블	동태국 콩고기 고사리볶음 양배추무침
구분	6	7	8	9	10	11	12
조식	스프 장조림 단배추무침 가지양념볶음	북어무국 버섯볶음 고구마샐럿 자반	콩나물국 전복조림 오이과일무침 무짠지	연두부맑은국 고등어조림 방풍나물 과일샐럿	어묵국 떡갈비 브로컬리볶음 죽순볶음	새우호박찌개 코다리조림 감자채 오이소박이	무국 가지볶음 나리바나무침 콩고기
중식	근대국 불고기 연두부찜 씀바귀무침	육개장 훈제오리 고사리볶음 곤약맛살	잡채덮밥 냉국 후식	감자탕 주꾸미야채무침 새송이볶음 연근샐럿	미역국 장어 양상추샐럿 나물무침	국수 세발나물 전 묵무침	물김치 훈제오리 참나물무침 꼬막무침
석식	미역국 갈치조림 느타리볶음 스크램블	쇠고기무국 감자쇠고기조림 빈대떡 상추무침	된장국 닭간장조림 미나리숙주 베컨어묵	콩나물국 불고기 부추계란찜 시금치나물	열무된장국 탕수육 미역줄기볶음 계란찜	김치국 닭볶음 애호박볶음 알밤조림	계란파국 카레 깐쇼새우 과일샐럿
구분	13	14	15	16	17	18	19
조식	동태국 블새우볶음 봄동나물 자반	곰국 베이컨야채볶음 만가닥볶음 깻잎무침	스프 전복야채 콩나물무침 자반	유부된장국 고등어조림 양파당근볶음 우엉조림	콩나물국 오이무침 계란찜 마늘장아찌	스프 떡갈비조림 잔멸치조림 오이무침	북어채국 깻잎전 장어구이 참나물무침
중식	곰탕 고등어조림 감자채볶음 콩나물잡채	배추된장국 쇠고기당면볶음 계란찜 무들깨나물	묵사발 돈육볶음 느타리볶음 미달래무침	꽃 비 밥 빔 후식 -	버섯들깨탕 오리불고기 감자범벅 하루나	물김치 콩고기 샐러드 도토리묵*장	장국 카레소스 곤길리에 함박스테이크
석식	미역국 닭갈비 어묵볶음 야채무침	감자국 훈제연어 가지나물 상추겉절이	갈비탕 고등어조림 두부&볶음김치 배추나물	미역국 버섯볶음 감자채볶음 유채나물	순두부국 임연수조림 연두부&양념장 더덕볶음	근대국 제육볶음 스크램블 미역팽이볶음	육개장 닭찜 감자범벅 얼갈이무침
구분	20	21	22	23	24	25	26
조식	물만두국 쇠고기볶음 가지나물 콘샐러드	야채크림스프 수삼오이무침 브로컬리볶음 스크램블	곰탕 베이컨야채볶음 양상추샐러드 연근조림	근대국 어묵볶음 묵*양념장 야채명란젓	물만두국 떡갈비조림 무나물 자반	조개살무국 장조림 젓갈무침 배추나물	감자크림스프 두부조림 멸치볶음 시금치나물
중식	곰탕 코다리조림 도토리묵*장 세발나물	육개장 전복구이 미역줄기볶음 도라지나물	초교탕 햄전 느타리볶음 봄동무침	물김치 갈비찜 과일샐러드 얼갈이무침	미역국 고갈비 어묵라면볶음 돈나물	국수 치킨 피클/후식 부추무침	계란국 카레소스 장조림 단무지무침
석식	두부국 제육볶음 곤약무침 봄동나물	토란국 골뱅이무침 두부조림 미나리무침	무국 탕수육 장어구이 시금치나물	된장국 훈제오리 무짠지무침 완자곤약조림	묵국 삼겹살김치볶음 단호박S 가지볶음	만가닥양지국 연어 호박볶음 콩장/과일	된장찌개 가자미조림 버섯볶음 세발나물
구분	27	28	29	30			
조식	유부된장국 함박스테이크 연근조림 부추무침	북어국 산적조림 자반 무나물	얼갈이국 불고기 연두부*장 시금치	탕국 전복볶음 우엉조림 무나물			
중식	왕갈비탕 뿌리채소볶음 버섯볶음 연두&장	버섯탕국 고갈비 부추무침 감자샐러드	조개살미역국 장어 양상추샐러드 된장깻잎찬	콩나물국 계란찜 제육볶음 참나물무침			
석식	냉이된장국 쇠고기장조림 육원전 방풍나물	곰탕 훈제연어 마카로니샐러드 얼갈이나물	두부무국 장조림 감자양파볶음 취나물무침	봄동된장국 깐풍기 양상추샐러드 북어무침			
간식	포카리*약과*양갱	주스*빵 단팥죽/호박죽	두유*쿠키 요플레	포카리*만두*비엔나 과 일	요플레 한방차*감자*고구마	주스*쿠키 정관장	햇살*맛탕*전 바이오/윌

** 원산지 표시: 쌀 -국내산 /김치 -국내산 /쇠고기 -호주산,뉴질랜드산 /돈,닭,오리 -국내산 /낙지,미꾸라지 -국내산
명태 -러시안산 /고등어 -국내산 /갈치 -파키스탄산 /조기 -중국산 /쭈꾸미 -베트남산/

**메뉴는 식자재 수급 현황에 따라 변경될 수 있습니다.