2월 식단표

장애인복지시설

민달팽이 사회적협동조합

구분			1(수)	2(목)	3(금)
점심			율무밥 물만두국 고등어구이 실곤약채소무침 배추김치	수수밥 두부된장국 미트볼조림 세발나물무침 배추김치	김치볶음밥 북어국 소불고기당면볶음 얼갈이나물 배추김치
열량/단백질(kcal/g)			689/33	617/25	647/24
구분	**6(월)**	**7(화)**	**8(수)**	**9(목)**	**10(금)**
점심	귀리밥 맑은김치국 치즈계란말이 돌나물/초장 배추김치	백미밥 수제비 고구마고로케 시금치무침 배추김치	기장밥 열무된장국 제육볶음 상추겉절이 배추김치	율무밥 들깨무국 닭안심고구마찜 느타리버섯볶음 배추김치	보리밥 계란파국 돈까스/소스 마카로니샐러드 배추김치
열량/단백질(kcal/g)	503/18	709/14	547/21	565/30	707/23
구분	**13(월)**	**14(화)**	**15(수)**	**16(목)**	**17(금)**
점심	흑미밥 콩나물국 모듬장조림 무생채 배추김치	차조밥 배추된장국 새우까스/머스터드 유채나물 배추김치	수수밥 소고기무국 두부조림 맛살볶음 배추김치	현미밥 들기름미역국 돈불고기 근대나물 배추김치	백미밥 감자탕 부추전 오이무침 배추김치
열량/단백질(kcal/g)	505/24	575/15	622/23	541/21	689/30
구분	**20(월)**	**21(화)**	**22(수)**	**23(목)**	**24(금)**
점심	수수밥 감자양파국 탕수육/소스 단무지무침 배추김치	현미밥 어묵국 카레라이스 시금치나물 배추김치	귀리밥 크림스프 함박스테이크/소스 양상추샐러드 배추김치	차조밥 김치찌개 계란장조림 숙주나물 배추김치	백미밥 조개살된장국 보쌈/쌈장 청포묵무침 배추김치
열량/단백질(kcal/g)	699/25	555/22	675/25	496/19	720/20
구분	**27(월)**	**28(화)**			
점심	현미밥 우거지국 닭볶음탕 무나물 배추김치	수수밥 칼국수 메밀전병 참나물겉절이 배추김치			
열량/단백질(kcal/g)	529/30	823/24			

원산지 표시					
	쌀			소고기	돼지고기
	밥	죽	누룽지	국내산	국내산
	국내산	국내산	국내산	닭고기	오리고기
	콩			브라질산	산
	두부	콩국수	콩비지	고등어	오징어
	중국산	중국산	중국산	국내산	국산
	배추김치			흰살생선	꽃게
	배추	고춧가루	절인배추	산	산
	국내산	국내산	국내산		
	너비아니	만두	동그랑땡	돈가스	함박스테이크
	국내산	산	국내산	국내산	돼지고기(국내산) /쇠고기(미국산)

※ 상기 식단은 식품 수급 사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 백미밥↔잡곡밥 변경가능합니다. ※ 배추김치는 김치류로 변경가능합니다.