늘푸른돌봄센터 식단표[2월]

일시				2/1일(목)	2/2일(금)
오전식				누룽지닭백숙죽	현미죽
중식				잡곡밥 청국장찌개 우불고기연근볶음 청경채겉절이 건파래쪽파무침 포기김치	잡곡밥 소고기된장찌개 백순대볶음 진미채볶음 시금치나물 포기김치
간식				비피더스(사과)	카스텔라
석식				잡곡밥 바지락살미역국 닭살데리야끼볶음 단호박범벅 오이지무침 포기김치	잡곡밥 모듬어묵국 바싹불고기 매콤새송이야채무침 구이김*달래장 포기김치
일시	2/5일(월)	2/6(화)	2/7(수)	2/8(목)	2/9(금)
오전식	소고기죽	전복죽	버섯야채죽	누룽지닭백숙죽	현미죽
중식	잡곡밥 브로컬리스프 등심돈까스*소스 미나리초무침 숙주나물 포기김치	잡곡밥 우렁된장국 제육볶음 양배추찜*쌈장 콩나물무침 포기김치	누들 Day 잡곡밥 버섯칼국수 교자만두 고구마범벅 깻잎단무지무침 포기김치	잡곡밥 사골떡국 소갈비찜 도라지나물볶음 고사리나물 포기김치	
간식	요플레(딸기)	밤만쥬*요구르트	피자호빵	비피더스(포도)	
석식	잡곡밥 참치추어탕 베이컨스크럼블에그 가지볶음 무말랭이무침 포기김치	잡곡밥 꽃게탕 간장닭볶음탕 멸치견과류볶음 궁채절임 포기김치	잡곡밥 맑은배춧국 가자미구이 연근조림 실곤약야채무침 포기김치	잡곡밥 북엇국 도톰해물완자 감자채볶음 상추겉절이 포기김치	
일시	2/12일(월)	2/13(화)	2/14(수)	2/15(목)	2/16(금)
오전식	소고기죽	전복죽	버섯야채죽	누룽지닭백숙죽	현미죽
중식		잡곡밥 호박고추장찌개 고등어무조림 근대된장무침 후르츠칵테일 포기김치	잡곡밥 해물매운탕 돈육굴소스볶음 해초샐러드 된장고추지무침 포기김치	잡곡밥 오징어콩나물국 너비아니구이 동부묵김가루무침 오이참깨무침 포기김치	잡곡밥 두부김치찌개 대패삼겹숙주볶음 마늘쫑건새우조림 토란대나물 포기김치
간식		찹쌀유과	아몬드머핀	비피더스(사과)	미니약과*식혜
석식		잡곡밥 들깨순대국 돈민찌양념두부조림 아삭이고추무침 부추겉절이 포기김치	잡곡밥 맑은미역국 야채고기말이 새콤무생채 섬초나물 포기김치	잡곡밥 미소장국 고기듬뿍짜장라이스 계란후라이 깍둑단무지 포기김치	잡곡밥 유부주머니국 훈제오리마늘편볶음 브로컬리숙회 조미김구이 포기김치
일시	2/19일(월)	2/20(화)	2/21(수)	2/22(목)	2/23(금)
오전식	소고기죽	전복죽	버섯야채죽	누룽지닭백숙죽	현미죽
중식	잡곡밥 사골된장찌개 소고기곤약조림 사각어묵볶음 방풍나물무침 포기김치	잡곡밥 무채맑은국 로제닭볶이 깻잎순나물 해파리냉채 포기김치	중식 Day 잡곡밥 차돌박이짬뽕 찹쌀탕수육*소스 짜사이채무침 오이부추무침 포기김치	잡곡밥 아욱국 삼치데리야끼구이 애호박볶음 도라지초무침 포기김치	정월대보름 Day 오곡밥 돈육청국장 버섯소불고기 고사리나물볶음 구운김*달래장 포기김치
간식	요플레(복숭아)	바람떡,메밀차	참붕어빵	비피더스(포도)	부럼(호두,땅콩)
석식	잡곡밥 알탕 분홍소세지전 볼어묵볶음 돈나물초무침 포기김치	잡곡밥 북어채계란국 알찬해물부추전 쑥갓두부무침 토란대나물 포기김치	잡곡밥 다슬기탕 매콤바싹불고기 가지볶음 고들빼기무침 포기김치	잡곡밥 근대콩나물국 동그랑땡전 실곤약맛살무침 다시마튀각 포기김치	잡곡밥 김치두부국 오징어굴소스볶음 우엉채조림 간장깻잎지 포기김치
일시	2/26일(월)	2/27(화)	2/28(수)	2/29(목)	
오전식	소고기죽	전복죽	버섯야채죽	누룽지닭백숙죽	
중식	잡곡밥 경상도식소고기무국 생선가스*타르타르소스 참나물겉절이 옥수수콘샐러드 포기김치	잡곡밥 순두부카레찌개 깐쇼새우어니언소스 콩나물파채무침 김자반볶음 포기김치	잡곡밥 콩가루배춧국 돈사태김치찜 건새우무조림 고구마샐러드 포기김치	잡곡밥 얼큰어묵국 소고기죽순불고기 얼갈이고추장무침 오복지무침 포기김치	**원산지 표시** 쌀(국내산), 두부류&콩국수& 콩비지(중국산), 돼지고기(국내산), 소고기(호주산), 국용소고기(호주산), 배추김치 (배추:국내산,고추분:중국산), 닭고기&오리고기(국내산), 낙지(중국산), 고등어(국내산), 갈치(모로코), 오징어(국내산/중국산), 꽃게(국내산/중국산), 참조기(중국산), 미꾸라지(국내산)
간식	요플레(블루베리)	바나나	오예스*우유	황도	
석식	잡곡밥 닭곰탕 씨앗젓갈 시금치유부무침 양파장아찌 포기김치	잡곡밥 팽이장국 갈치구이 연두부*양념장 고춧잎무침 포기김치	잡곡밥 감자옹심이들깨국 메추리알곤약조림 미역줄기볶음 마늘쫑무침 포기김치	잡곡밥 바지락살무국 고구마닭갈비 꼬마새송이볶음 양념오이지 포기김치	
공지사항	* 위 식단은 (주)복지유니온 급식관리팀 소속 이지혜 영양사가 작성하였습니다 * 원산지 표시 대상은 쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 쌀(죽,누룽지포함), 배추서울경기식 김치(배추,고춧가루), 넙치(광어), 조피볼락(우럭), 참돔, 미꾸라지,뱀장어, 낙지, 오징어, 꽃게, 참조기, 양고기(염소 포함), 명태, 고등어, 갈치, 콩(두부,콩비지,콩국수) 20개 품목 표시의무 대상입니다. * 식자재의 수급사정 및 조리환경에 따라 업장에 맞게 같은 식품군 안에서 변경하여 사용 가능합니다.				