

4월 식단표

	월	화	수	목	금
1주		1	2	3	4
식단		찰기장쌀밥 시락국 돈육김치찜 숙주나물 조미김	잡곡밥 소고기국 에그스크럼블 목이장아찌 김치	홍미쌀밥 김치콩나물국 닭안심야채볶음 삼색초무침 김치	렌틸콩밥 들깨미역국 불고기 상추쌈&쌈장침 김치
비고					
2주	7	8	9	10	11
식단	귀리밥 감자양파국 소시지야채볶음 돌나물&초장 김치	찰기장쌀밥 부추달걀국 짜장소스 군만두 김치	잡곡밥 두부새우젓국 돈육청양풍소스조림 양파장아찌 김치	홍미쌀밥 유채된장국 닭볶음탕 다시마채무침 김치	렌틸콩밥 김찌찌개 새송이데리야끼조림 콩나물무침 김치
비고					
3주	14	15	16	17	18
식단	귀리밥 소고기미역국 동그랑땡 당근라페 김치	찰기장쌀밥 들깨우채국 불고기 숙주맛살초무침 김치	잡곡밥 순두부찌개 우채버섯볶음 고들빼기 조미김	홍미쌀밥 두부된장국 버섯콩나물&양념장 계란장조림 김치	 장애인의날 행사
비고					
4주	21	22	23	24	25
식단	귀리밥 홍합살두부탕국 훈제오리아채볶음 꼬시래기양파무침 김치	찰기장쌀밥 열무된장국 돈육야채볶음 양배추쌈&쌈장 김치	잡곡밥 육개장 두부조림 간장깨잎지 김치	 숲속의 아침-국립산림치유원(영주)	
비고					
5주	28	29	30		
식단	귀리밥 근대된장국 생선가스&타르소스 해초스위트콘무침 김치	찰기장쌀밥 유부바지락국 닭살데리야끼조림 청포묵무침 김치	이용인 회의 시간에 결정한 음식		
비고			요리활동 조리		

● 루하마장애인주간보호센터 소식

- * 18일은 장애인의 날 기념으로 외식합니다.
- * 24~25일은 숲속의 아침으로 외식합니다.
- * 30일은 요리활동으로 직접 조리해서 먹으며, 메뉴는 이용인회의 시간에 결정합니다.
- * 돼지 : 외국산/국내산, 소고기 : 미국산/호주산, 동태/코다리/가자미 : 러시아산
- * 오징어/고등어/꽂치/오리고기/닭 : 국내산, 두부(콩) : 외국산

※ 식단 및 간식은 일정 및 날씨, 비정기적 후원 등에 따라 변경, 추가될 수 있습니다.