

2024년 06월 식단표

일자/요일	03(월)	04(화)	05(수)	06(목)	07(금)
점심	백미밥 냉이토장국 국물닭갈비 김가루삼색묵무침 계절나물 포기김치	잡곡밥  소고기미역국 소불고기전골 한식잡채 새우게살냉채 포기김치	백미밥 버섯육개장 미나리제육볶음 붕어묵조림 계절나물 포기김치	센 더 휴 관 일	백미밥 늪은호박된장국 고추장불고기 상추들깨묵무침 계절나물 포기김치
오후간식	단호박찜 음료	제철과일	절편 수정과	현충일	파배기 요거트
일자/요일	10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금)
점심	잡곡밥 동태알탕 안동찜닭 햄오이마요샐러드 유자청무생채 포기김치	백미밥 고추장찌개 소고기잡채 참나물 도토리묵무침 흑임자고구마맛탕 포기김치	잡곡밥 시금치토장국 제육볶음 야채계란찜 계절나물 포기김치	백미밥 소고기무국 깻잎닭갈비 햄감자조림 계절나물 포기김치	잡곡밥 참치개장 풋고추계란장조림 탕평채 계절나물 포기김치
오후간식	찐감자 음료	롤케익 요거트	아이스크림	바나나	생신잔치
일자/요일	17(월)	18(화)	19(수)	20(목)	21(금)
점심	백미밥 새우젓호박국 간장불고기 맛살야채볶음 계절나물 포기김치	잡곡밥 소고기파국 닭살채소볶음 감자조림 계절나물 포기김치	백미밥 아욱된장찌개 제육볶음 탕평채 도라지오이무침 포기김치	잡곡밥 호박고추장찌개 순살닭갈비 붕어묵조림 계절나물 포기김치	백미밥 배추된장국 돼지주물럭 연근콩조림 오이뚫뚫이 포기김치
오후간식	화채	파배기 요구르트	후레쉬베리 요거트	제철과일	감자떡 음료
일자/요일	24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금)
점심	잡곡밥 무채된장국 물닭갈비 햄오이겨자냉채 반반콩자반 포기김치	백미밥 호박된장찌개 파채불고기 들기름묵무침 계절나물 포기김치	잡곡밥 돈육김치찌개 영양닭살찜 고구마맛탕 치커리오이무침 포기김치	백미밥 부들어묵탕 고추장제육볶음 산채묵무침 호박나물 포기김치	잡곡밥 팽이김치국 간장닭살조림 붕어묵떡볶이 계절나물 포기김치
오후간식	비빔면	제철과일	카스텔라 요거트	바람떡 식혜	바나나