

한솔주간보호센터 7월 급간식단표



월	화	수	목	금	토
1	2	3	4	5	6
병아리콩밥 배추된장국 제육볶음 콩나물무침 양파장아찌 배추김치	현미밥 순두부국 코다리조림 우영조림 애호박볶음 배추김치	수수밥 만두국 너비아니 브로콜리숙회 양념깻잎 배추김치	잡곡밥 오이냉국 미트볼조림 감자채볶음 메추리알조림 배추김치	렌틸콩밥 아욱된장국 닭갈비 멸치볶음 김구이 배추김치	흑미밥 사골만둣국 고추장닭갈비구이 얼갈이된장무침 고구마멸치조림 배추김치
두유/요구르트 단호박죽	두유/요구르트 단팥빵	두유/요구르트 고구마/우유	두유/요구르트 과일	두유/요구르트 우동	두유/요구르트 도라야끼/우유
8	9	10	11	12	13
기장밥 미소된장국 돈가스 오이무침 감자샐러드 배추김치	현미밥(생선) 미역국 삼치구이 마늘쫄무침 숙주나물 배추김치	검정콩밥 들깨무국 계란찜 진미채무침 치커리샐러드 배추김치	수수밥 감자두부국 소고기장조림 연근조림 고추지무침 배추김치	흑미밥 시금치된장국 김치찜 어육볶음 땅콩조림 열무김치	흑미밥 김치어묵국 마늘양념닭갈비구이 부지갱이볶음 간장깻잎 배추김치
두유/요구르트 새우야채죽	두유/요구르트 완두양금/우유	두유/요구르트 찐단호박/우유	두유/요구르트 물만두	두유/요구르트 잔치국수	두유/요구르트 오뜨/우유
15	16	17	18	19	20
기장밥 삼계탕 아삭이고추무침 무나물 수박 배추김치	잡곡밥 계란국 갈치조림 가지볶음 다시마튀각 배추김치	참쌀밥 미역국 소불고기 잡채 브로콜리/초장 배추김치	현미밥 순두부국 오징어무침 비엔나소세지볶음 고구마샐러드 배추김치	수수밥 시래기된장국 닭볶음탕 우영조림 새송이버섯볶음 배추김치	흑미밥 팽이미소장국 간장닭갈비 봄동나물볶음 마늘쫄무침 배추김치
두유/요구르트 녹두죽	두유/요구르트 요플레/모닝빵	두유/요구르트 케익/우유	두유/요구르트 과일샐러드	두유/요구르트 짜장면	두유/요구르트 보름달/우유
22	23	24	25	26	27
차조밥 북어국 김치볶음 온두부 오이무침 총각김치	렌틸콩밥 미소장국 생선까스 도라지무침 콩자반 배추김치	현미밥 청국장찌개 계란말이 감자샐러드 멸치볶음 배추김치	잡곡밥(생선) 미역국 돈고추장불고기 양배추쌈 무생채 배추김치	완두콩밥 카레라이스 너비아니 양파장아찌 마늘쫄무침 배추김치	흑미밥 근대된장국 너비아니야채조림 소고기무장아찌 깻잎절임 배추김치
두유/요구르트 흑임자죽	두유/요구르트 유부초밥	두유/요구르트 단팥/우유	두유/요구르트 찐만두	두유/요구르트 칼국수	두유/요구르트 머핀/우유
29	30	31			
병아리콩밥 유채된장국 동그랑땡전 연두부/양념장 진미채무침 배추김치	수수밥 도토리묵냉국 임연수구이 얼갈이된장무침 도시락김 배추김치	잡곡밥 콩나물국 훈제오리 부추무침 느타리버섯볶음 배추김치			
두유/요구르트 타락죽	두유/요구르트 슈크림/우유	두유/요구르트 찐감자/우유			

★ 위 식단은 시장물가변동 및 기관 사정에 따라 변경될 수 있습니다.