

2026년 6월 식단표

구분		월(06.01)	화(06.02)	수(06.03)	목(06.04)	금(06.05)	토(06.06)
식단	점심	잡곡밥 소고기우거지국 간장불고기 상추쌈/쌈장 가지나물 배추김치(물김치) (632kcal)	잡곡밥 / 종합살부국 달걀데리야끼볶음(동그 랑땡) 어묵야채볶음 상추무침 배추김치(물김치) (630kcal)	잡곡밥 양지설령탕&소면 메밀전병구이 상추무침 모듬콩조림 배추김치(물김치) (630kcal)	잡곡밥 콩나물국 돈육들깨백불고기 가지찜&양념장 청포묵김가루무침 배추김치(물김치) (630kcal)	잡곡밥 소고기미역국 하이라이스소스 탕수육&소스 얼갈이겉절이 배추김치(물김치) (634kcal)	잡곡밥 감자양파국 제육볶음 호박야채부추전 아삭이고추무침 배추김치(물김치) (627kcal)
	저녁	잡곡밥 황태국 훈제오리볶음 연근조림 부추양파무침 배추김치(물김치) (572kcal)	잡곡밥 유부된장국 돈육김치볶음 온두부 무생채 배추김치(물김치) (570kcal)	잡곡밥 근대국 코다리무조림 도토리묵야채무침 부추양파겉절이 배추김치(물김치) (568kcal)	잡곡밥/호박된장찌개 계란말이&케첩(동그랑 땡) 감자볶음 들깨무나물 배추김치(물김치) (564kcal)	잡곡밥 다시마무채국 함박스테이크&소스 느타리버섯볶음 청경채나물 배추김치(물김치) (563kcal)	잡곡밥 유채된장국 오미산적 미역줄기볶음 숙주당근무침 배추김치(물김치) (564kcal)
간식	오전	율무차	단호박죽	스프	단팔죽	깨죽	단호박죽
	오후	도넛 / 주스	고구마쥘/요구르트	제철과일	딸기요플레	밤만주/요구르트	요거트
구분		월(06.08)	화(06.09)	수(06.10)	목(06.11)	금(06.12)	토(06.13)
식단	점심	잡곡밥 고추장찌개 간장불고기 상추쌈&쌈장 삼색겨자냉채무침 배추김치(물김치) (640kcal)	잡곡밥 소고기미역국 닭볶음탕 어묵볶음 숙주나물무침 배추김치(물김치) (638kcal)	잡곡밥 도토리묵밥 훈제오리부추찜 들기름두부구이&양념장 궁채절임 배추김치(물김치) (640kcal)	잡곡밥 등근호박된장찌개 동태콩나물찜 우영조림 청경채나물 배추김치(물김치) (638kcal)	잡곡밥 물만두국 카레소스 표고버섯탕수&소스 열무무침 배추김치(물김치) (630kcal)	잡곡밥 시래기된장국 안동찜닭 단호박튀김 치커리상추무침 배추김치(물김치) (640kcal)
	저녁	잡곡밥 콩가루배추국 맨치가스&소스 실곤약야채무침 열무나물 배추김치(물김치) (565kcal)	잡곡밥 순두부찌개 떡갈비피망조림 시래기된장지짐 오이무침 배추김치(물김치) (565kcal)	잡곡밥 감자에 호박새우젓국 제육볶음 참치무조림 시금치나물무침 배추김치(물김치) (563kcal)	잡곡밥 김치유부국 고기말이구이 어묵볶음 부추오이생채 배추김치(물김치) (573kcal)	잡곡밥 미역미소국 돈육김치볶음 호박볶음 탕평채 배추김치(물김치) (567kcal)	잡곡밥 어묵국 고등어무조림 콩나물무침 오이지무침 배추김치(물김치) (566kcal)
간식	오전	율무차	단호박죽	스프	단팔죽	깨죽	단호박죽
	오후	요거트/곡물과자	찜감자/요구르트	카스타드/두유	계절과일	미니바나나도넛/요구르트	비피더스
구분		월(06.15)	화(06.16)	수(06.17)	목(06.18)	금(06.19)	토(06.20)
식단	점심	잡곡밥 소고기우거지국 코다리무조림 도토리묵김치무침 부추양파무침 배추김치(물김치) (638kcal)	잡곡밥 유부장국 고구마달걀비 도라지오이무침 감자채피망볶음 배추김치(물김치) (642kcal)	잡곡밥 무생채, 상추채, 콩나물 오이미역냉국 간장불고기 양파장아찌 배추김치(물김치) (641kcal)	잡곡밥 소고기무국 가지미김자조림 한식잡채 열무된장무침 배추김치(물김치) (638kcal)	잡곡밥 잔치국수&지단&야채 도토리묵속갓무침 갈비만두 황도샐러드 배추김치(물김치) (632kcal)	잡곡밥 닭고기무국 돈육마파두부 숙주무침 얼갈이겉절이 배추김치(물김치) (635kcal)
	저녁	잡곡밥 근대된장국 돈육곤약조림 명이절임 시금치나물 배추김치(물김치) (565kcal)	잡곡밥 들깨미역국 오징어까스&타르소스 가지볶음 마카로니샐러드 배추김치(물김치) (570kcal)	잡곡밥 순두부탕 동태전 호박볶음 실곤약오이마요무침 배추김치(물김치) (564kcal)	잡곡밥 유부된장국 닭감자볶음 깻순나물 맛살양배추볶음 배추김치(물김치) (572kcal)	잡곡밥 감자양파국 오삼불고기 우영조림 오이무침 배추김치(물김치) (573kcal)	잡곡밥 청국장찌개 돈육조림 어묵볶음 무나물 배추김치(물김치) (565kcal)
간식	오전	율무차	단호박죽	스프	단팔죽	깨죽	단호박죽
	오후	미니치즈케익/음료	새알단팔죽	유과/요구르트	찐고구마/주스	사과편센드위치/두유	계절과일
구분		월(06.22)	화(06.23)	수(06.24)	목(06.25)	금(06.26)	토(06.27)
식단	점심	잡곡밥 꽃게된장찌개 소고기숙주볶음 애호박느타리볶음 무생채 배추김치(물김치) (618kcal)	잡곡밥 동태찌개 연양식불고기&부추무침 어묵볶음 시금치나물 배추김치(물김치) (618kcal)	잡곡밥 등뼈감자탕 계란말이&케첩 상추무침 양파장아찌 배추김치(물김치) (624kcal)	잡곡밥 공국수 오이채&삶은계란 민짜독두전 부추무생채 배추김치(물김치) (632kcal)	잡곡밥 / 사골황태국 제육볶음 맛살콩나물오이겨자냉 채 무나물 배추김치(물김치) (630kcal)	잡곡밥 소고기콩나물밥&양념장 계란찜 두부강정 모듬장아찌 배추김치(물김치) (632kcal)
	저녁	잡곡밥 순두부탕 콩치김치조림 감자채볶음 참나물무침 배추김치(물김치) (568kcal)	잡곡밥 근대된장국 맨치까스&소스 콩나물무침 콘샐러드 배추김치(물김치) (576kcal)	잡곡밥 다시마무국 훈제오리볶음 고구마조림 치커리무침 배추김치(물김치) (565kcal)	잡곡밥 팽이버섯맑은국 고등어무조림 연근흑임자무침 시래기지짐 배추김치(물김치) (560kcal)	잡곡밥 옥수수스프 미트소스스파게티 두부조림 그린샐러드 배추김치(물김치) (568kcal)	잡곡밥 얼갈이된장국 한식잡채 김자조림 시금치나물 배추김치(물김치) (563kcal)
간식	오전	율무차	단호박죽	스프	단팔죽	깨죽	단호박죽
	오후	카스타드/주스	찐순대/요구르트	미니치즈케익/두유	계절과일	단호박죽	요플레/약과
구분		월(06.29)	화(06.30)				
식단	점심	잡곡밥 미역오이냉국 간장불고기 상추쌈&쌈장 느타리버섯볶음 배추김치 (623kcal)	잡곡밥 육개장 해물동그랑땡전 오이들깨무침 새송이버섯볶음 배추김치 (620kcal)				
	저녁	잡곡밥 계란찜국 돈육마파두부 어묵볶음 우영조림 배추김치 (572kcal)	잡곡밥 미역국 달걀장조림 청포묵김가루무침 시금치나물 배추김치 (565kcal)				
간식	오전	율무차	단호박죽				
	오후	인절미과자/주스	제철과일				

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.