

6월 식단표

일자/요일	01(월)	02(화)	03(수)	04(목)	05(금)	06(토)
점심	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	시금치된장국	배추된장국	소고기미역국	썩갠어묵국	팽이버섯미소국	전주해장국
	가자미카레구이	새우커를렛*타르타르소스	돈육청경채볶음	준천닭갈비	카레라이스	돈육갈비양념조림
	도토리묵김치무침	엄지새송이조림	우무채새싹무침	오이야채무침	게맛살버섯볶음	실곤약야채비빔
	무짬지무침	미역조무침	모듬쌈/쌈장	불어묵강정	채소겉절이	백묵이유부냉채
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
저녁	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	콩나물국	계란파국	유부장국	고추장찌개	순두부백탕	샤브샤브국
	돈육마파가지불고기	시래기코다리조림	류산술덮밥	미트볼데리야끼조림	고추잡채	떡갈비데리야끼조림
	고사리나물	수제피클	보리새우시래기지짐	중화풍버섯죽순볶음	사모사튀김	햄숙주굴소스볶음
	양상추샐러드/드레싱	옥수수마카로니샐러드	단무지무침	오복채무침	짜사이무침	올방개묵김가루무침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
일자/요일	08(월)	09(화)	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)
점심	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	홍합무국	채개장	계란파국	순두부찌개	시래기된장국	사골우거지국
	묵이버섯돈육볶음	두부강정	렌탈콩카레라이스	닭살깎잎볶음	임연수카레구이	돈채굴소스볶음
	간풍만두	톳된장무침	어묵샐러드	흑임자고구마맛탕	파리알감자조림	애호박새우젓지짐
	비름나물무침	오복지무침	수제피클	무짬지채무침	치커리토마토무침	마카로니콘샐러드
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
저녁	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	된장찌개	콩나물국	얼갈이된장국	유부팽이장국	고추장찌개	무채콩나물국
	두부커를렛/소스	고등어무조림	훈제오리부추볶음	브로컬리아채스크램블	마파두부	생선까스*탈탈소스
	순대깎잎볶음	돈채죽순들깨볶음	보리새우무조림	우무묵야채무침	햄숙주볶음	도토리묵김치무침
	오이부추무침	브로컬리땅콩무침	미역초장무침	얼갈이시저샐러드	오이소박이	감자채볶음
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치

6월 식단표



일자/요일	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)	20(토)
점심	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	콩나물국	얼갈이된장국	청국장찌개	부추계란국	사골우거지국	소고기무국
	돈육김치찜	갯잎고추장불고기	자반고등어구이	짜장덮밥	갈비양념돈장조림	생선커를렛*탈탈소스
	마늘쫀감자조림	곤약탕평채	푸실리아채샐러드	토마토계란볶음	고사리들깨볶음	마카로니콘샐러드
	황도그린샐러드*소스	모듬쌈/쌈장	부추야채겉절이	단무지부추무침	숙주냉채	미역초무침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
저녁	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	유부미소국	순두부백당	황태해장국	두부탕국	홍합미역국	감자연두부국
	어항가지덮밥	고기완자데리조림	닭살브로컬리조림	오징어콩나물찜	코다리무조림	준천닭갈비
	새송이맛살볶음	목이버섯무침	우영채어묵볶음	뿌리채소조림	삼색청포묵무침	새우젓호박볶음
	단무지부추무침	다시멸치우거지찜	오복지무침	오이야채무침	참나물무생채	무말랭이무침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
일자/요일	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)	27(토)
점심	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	종합어무국	계란파국	소고기미역국	시래기된장국	청국장찌개	팽이미소국
	멘치까스*브라운소스	마파두부	제육볶음	바베큐폭찹	임연수카레구이	하이라이스
	비빔곤약	그린샐러드*흑임자D	오색냉채	브로컬리파프리카무침	그린빈양송이볶음	준권튀김(2)
	시래기지짐	건육이부추참소스무침	모듬야채겉절이	레몬미역무무침	오징어젓무생채	단무지무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저녁	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	오징어무국	콩나물국	종합어묵국	고사리육개장	사골물만두수제비국	전주해장국
	닭다리살데리야끼조림	돈채가지볶음	소시지야채볶음	해물볶음곤약우동	떡갈비파인애플조림	오삼불고기
	양배추오리엔탈무침	도토리묵*양념장	죽순볶음	불어묵조림	들깨무나물	꼬시래기초무침
	매실간장깻잎지	락교오이지무침	해초무침	양배추쌈장나물	부추적채무침	단배추나물
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
일자/요일	29(월)	30(화)				
점심	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥				
	고추장찌개	미역국				
	케이준치킨샐러드	오삼불고기				
	우영조림	올방개묵무침				
	오그락지무침	멸치무조림				
	배추김치	배추김치				
저녁	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥				
	꽃게된장찌개	얼갈이된장국				
	연양불고기*오리엔탈파채	한입가득동그랑땡*케첩				
	중화풍죽순볶음	북어채마늘쫀볶음				
	오복지무침	단배추나물				
	포기김치	포기김치				