

2026년 06월 식단표 영양사 : 인 * 진

월/일		점심	변경시메뉴	비고	간식	
월요일 1일		검정콩밥 이역국 열갱이구이 브로콜리두부무침 오이무침 배추김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
화요일 2일		백미밥 콩나물국 두부구이 머위볶음 돼지불고기 무우생채			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
수요일 3일		흑미밥 배추국 감자볶음 청경채숙주무침 고등어구이 묵나물볶음			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
목요일 4일		검정콩밥 순두부김치국 가자미조림 마늘종간장조림 참나물무침 열무김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
금요일 5일		백미밥 북어국 닭볶음탕 시금치무침 고사리볶음 배추김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
토요일 6일		백미밥 소고기무국 가지볶음 어묵볶음 오징어무침 깍두기			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
월요일 8일		백미밥 명태곤지국 호박볶음 메추리알 조림 표고버섯볶음 부추김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트

원산지	쌀:국산배추:국산고춧가루:국산돼지고기:국산 소고기:국산및호주산닭고기:국산생선:국산및러시아야채:국산
-----	---

상기식단은사정에따라변경될수있습니다

2026년 06월 식단표 영양사 : 인 * 진

월/일		점심	변경시메뉴	비고	간식	
화요일 9일		차조밥 닭곰탕 미역줄기볶음 감자채볶음 두부간pong기 배추김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
수요일 10일		검정콩밥 김치콩나물국 동그랑땡 청경채무침 소불고기 열무김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
목요일 11일		흑미밥 청국장찌개 잡채 느타리버섯볶음 미역무침 양배추김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
금요일 12일		백미밥 감자국 멸치볶음 숙조무침 도토리묵무침 고등어조림			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
토요일 13일		차조밥 비지찌개 코다리조림 알배추무침 숙갓두부무침 오이소박이			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
월요일 15일		검정콩밥 김치찌개 아삭이고추 브로콜리무침 오징어무침 열무김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
화요일 16일		검정콩밥 이역국 열갱이구이 브로콜리두부무침 오이무침 배추김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트

원산지	쌀:국산배추:국산고춧가루:국산돼지고기:국산 소고기:국산및호주산닭고기:국산생선:국산및러시아야채:국산
-----	---

상기식단은사정에따라변경될수있습니다

2026년 06월 식단표 영양사 : 인 * 진

월/일		점심	변경시메뉴	비고	간식	
수요일 17일		백미밥 콩나물국 두부구이 머위볶음 돼지불고기 무우생채			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
목요일 18일		흑미밥 배추국 감자볶음 청경채숙주무침 고등어구이 묵나물볶음			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
금요일 19일		검정콩밥 순두부김치국 가자미조림 마늘쫀간장조림 참나물무침 열무김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
토요일 20일		백미밥 복어국 닭볶음탕 시금치무침 고사리볶음 배추김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
월요일 22일		백미밥 소고기무국 가지볶음 어묵볶음 오징어무침 깍두기			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
화요일 23일		백미밥 명태곤지국 호박볶음 메추리알 조림 표고버섯볶음 부추김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
수요일 24일		차조밥 닭곰탕 미역줄기볶음 감자채볶음 두부간pong기 배추김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트

원산지	쌀:국산배추:국산고춧가루:국산돼지고기:국산 소고기:국산및호주산닭고기:국산생선:국산및러시아야채:국산
-----	---

상기식단은사정에따라변경될수있습니다

2026년 06월 식단표 영양사 : 인 * 진

월/일		점심	변경시메뉴	비고	간식	
목요일 25일		검정콩밥 김치콩나물국 동그랑땡 청경채무침 소불고기 열무김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
금요일 26일		흑미밥 청국장찌개 잡채 느타리버섯볶음 미역무침 양배추김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
토요일 27일		백미밥 감자국 멸치볶음 숙조무침 도토리묵무침 고등어조림			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
월요일 29일		차조밥 비지찌개 코다리조림 알배추무침 썩갓두부무침 오이소박이			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
화요일 30일		검정콩밥 김치찌개 아삭이고추 브로콜리무침 오징어무침 열무김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트
					오전	오곡차
열량	단백질				오후	요구르트

원산지	쌀:국산배추:국산고춧가루:국산돼지고기:국산 소고기:국산및호주산닭고기:국산생선:국산및러시아야채:국산
-----	---

상기식단은사정에따라변경될수있습니다