

식단표

2024년 03월

한마음재가센터

월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일	
								1 삼일절		2	
								점심 (627kcal)	간식	점심 (625kcal)	간식
								잡곡밥 두부팽이원장국 닭볶음탕 도토리묵&간장 시금치무침 배추김치	호박죽 메밀국수	잡곡밥 소고기뭇국 아채계란찜 콩나물무침 조미김 배추김치	크림스프 편빵&두유
4		5		6		7		8		9	
점심 (626kcal)	간식	점심 (625kcal)	간식	점심 (626kcal)	간식	점심 (627kcal)	간식	점심 (626kcal)	간식	점심 (623kcal)	간식
잡곡밥 유부장국 등심돈까스&소스 양념깻잎지 양상추코샐러드 배추김치	호박죽 왕만두찜	잡곡밥 육개장 두부부침&양념장 가지나물볶음 콩나물무침 배추김치	크림스프 카스타드&두유	잡곡밥 미역장국 생선까스&소스 파나물무침 무말랭이무침 배추김치	소고기아채죽 요플레&쿠키	잡곡밥 시래기된장국 김치제육볶음 아채튀김 상추쌈&쌈장 배추김치	크림스프 짜장떡볶이	잡곡밥 복어미역국 버섯소불고기 한식잡채 숙주나물 배추김치	떡 순살치킨&매실주스	잡곡밥 소고기뭇국 아채계란말이 맛살아채볶음 무말랭이무침 배추김치	크림스프 편빵&두유
11		12		13		14		15		16	
점심 (626kcal)	간식	점심 (625kcal)	간식	점심 (623kcal)	간식	점심 (624kcal)	간식	점심 (627kcal)	간식	점심 (625kcal)	간식
잡곡밥 시래기두부된장국 스팸구이 어묵간장조림 무나물 배추김치	호박죽 바나나&두유	잡곡밥 콩나물국 훈제오리 파프리카쌈무 상추겉절이 배추김치	크림스프 편고구마&요구르트	잡곡밥 돼지고기김치찌개 코다리조림 순두부*양념장 연근조림 배추김치	소고기아채죽 요플레&오렌지	잡곡밥 복어국 마파두부 비엔나미늘종볶음 시금치무침 배추김치	크림스프 잔치국수	잡곡밥 김치콩나물국 불라짬 매추리알장조림 시래기나물 배추김치	호박죽 딸기잼빵&두유	잡곡밥 계란탕 간장찜닭 무말랭이무침 조미김 배추김치	크림스프 김가루주먹밥
18		19		20		21		22		23	
점심 (623kcal)	간식	점심 (623kcal)	간식	점심 (623kcal)	간식	점심 (623kcal)	간식	점심 (627kcal)	간식	점심 (625kcal)	간식
잡곡밥 김치순두부국 오징어양파볶음 스모크햄아채볶음 시래기나물 배추김치	호박죽 치즈핫도그	잡곡밥 미역국 캔콩치조림 분홍소시지전 계절나물생채 배추김치	크림스프 꿀호떡&두유	잡곡밥 홍합살뭇국 간장당면찜닭 맛살아채볶음 부추겉절이 배추김치	소고기아채죽 요플레&마가렛	잡곡밥 계란탕 카레소스 닭튀김 황도양상추샐러드 배추김치	크림스프 도토리묵밥	잡곡밥 비지락미역국 간장불고기 오색청포묵 미역초무침 배추김치	호박죽 바나나&두유	잡곡밥 유채된장국 순살닭조림 생선가스 새콤무생채 배추김치	호박죽 편고구마
25		26		27		28		29		30	
점심 (626kcal)	간식	점심 (625kcal)	간식	점심 (623kcal)	간식	점심 (624kcal)	간식	점심 (627kcal)	간식	점심 (625kcal)	간식
잡곡밥 황태국 제육두루치기 어묵조림 양배추쌈*쌈장 배추김치	호박죽 땅콩미니샌드&두유	잡곡밥 계란탕 캔콩치김치조림 스모크햄볶음 고사리나물 배추김치	크림스프 요플레&쿠키	잡곡밥 복어뭇국 제육볶음 도토리묵무침 얼갈이나물 배추김치	소고기아채죽 바나나&두유	잡곡밥 계란탕 짜장볶음 물만두찜 단무지무침 배추김치	크림스프 잔치국수	잡곡밥 콩나물국 코다리조림 김치제육볶음 미역초무침 배추김치	호박죽 편계란&식혜	잡곡밥 근대된장국 닭순살간장조림 미트스파게티 양상추샐러드 배추김치	크림스프 카스타드&두유

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

※ 원산지 표시 : 국내산- 김치, 꽃게, 비지락, 돼지고기

수입- 소고기, 갈치, 고등어