

식단표

2024년 06월

한마음재가센터

월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일	
										1	
										점심(625kcal)	간식
										잡곡밥 물만둣국 소불고기 애호박볶음 조미김 배추김치	크림스프 구운모닝빵 요구르트
3		4		5		6 현충일		7		8	
점심(626kcal)	간식	점심(625kcal)	간식	점심(626kcal)	간식	점심(627kcal)	간식	점심(626kcal)	간식	점심(623kcal)	간식
잡곡밥 콩나물국 간장게장 불어죽조림 양념깻잎지 배추김치	호박죽 토마토설탕절임	잡곡밥 계란탕 등심돈까스 브로콜리숙회 고사리나물 배추김치	크림스프 찐감자 요구르트	잡곡밥 보리새우아욱국 간장불고기 김말이튀김 콩나물무침 배추김치	소고기야채죽 바나나 두유	잡곡밥 팽이장국 카레소스 치킨가라아게 무생채 배추김치	크림스프 도토리묵밥	잡곡밥 감자양파국 소고기채볶음 콩참치샐러드 미니리숙주무침 배추김치	호박죽 요플레 쿠키	잡곡밥 얼갈이된장국 간장찜닭 호박볶음 오이지무침 배추김치	크림스프 꿀호떡 두유
10		11		12		13		14		15	
점심(623kcal)	간식	점심(622kcal)	간식	점심(624kcal)	간식	점심(623kcal)	간식	점심(627kcal)	간식	점심(625kcal)	간식
잡곡밥 미역국 고등어무조림 미니돈가스 고사리나물 배추김치	호박죽 구운계란 사과주스	잡곡밥 콩나물국 돈육두두치기 사각어묵볶음 상추쌈*쌈장 배추김치	크림스프 카스테라 두유	잡곡밥 근대된장국 순살닭볶음탕 비엔나볶음 미니리숙주무침 배추김치	소고기야채죽 요플레 크래커	잡곡밥 미역국 콩나물불고기 메추리알장조림 양배추샐러드 배추김치	크림스프 감자만두	잡곡밥 미역국 버섯소불고기 동그랑땡전 새콤무생채 배추김치	떡 과일	잡곡밥 홍태탕 시태장조림 단호박달걀무침 표고버섯그린빈스볶음 배추김치	크림스프 모닝빵 요구르트
17		18		19		20		21		22	
점심(626kcal)	간식	점심(625kcal)	간식	점심(626kcal)	간식	점심(627kcal)	간식	점심(626kcal)	간식	점심(623kcal)	간식
잡곡밥 어묵탕 바싹마늘돈불고기 감자조림 상추쌈*쌈장 배추김치	호박죽 토마토설탕절임	잡곡밥 콩나물국 깻잎닭조림 스모크햄야채볶음 무나물 배추김치	크림스프 찐감자 요구르트	잡곡밥 미역국 간장불고기 어묵조림 콩나물무침 배추김치	소고기야채죽 꿀호떡 두유	잡곡밥 열무된장국 카레소스 치킨가라아게 슬림단무지무침 배추김치	크림스프 냉막국수	잡곡밥 감자양파국 소불고기(당면볶음) 콩참치샐러드 숙주나물 배추김치	호박죽 요플레 카스타드	잡곡밥 얼갈이된장국 제육볶음 맛살새송이볶음 물오이지 배추김치	크림스프 김가루주먹밥
24		25		26		27		28		29	
점심(623kcal)	간식	점심(623kcal)	간식	점심(623kcal)	간식	점심(623kcal)	간식	점심(625kcal)	간식	점심(623kcal)	간식
잡곡밥 오징어김치국 제육볶음 스모크햄야채볶음 양배추쌈*쌈장 배추김치	호박죽 치즈핫도그	잡곡밥 미역국 캔콩치조림 한식잡채 계절나물생채 배추김치	크림스프 바나나 두유	잡곡밥 홍합살뚝국 간장당면찜닭 맛살야채볶음 부추날콩가루쌈 배추김치	소고기야채죽 찐감자 미숫가루	잡곡밥 계란탕 짜장소스 아끼만두튀김 미니리아채무침 배추김치	크림스프 카스테라 두유	잡곡밥 유채된장국 순살닭조림 생선가스 새콤무생채 배추김치	호박죽 요플레 과일	잡곡밥 얼갈이된장국 제육볶음 맛살새송이볶음 물오이지 배추김치	크림스프 찐계란 식혜

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

※ 원산지 표시 : 국내산- 김치, 꽃게, 바지락, 돼지고기

수입- 소고기, 갈치, 고등어