

식단표

2024년 09월

한마음제가센터

월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일	
2		3		4		5		6		7	
점심(626kcal)	간식	점심(625kcal)	간식	점심(626kcal)	간식	점심(627kcal)	간식	점심(626kcal)	간식	점심(623kcal)	간식
잡곡밥 콩나물국 오징어숙회 고구마순복음 연근땅콩조림 배추김치	해물죽 갈비만두	잡곡밥 순두부찌개 제육볶음 양배추쌈&쌈장 노각무침 배추김치	크림스프 토마토설탕절임	잡곡밥 코다리탕 아재게란찜 비엔나아채볶음 고사리나물 배추김치	해물죽 편감자	잡곡밥 아욱국 카레 미니돈가스튀김 꽃맛살양상추샐러드 배추김치	크림스프 떡볶이	잡곡밥 아욱탕 마파두부 브로콜리숙회 도라지무침 배추김치	해물죽 숙개떡 요구르트	잡곡밥 얼무된장국 닭볶음탕 채어묵볶음 양념깻잎지 배추김치	크림스프 카스테드 두유
9		10		11		12		13		14	
점심(623kcal)	간식	점심(622kcal)	간식	점심(624kcal)	간식	점심(623kcal)	간식	점심(627kcal)	간식	점심(625kcal)	간식
잡곡밥 유부된장국 생선까스 마늘콩간장조림 아재겉절이 배추김치	호박죽 찜빵 배추스	잡곡밥 북어묵국 가지미찜 동부묵무침 가지양파볶음 배추김치	크림스프 파배기 두유	잡곡밥 계란탕 어묵두부조림 호박새우젓볶음 양념깻잎지 배추김치	감자죽 요플레 쌀과자	잡곡밥 얼무된장국 제육볶음 도토리묵&양념장 고구마순복음 배추김치	크림스프 피자 콜라	잡곡밥 소고기미역국 한식잡채 해물동그랑땡 얼갈이나물무침 배추김치	떡 과일	잡곡밥 콩나물국 소불고기당면조림 사각어묵볶음 무밀랭이무침 배추김치	크림스프 구운도넛 두유
16 추석		17 추석		18 추석		19		20		21	
점심		점심		점심(626kcal)	간식	점심(627kcal)	간식	점심(626kcal)	간식	점심(623kcal)	간식
휴원		휴원		잡곡밥 돼지고기김치국 아재게란찜 맛살아채볶음 콩나물무침 배추김치	감자죽 요플레 쿠키	잡곡밥 유부장국 등심돈까스 알감자조림 미역초무침 배추김치	크림스프 카스테드 요구르트	잡곡밥 오징어묵국 간장제육볶음 양배추쌈*쌈장 얼갈이나물무침 배추김치	호박죽 바나나 두유	잡곡밥 순두부찌개 깻잎채썰 숙주나물무침 양념깻잎지 배추김치	크림스프 감자만두
23		24		25		26		27		28	
점심(623kcal)	간식	점심(623kcal)	간식	점심(623kcal)	간식	점심(627kcal)	간식	점심(626kcal)	간식	점심(623kcal)	간식
잡곡밥 얼갈이된장국 간장찜닭 맛살양배추볶음 콩나물무침 배추김치	호박죽 찜고구마	잡곡밥 우동건지어묵탕 제육두부치기 새송이버섯볶음 우무묵무침 배추김치	크림스프 요플레 사과	잡곡밥 황태국 고등어무조림 스모크햄아채볶음 가지양파볶음 배추김치	감자죽 구운계란 식혜	잡곡밥 계란탕 짜장 물만두찜 단무지무침 배추김치	크림스프 계란토스트 요구르트	잡곡밥 감자양파국 코다리조림 아재게란말이 미역줄기볶음 배추김치	호박죽 기주떡 매실주스	잡곡밥 소고기미역국 매추리알조림 도토리묵아채무침 가지나물무침 배추김치	크림스프 단팥빵 두유
30											
점심(623kcal)	간식										
잡곡밥 김치콩나물국 생선까스&소스 새우젓호박볶음 고사리들깨지짐 배추김치	호박죽 진지국수										

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

※ 원산지 표시 : 국내산- 김치, 꽃게, 바지락, 돼지고기

수입- 소고기, 갈치, 고등어