

6월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목(생신잔치)	금	토
	6/1	6/2	6/3	6/4	6/5	6/6
오전간식	호박죽	녹두죽	지방선거(휴무)	팥죽	녹두죽	현충일(휴무)
행복한 점심 	잡곡밥	잡곡밥		잡곡밥	잡곡밥	
	배추된장국	소고기미역국		소고기 미역국	시래기된장국	
	돈육야채볶음	닭갈비		잡채	제육볶음, 상추쌈	
	버섯야채볶음	호박볶음		간장 닭볶음탕	탕평채	
	마늘쫀지	궁채장아찌		콩나물무침	무나물, 쌈장	
	배추김치	배추김치		배추김치	배추김치	
오후간식	후레쉬베리, 음료수	편빵, 식혜		떡, 보리차	바나나, 보리차	
날씬한 저녁 	쌀밥	쌀밥		쌀밥	쌀밥	
	오징어고추장찌개	근대된장국		아욱국	콩나물국	
	메추리알장조림	돈채가지볶음		닭살굴소스볶음	유산슬	
	어묵볶음	멸치고추장볶음		파리고추조림	건새우마늘쫀볶음	
	고추지무침	도라지나물		열무된장나물	취나물볶음	
	배추김치	배추김치		배추김치	배추김치	

▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사

▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

6월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
	6/8	6/9	6/10	6/11	6/12	6/13
오전간식	호박죽	녹두죽	흑임자죽	녹두죽	팥죽	호박죽
행복한 점심 	잡곡밥 두부김치국 순대야채볶음 고사리나물 오이지무침 배추김치	잡곡밥 얼갈이된장국 훈제오리야채볶음 실곤약야채무침 숙갓두부무침 배추김치	잡곡밥 동태탕 고추잡채 푸실리샐러드 알마늘지 배추김치	잡곡밥 콩나물국 간장찜닭 시래기지짐 무말랭이무침 배추김치	잡곡밥 어묵국 돈육김치볶음 감자채볶음 깻잎순나물 배추김치	쌀밥 미소된장국 하이라이스 숙주나물 단무지무침 배추김치
오후간식	찜빵,보리차	초코파이,보리차	떡볶이,보리차	이성당빵,보리차	찜만두,보리차	빵,두유
날씬한 저녁 	쌀밥 감자양파국 돈채숙주볶음 미역줄기볶음 명이장아찌 배추김치	쌀밥 청국장찌개 해파리냉채 버섯야채볶음 갓장아찌 배추김치	쌀밥 우거지된장국 돈육야채볶음 건파래무침 고추지무침 배추김치	쌀밥 얼큰소고기무국 계란찜 가지볶음 취나물 배추김치	쌀밥 두부새우젓국 새우살야채볶음 목이버섯냉채 콩조림 배추김치	

▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사

▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

6월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
	6/15	6/16	6/17	6/18	6/19	6/20
오전간식	호박죽	녹두죽	흑임자죽	녹두죽	팥죽	호박죽
행복한 점심 	잡곡밥 돈육김치찌개 오징어미나리무침 표고버섯볶음 방풍나물 배추김치	잡곡밥 배추된장국 간장찜닭 톳두부무침 죽순볶음 배추김치	잡곡밥 김치콩나물국 카레소스 청포묵김무침 고춧잎나물 배추김치	잡곡밥 감자들깨국 적어구이 연근흑임자샐러드 고들빼기 배추김치	잡곡밥 얼갈이된장국 돈육야채볶음 멸치무조림 미역초무침 배추김치	쌀밥 미소장국 닭볶음탕 우엉조림 깻잎지 배추김치
오후간식	찜감자,보리차	찜빵,보리차	김치전,보리차	카스타드,보리차	찜만두,보리차	빵,두유
날씬한 저녁 	쌀밥 미역국 돈채고추장볶음 컬리플라워볶음 오복지무침 배추김치	쌀밥 부대찌개 맛살야채볶음 어묵고추장볶음 콩나물무침 배추김치	쌀밥 순두부된장국 모듬장조림 호박새우젓볶음 청경채나물 배추김치	쌀밥 우렁된장국 돈육간장불고기 명엽채볶음 숙갓나물 배추김치	쌀밥 닭곰탕 두부조림 건새우마늘쫄볶음 간장고추지 배추김치	

- ▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사
- ▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

6월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
	6/22	6/23	6/24	6/25	6/26	6/27
오전간식	호박죽	녹두죽	흑임자죽	녹두죽	팥죽	호박죽
행복한 점심 	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	쌀밥
	홍합살무국	소고기무국	참치캔추어탕	순두부찌개	미역국	오징어무국
	닭살야채볶음	새우살야채볶음	생선까스&타르소스	돈육야채볶음	훈제오리볶음	닭살야채볶음
	오이무침	방풍나물	실곤약야채무침	숙주나물	도토리묵김치무침	어묵볶음
	궁채들깨나물	고시래기무침	무짬지	고추지무침	메밀순나물	구이김
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
오후간식	토스트,보리차	간장떡볶이,보리차	찜빵,보리차	떡,보리차	찜만두,보리차	카스타드,두유
날씬한 저녁 	쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥	
	장터국	콩나물국	감자된장찌개	건새우무국	시래기된장국	
	비엔나야채볶음	돈육야채볶음	오징어무조림	닭갈비	돈채짜장볶음	
	감자조림	멕시코샐러드	가지볶음	파래자반	브로콜리흑임자무침	
	곤드레나물	미나리무생채	해초무침	오이부추무침	단무지무침	
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	

▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사

▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

6월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
	6/29	6/30				
오전간식	호박죽	녹두죽				
행복한 점심 	잡곡밥	잡곡밥				
	우무냉국	계란국				
	묵은지닭볶음탕	마파두부				
	멸치볶음	천사채샐러드				
	쫄갓두부무침	열무된장나물				
	배추김치	배추김치				
오후간식	찐감자,보리차	찐빵,보리차				
날씬한 저녁 	쌀밥	쌀밥				
	사각어묵국	시래기된장국				
	돈채마늘쫄볶음	미트볼야채볶음				
	호박볶음	콩나물잡채				
	미역초무침	무말랭이무침				
	배추김치	배추김치				

- ▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사
- ▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.