

6월 식단표(1,2,3주)

⑨ 사회복지시설 일반식(간식·죽식 포함)식단
(2026-S020)

경주시어린이·사회복지급식관리지원센터 영양사 장윤선 (인) (인)

1주		6/1(월)	6/2(화)	6/3(수)	6/4(목)	6/5(금)	6/6(토)
간식		참치채소죽	닭살브로콜리죽	새우살죽	달걀양파죽	두부참깨죽	누룽지죽
점심		잡곡밥 시래기된장국 닭볶음탕 도토리묵무침 숙주나물 물김치	잡곡밥 순살감자탕 적어구이 팽이파프리카볶음 참나물무침 물김치	잡곡밥 미소장국 돼지고기수육 상추쌈/쌈장 무나물 물김치	잡곡밥 아욱된장국 오징어당근볶음 구운가지나물 곤드레나물무침 물김치	잡곡밥 돼지고기김치찌개 달걀말이 새송이버섯나물 근대나물무침 물김치	열무보리비빔밥/고추장 우렁된장찌개 메밀전병 취나물무침 배추김치
간식		요거트	바나나	쌀과자/두유	롤빵/보리차	키위	유산균음료/마가렛트
저녁		백미밥 순두부찌개 돼지고기채소볶음 명엽채조림 취나물무침 물김치	백미밥 북엇국 소갈비찜 애호박채전 부추양파무침 물김치	백미밥 달걀찜국 가자미구이 미역줄기나물 비름나물무침 물김치	백미밥 새우살애호박국 돼지고기찜 마늘종볶음 브로콜리무침 물김치	백미밥 설렁탕/소면 닭살간장구이 고사리나물 양념깻잎지 물김치	백미밥 두부맑은국 소불고기 상추겉절이 콩나물무침 물김치
2주	6/7(일)	6/8(월)	6/9(화)	6/10(수)	6/11(목)	6/12(금)	6/13(토)
간식	전복죽	참치채소죽	닭살브로콜리죽	새우살죽	달걀양파죽	두부참깨죽	누룽지죽
점심	잡곡밥 감자된장국 돼지두루치기 고구마순나물 부추양파무침 물김치	잡곡밥 쇠고기미역국 마파두부 파리고추양념찜 열무나물무침 물김치	채소짜장밥 해물짬뽕국 탕수육/소스 짜사이채무침 배추김치	잡곡밥 표고버섯된장국 쇠고기육전 김구이 양념깻잎지 물김치	잡곡밥 아욱국 고등어구이 잡채 상추겉절이 물김치	잡곡밥 열무된장국 닭갈비 애호박볶음 비름나물무침 물김치	잔치국수 잡곡밥(소) 새우튀김 오이무침 배추김치
간식	우유/쿠키	요거트	사과	찐고구마/두유	딸기잼토스트/보리차	참외	유산균음료/마가렛트
저녁	백미밥 수제비국 오리주물럭 양배추찜/쌈장 고사리나물 물김치	백미밥 근대된장국 가자미구이 진미채무침 시금치나물 물김치	백미밥 유부맑은국 쇠고기숙주볶음 우영조림 취나물무침 물김치	백미밥 황태해장국 간장찜닭 브로콜리참깨소스무침 오이송송이 물김치	백미밥 무채된장국 돼지제육볶음 잔멸치조림 참나물무침 물김치	백미밥 순두부백탕 해물완자전 도토리묵/양념장 시금치무침 물김치	백미밥 된장찌개 코다리양념찜 느타리버섯볶음 건파래자반 물김치
3주	6/14(일)	6/15(월)	6/16(화)	6/17(수)	6/18(목)	6/19(금)	6/20(토)
간식		참치채소죽	닭살브로콜리죽	새우살죽	달걀양파죽	두부참깨죽	누룽지죽
점심		잡곡밥 만둣국 해물찜 가지나물무침 고구마순나물 물김치	잡곡밥 쇠고기미역국 돼지수육/잡채 모듬쌈/쌈장 겉절이 물김치	잡곡밥 콩나물국 돼지주물럭 건새우마늘종볶음 부추양파무침 물김치	잡곡밥 버섯된장국 오리불고기 파리고추양념찜 시금치무침 물김치	잡곡밥 달걀찜국 고등어구이 호박새우젓볶음 청경채당근나물 물김치	잡곡밥 어묵탕 돈육찜스테이크 가지볶음 오이송송이 물김치
간식		요거트	포도	쌀과자/두유	호두과자/보리차	바나나	유산균음료/마가렛트
저녁		백미밥 청국장찌개 돼지갈비구이 상추쌈/쌈장 양념깻잎지 물김치	백미밥 조갯살미역국 달걀말이 진미채조림 단배추된장무침 물김치	백미밥 호박된장국 안동찜닭 죽순채피망볶음 비름나물무침 물김치	백미밥 유부맑은국 쇠고기당면볶음 잔멸치아몬드조림 오이무침 물김치	백미밥 호박요된장국 어묵양파볶음 명엽채조림 콩나물무침 물김치	백미밥 사골곰탕 돼지고기김치볶음 가지나물 참나물무침 물김치
식재료	쌀, 찹쌀, 잡곡	물김치	야채류	축산물	수산물	과일	콩나물/숙주/두부
원산지	국내산	국내산	국내산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산

6월 식단표(4,5주)

4주	6/21(일)	6/22(월)	6/23(화)	6/24(수)	6/25(목)	6/26(금)	6/27(토)
간식	전복죽	참치채소죽	닭살브로콜리죽	새우살죽	달걀양파죽	두부참깨죽	누룽지죽
점심	잡곡밥 쇠고기된장국 온두부찜 궁채들깨볶음 취나물무침 물김치	잡곡밥 콩나물국 삼치구이 어묵볶음 열무나물무침 물김치	잡곡밥 우렁된장찌개 쇠고기굴소스볶음 가지전 무나물 물김치	잡곡밥 가자미미역국 돼지고기채소조림 감자채볶음 콤취나물무침 물김치	삼색나물비빔밥/양념장 두부맑은국 새우살미나리전 시금치나물 배추김치	잡곡밥 돼지호박찌개 달걀말이 순대채소볶음 오이무침 물김치	잡곡밥 아욱된장국 오삼불고기 궁채짬아찌 콩나물무침 물김치
간식	우유/쿠키	요거트	오렌지	쌀과자/두유	카스텔라/보리차	토마토	유산균음료/마가렛트
저녁	백미밥 미역국 닭살대파구이 고사리나물볶음 느타리버섯나물 물김치	백미밥 팽이된장국 소불고기 잡채 비름나물무침 물김치	백미밥 애호박새우젓국 돼지고기김치찜 잔멸치파리고추볶음 부추양파무침 물김치	백미밥 시래기된장국 닭살파프리카볶음 맛살숙주무침 미역줄기나물 물김치	백미밥 황태국 돼지고기구이 아삭이고추된장무침 상추파채겉절이 물김치	백미밥 순두부백탕 고갈비 깻잎순나물 청포묵무침 물김치	백미밥 설렁탕 오리단호박찜 가지나물무침 단배추겉절이 물김치
5주	6/28(일)	6/29(월)	6/30(화)	♥ 항상 정성이 담긴 음식을 제공하도록 노력하겠습니다.♥			
간식		참치채소죽	닭살브로콜리죽				
점심		잡곡밥 유부된장국 갈치구이 새송이버섯나물 콩나물무침 물김치	잡곡밥 어묵국 소갈비찜 우영채볶음 시금치나물 물김치				
간식		요거트	멜론				
저녁		백미밥 미소장국 너비아니구이 명엽채조림 취나물무침 물김치	백미밥 근대된장국 달걀비 숙갓두부무침 무나물 물김치				

※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다.

※ 커피는 개인 기호에 따라 제공해드리고 있습니다.

※ 제철 과일 및 유산균음료를 제공합니다.

- 출 처 -

㉠ 사회복지시설 일반식(간식·죽식 포함)식단
(2026-S020)

경주시어린이.사회복지급식관리지원센터 영양사 장윤선



식재료	쌀, 찹쌀, 잡곡	물김치	야채류	축산물	수산물	과일	콩나물/숙주/두부
원산지	국내산	국내산	국내산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산