6월 식 단 표

삼봉재활주간보호센터

구 분	6월 1일 (월)	6월 2일 (화)	6월 3일 (수)	6월 4일 (목)	6월 5일 (금)	6월 6일 (토)
정성이 가득한 점심	잡곡밥 육개장 치킨까스/머스타드 볼어묵곤약조림 고들빼기무침 배추김치	잡곡밥 건새우미역국 고구마닭갈비 두부떡강정 쌈배추나물 배추김치	잡곡밥 바지락된장찌개 고등어무조림 올방개묵/양념장 쑥갓나물 배추김치	잡곡밥 소고기무국 베이컨스크램블에그 고추장감자조림 양념깻잎지 배추김치	잡곡밥 유부우동국 짜장소스 파닭치킨 오이깍둑 배추김치	잡곡밥 콩나물국 삼치구이 느타리버섯호박볶음 실곤약야채무침 무생채
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 얼갈이된장국 김치제육불고기 미나리콩나물무침 마카로니콘샐러드 배추김치	잡곡밥 순두부계란국 가오리양념찜 감자채볶음 시금치나물 배추김치	잡곡밥 김치수제비국 오징어동그랑땡전 고추장호박볶음 맛살미역줄기볶음 배추김치	잡곡밥 시래기국 제육볶음 연두부/양념장 유채나물 배추김치	잡곡밥 부대찌개 해물김치전 브로컬리미트볼조림 숙주나물 배추김치	잡곡밥 닭미역국 돈육볼어묵강정 우엉채조림 열무나물 배추김치
죽 간식	옥수수죽	소고기김치죽	단팥죽	닭죽	참치야채죽	게살계란죽
구 분	6월 8일 (월)	6월 9일 (화)	6월 10일 (수)	6월 11일 (목)	6월 12일 (금)	6월 13일 (토)
정성이 가득한 점심	잡곡밥 열무된장국 닭감자볶음 어묵우엉채조림 고추지무침 배추김치	잡곡밥 감자옹심이국 짜장소스 단호박탕수육 오이부추무침 배추김치	잡곡밥 시래기된장국 제육볶음 두부유자청샐러드 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 경상도식소고기국 가자미구이 브로컬리맛살볶음 도토리묵상추무침 배추김치	잡곡밥 닭개장 모듬장조림 카레가루무우전 적채부추겉절이 배추김치	잡곡밥 콩가루배추국 닭김치볶음 고구마맛탕 숙주나물 배추김치
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 바지락미역국 깻잎너비아니구이 멸치무조림 천사채비빔 배추김치	잡곡밥 김치콩나물국 꽁치튀김 두부양념찜 청경채굴소스볶음 배추김치	잡곡밥 고니알탕 콘옥수수전 잡채 열무나물 배추김치	잡곡밥 표고감자들깨탕 계란찜 마늘쫑오징어볶음 쑥갓나물 배추김치	잡곡밥 돈등뼈우거지국 고기산적피망볶음 미역줄기볶음 간장깻잎찜 배추김치	잡곡밥 콩나물국 삼치무우조림 파래자반볶음 얼갈이나물 배추김치
죽 간식	흑임자죽	버섯죽	김치콩나물죽	단호박죽	소고기미역죽	두부야채죽
구 분	6월 15일 (월)	6월 16일 (화)	6월 17일 (수)	6월 18일 (목)	6월 19일 (금)	6월 20일 (토)
정성이 가득한 점심	잡곡밥 황태무국 돈채표고버섯볶음 야채고로케 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 돼지고기김치찌개 고등어무조림 올방개묵/양념장 시래기된장지짐 배추김치	잡곡밥 감자계란국 순살돈까스/소스 두부양념찜 숙주나물 배추김치	잡곡밥 콩나물국 닭감자조림 브로컬리/초장 실치땅콩조림 배추김치	잡곡밥 우거지된장국 꽁치김치조림 떡갈비조림 우엉채볶음 배추김치	잡곡밥 오징어무국 맛살계란말이 알감자조림 고추장양파볶음 배추김치
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 된장찌개 날치알계란찜 유채나물 만다린샐러드 배추김치	잡곡밥 닭개장 해물동그랑땡전 마늘쫑굴소스볶음 고추장감자조림 배추김치	잡곡밥 홍합무국 돈육메추리알장조림 죽순표고버섯볶음 고들빼기무침 배추김치	잡곡밥 소고기미역국 고등어무조림 분홍소시지전 청경채나물 배추김치	잡곡밥 물만두국 마파두부 수제치킨샐러드 오이무침 배추김치	잡곡밥 건새우아욱국 제육볶음 느타리버섯볶음 파래무침 배추김치
죽 간식	옥수수죽	게살계란죽	버섯야채죽	두부들깨죽	단팥죽	참치죽
구 분	6월 22일 (월)	6월 23일 (화)	6월 24일 (수)	6월 25일 (목)	6월 26일 (금)	6월 27일 (토)
정성이 가득한 점심	잡곡밥 시래기된장국 제육볶음 두부유자청샐러드 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 짬뽕국 가자미구이 브로컬리맛살볶음 도토리묵상추무침 배추김치	잡곡밥 닭개장 모듬장조림 카레가루무우전 적채부추겉절이 배추김치	잡곡밥 얼갈이된장국 제육볶음 마늘쫑어묵채볶음 상추겉절이 배추김치	잡곡밥 콩나물국 짜장소스 새우감자고로케 고추지무침 배추김치	잡곡밥 두부계란국 김치닭갈비 검은콩자반 시금치나물 배추김치
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 고니알탕 콘옥수수전 잡채 열무나물 배추김치	잡곡밥 표고감자들깨탕 계란찜 마늘쫑오징어볶음 쑥갓나물 배추김치	잡곡밥 돈등뼈우거지국 고기산적피망볶음 미역줄기볶음 간장깻잎찜 배추김치	잡곡밥 햄김치찌개 탕평채 브로컬리오징어초회 열무나물 배추김치	잡곡밥 청국장 가자미구이 실곤약야채무침 들깨무나물 배추김치	잡곡밥 등뼈우거지탕 해물야채전 느타리버섯볶음 오이깍둑 배추김치
죽 간식	흑임자죽	아욱죽	쭈꾸미김치죽	콩가루죽	소고기미역죽	단팥죽
구 분	6월 29일 (월)	6월 30일 (화)				
정성이 가득한 점심	잡곡밥 홍합미역국 돈육볼어묵강정 분홍소시지전 도토리묵야채무침 배추김치	잡곡밥 바지락살두부탕국 닭감자볶음 연근조림 청포묵숙주무침 배추김치				
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 된장찌개 코다리무조림 콩나물무침 맛살미역줄기볶음 배추김치	잡곡밥 콩나물국 마파두부 돈육표고탕수육 양념깻잎지 배추김치				
죽 간식	야채죽	게살채소죽				

* 상기메뉴와 식자재원산지는 식재수급사정에 의해 변경될수 있습니다. 이점 양해 부탁드립니다.
* 원산지: 쌀,누룽지(국내산), 소고기,사골,사골농축(호주산), 돼지고기(국내산), 닭고기(국내산), 포기김치,배추겉절이(배추:국내산, 고추가루:국내/중국산)
오징어,고등어,삼치,병어(국내산), 갈치(모로코산), 코다리/동태(러시아산), 낙지,꽃게,조기,아귀(중국산), 꽁치(대만산), 가자미,가오리,적어(미국산), 낙지,꽃게,조기(중국산), 굴비(국내산), 바지락살,홍합살,다슬기살,재첩살(중국산), 새우살(베트남산or중국산), 민물새우(인도산), 어묵(연육:외국산), 두부,순두부,연두부(콩-수입산), 스모크햄(돈육:외국산,국내산/계육:국내산),비엔나햄,후랑크햄(돈육,계육:국내산),임꺽정떡갈비(돈육,우육,계육:국내산),함박스테이크(돈육:국내산),수제등심돈까스(돈육:국내산), 동그랑땡(돈육:국산,외국산), 미트볼(계육,돈육:국산), 생선까스(중국산),너비아니(계육,돈육:국산),치킨너겟,치킨까스(계육:국산),물만두,옹심이,메밀전병(돈육:국내산)