

주간식단표

(주) 한울F&S 한국보건복지인재원

구분	4월 22일 월요일	4월 23일 화요일	4월 24일 수요일	4월 25일 목요일	4월 26일 금요일	
조식	<조식 운영 없음>	떡국 백미밥 돈채김치볶음 콩나물무침 깍두기	된장찌개 백미밥 후랑크햄볶음 호박새우젓볶음 포기김치	닭곰탕 백미밥 멸치고추장볶음 열무겉절이 깍두기	동태매운탕 백미밥 스크램블에그 마늘쫀무침 포기김치	
간편식		셀프라면(with 계란·김치·밥·음료)	셀프라면(with 계란·김치·밥·음료)	셀프라면(with 계란·김치·밥·음료)	셀프라면(with 계란·김치·밥·음료)	
힐링존		누룽지	그린샐러드	누룽지	그린샐러드	
kcal		869kcal	853kcal	877kcal	878kcal	
중식	한식	미역국 잡곡밥/현미밥 오삼불고기 연근조림 마늘쫀무침 포기김치	청국장찌개 콩나물밥*양념장 동그랑땡조림 김구이 세발나물초무침 깍두기	돈육고추장찌개 잡곡밥/현미밥 계란찜 쥐어채볶음 오이지무침 깍두기	시금치된장국 잡곡밥/현미밥 순대야채볶음 햄감자채볶음 돌나물*초장 포기김치	단일코너 일품 DAY 육개장&당면사리 잡곡밥/현미밥 두부조림 해파리냉채 깻잎지무침 포기김치
		kcal	877 kcal	834 kcal	842kcal	
	일품	미역국 잡채밥 닭강정 양상추샐러드*키워드레싱 깍두기	추가밥/크림스프 토마토스파게티 미니돈까스강정 오이피클 포기김치	유부장국 마파두부덮밥 찐만두*초간장 콘샐러드 포기김치	시금치된장국 참치마요덮밥 김말이떡강정 오복지무침 포기김치	
		kcal	901 kcal	920 kcal	927 kcal	
힐링존	오미자차	수정과	셀프비빔코너	결명자차	누룽지탕	
석식	시래기된장국 카레라이스 생선커틀렛*소스 치커리무침 포기김치	김치수제비국 잡곡밥 고등어데리야끼구이 어묵야채볶음 고추지무침 깍두기	알탕 잡곡밥 미트볼조림 명엽채볶음 무생채 포기김치	콩나물국 잡곡밥 돈육고추장볶음 건파래볶음 무말랭이무침 포기김치	즐거운 주말 보내세요 ~ 	
	kcal	874 kcal	919 kcal	927 kcal		931 kcal
	힐링존	옥수수차	등글레차	메밀차		보리차

* 간편식은 중식,석식에도 이용가능합니다.

* 상식식단은 식자재 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. 원산지 표시는 일일 메뉴표에 별도 게시합니다.