

주간식단표

(주) 한울F&S 한국보건복지인재원

식당운영시간
조식 07:30~08:30
중식 11:30~13:30
석식 17:30~19:00

구 분		7월 18일	7월 19일	7월 20일	7월 21일	7월 22일
		월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
조 식		★탄력적 조식운영 시행★ 매주 교육 수요에 따라 화 - 금요일 조식여부 결정 (월요일 : 교육생 수요 없음)	소고기무국 백미밥 어슷봉어묵볶음 건파래자반 배추김치	계란파국 백미밥 오징어두루치기 감자채볶음 깍두기	순두부찌개 백미밥 옛날소시지전*케찹 양념깻잎지 깍두기	시금치된장국 백미밥 순살찜닭 새송이부추볶음 깍두기
	힐링존		모닝빵&딸기잼	누룽지탕	시리얼&우유	누룽지탕
	kcal		801 kcal	798 kcal	793 kcal	810 kcal
중 식	한 식	맑은미역국 잡곡밥/현미밥 콩나물불고기 양장피냉채 무말랭이무침 배추김치	얼큰육개장 잡곡밥/현미밥 맛살버섯볶음 연근물엿조림 씬다시마*초장 배추김치	시래기된장국 잡곡밥/현미밥 춘천닭갈비 탕평채무침 견과류콩자반 깍두기	어묵무국 잡곡밥/현미밥 매콤돈채볶음 두부오븐구이 숙주나물무침 깍두기	★★ 세종청사 인기 메뉴 ★★ 팥이장국 추억의도시락비빔밥 간장비빔국수 해초샐러드 마늘쫀지무침 깍두기
		883 kcal	889 kcal	876 kcal	873 kcal	
	일 품	~ 양식 DAY ~	~ 덮밥 DAY ~	★★ 6월 베스트 메뉴 ★★	~ 분식 DAY ~	
		추가 쌀밥 / 유부장국 돈까스바베큐소스강정 샐러드파스타 비트무피클 배추김치	콩나물국 짜장라이스덮밥 칠리탕수육 반달단무지 배추김치	추가 쌀밥 메밀소바 찐반반만두*양념간장 양배추초절임 깍두기	어묵무국 전주비빔볶음밥 간장소스간풍기 짜샤이무침 배추김치	
		910 kcal	918 kcal	911 kcal	922 kcal	
	kcal	910 kcal	918 kcal	911 kcal	922 kcal	913 kcal
힐링존		셀프비빔코너	매실차	셀프비빔코너	녹차	누룽지탕
석 식		청국장찌개 잡곡밥 오징어초무침 건파래자반 얼갈이양파생채 깍두기	맑은무채국 잡곡밥 간장제육두루치기 쫄면야채무침 오복지장아찌 배추김치	얼큰김치국 잡곡밥 야채계란찜 후랑크케찹조림 적채오리엔탈무침 깍두기	우거지된장국 잡곡밥 고등어무지찜 감자채카레볶음 양념깻잎지 배추김치	석식미운영 즐거운 주말 보내세요 ~ 
	kcal	879 kcal	882 kcal	868 kcal	873 kcal	
	힐링존	보리차	등글레차	감잎차	메밀차	

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