

# 주간식단표

(주) 한울F&S 한국보건복지인재원

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

구 분		12월 19일 월요일	12월 20일 화요일	12월 21일 수요일	12월 22일 목요일	12월 23일 금요일
조 식		<월요일 조식 운영 없음>	된장찌개 백미밥 돈육고추장볶음 참나물겉절이 깍두기	돈육김치찌개 백미밥 쥐어채무침 오이무침 배추김치	근대된장국 백미밥 고기산적야채조림 숙주무침 배추김치	닭곰탕 백미밥 호박볶음 어묵볶음 깍두기
힐링존			누룽지	단호박죽	누룽지	씨리얼*우유
kcal			869kcal	823kcal	834kcal	841kcal
중 식	한	수제비김치국 잡곡밥/현미밥 돈육장조림 청포묵김가루무침 콩나물무침 깍두기	★★ 세종청사 인기메뉴 ★★ 버섯매운탕*칼국수사리 잡곡밥/현미밥 감자채볶음 연근조림 해초무침 배추김치	시금치된장국 잡곡밥/현미밥 순대볶음 두부툰무침 부추겉절이 깍두기	순두부백탕 잡곡밥/현미밥 고등어양념구이 새송이버섯볶음 깻잎지 깍두기	~ 단일코너 일품 DAY ~  청국장 시래기무밥*양념장 잡채 미트볼조림 그린샐러드*키워드레싱 깍두기
	kcal	879 kcal	887kcal	897kcal	889kcal	
	일 품	★★ 이색 신메뉴 ★★ 추가밥	파송송계란국 짜장밥 탕수육*후르츠소스 해초무침 깍두기	★★ 이색 신메뉴 ★★ 시금치된장국 비빔참치마요밥	★★ 11월 베스트메뉴 ★★ 추가밥/크림스프	
		옥천물쫄면		매운꼬치어묵	돈까스	
		미니돈까스*케첩 치커리샐러드 배추김치		마카로니샐러드 배추김치	토마토파스타 단무지무침 배추김치	
kcal	912kcal	927kcal	934kcal	918 kcal	896kcal	
힐링존		유자차	매실차	셀프비빔코너	★★ 계절 절기 메뉴 ★★ 동지팔죽	누룽지탕
석 식		육개장 잡곡밥 멸치볶음 브로콜리볶음 다시마쌈*초장 배추김치	얼갈이된장국 잡곡밥 닭갈비 무나물 오이지무침 배추김치	미니떡국 잡곡밥 청어무조림 소시지볶음 마늘종무침 깍두기	미역국 김치제육덮밥 고구마맛탕 청경채무침 깍두기	석식미운영 즐거운 주말 보내세요 ~  한울F&S
kcal		867kcal	904kcal	874kcal	882kcal	
힐링존		옥수수차	등글레차	메밀차	보리차	

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