

6월 3주 주간식단표

[메뉴는 식재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.]
[음식점 대상품목의 원산지표시는 일일식단표를 확인하시기 바랍니다.]

구 분		06/19 월요일	06/20 화요일	06/21 수요일	06/22 목요일	06/23 금요일	
조 식	4,000원	햄감자채볶음 쌀밥 매운어묵국 햄감자채볶음 미니새송이조림 돌나물&초장 배추김치	동태매운탕 쌀밥 동태매운탕 옥수수전 돌자반 고추지무침 깍두기	떡갈비조림 쌀밥 감자양파국 떡갈비조림 취어채볶음 부추양파무침 배추김치	돈채김치볶음 쌀밥 계란떡국 돈채김치볶음 알감자조림 돌산갓절임 깍두기	가자미데리구이 쌀밥 미역국 가자미데리구이 양념깻잎지 치커리무침 배추김치	
	kcal	573kcal	707kcal	817kcal	746kcal	649kcal	
중 식	A코너 4,000원	김치찌개&소떡강정볶음 잡곡밥 김치찌개 소떡강정볶음 우영채조림 참나물무생채 열무김치	짜장덮밥 짜장덮밥 계란파국 비빔만두 단무지 배추김치	헬시데이 콩나물표고버섯밥 콩나물표고버섯밥 근대된장국 굴소스완자조림 파래김&양념장 매콤오복지무침 배추김치	돈민찌두부조림 잡곡밥 육개장 돈민찌두부조림 검은콩자반 마늘쫄절임 깍두기	미니돈까스강정 잡곡밥 고추장찌개 미니돈까스강정 사각어묵볶음 겨자숙주나물 깍두기	
		50%현미밥	50%현미밥	50%현미밥	50%현미밥	50%현미밥	
		kcal	835kcal	1082kcal	726kcal	847kcal	895kcal
		B코너 6,000원	청양크림파스타&마늘빵 청양크림파스타&마늘빵 햄채소볶음밥 우동장국 감자고로케&케첩 오이피클 깍두기	로제닭갈비&납작당면 쌀밥 콩나물국 로제닭갈비&납작당면 명엽채볶음 노각무침 무맛김치	돈육오징어덮밥 돈육오징어덮밥 맑은배추국 계란프라이 부추전&초간장 브로콜리흑임자무침 무맛김치	냉메밀소바 냉메밀소바 추가밥 오징어까스&타르S 양배추샐러드&유자D 꼬들유자단무지채 무맛김치	생채비빔밥 생채비빔밥 시금치된장국 허니순살치킨 계란프라이 무말랭이고춧잎무침 배추김치
	kcal		1137kcal	839kcal	823kcal	951kcal	916kcal
	석 식		4,000원	얼큰순두부국 잡곡밥 얼큰순두부국 맛산적데리야끼조림 실곤약채소무침 얼갈이오리엔탈무침 깍두기	깍두기볶음밥 깍두기볶음밥 유부장국 국물떡볶이 오이지무침 배추김치	잔치국수 잔치국수 총무김밥 오징어어묵야채무침 무채장아찌 배추김치	미트볼폭찹 잡곡밥 부대찌개 미트볼폭찹 시래기된장지짐이 해초샐러드 무맛김치
		kcal		905kcal	699kcal	683kcal	753kcal