

주간식단표

구분	7월 31일 월요일	8월 1일 화요일	8월 2일 수요일	8월 3일 목요일	8월 4일 금요일	
조식	 <p>셀프라면 개시 !!</p>	근대된장국 쌀밥 혼제삼겹야채볶음 고추지무침 배추김치	콩나물김치국 쌀밥 야채계란찜 부추오이무침 깍두기	된장찌개 쌀밥 느타리버섯볶음 감자조림 배추김치	*한그릇탕DAY* 쌀밥 등뼈해장국 우영조림 깍두기	
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		그린샐러드	누룽지	그린샐러드	누룽지	
kcal		월요일은 조식운영 없습니다 ~	573kcal	529kcal	534kcal	544kcal
중식	한식	*신메뉴* 매생이무국 잡곡밥/현미밥 돈육장조림 마늘종햄볶음 깻잎지 배추김치	버섯매운탕 잡곡밥/현미밥 옛날소시지전 멸치볶음 청경채겉절이 깍두기	시금치된장국 잡곡밥/현미밥 오징어돈육두루치기 어묵볶음 다시마쌈*초장 깍두기	미역국 잡곡밥/현미밥 순대야채볶음 두부툫무침 숙주나물무침 배추김치	단일코너 일품 DAY *신메뉴* 미니유부우동 부대햄덮밥 춘권튀김*칠리소스 그린샐러드 깍두기
	kcal	837kcal	879kcal	889kcal	873kcal	
	일품	팽이버섯된장국 짜장밥 탕수육*후르츠소스 후실리사우전샐러드 깍두기	*신메뉴* 야채볶음밥/가쓰오장국 청양크림함박스테이크 적채오리엔탈소스무침 무말랭이무침 배추김치	추가밥/시금치된장국 생선까스 쫄면야채무침 단무지 배추김치	유부된장국 참치마요비빔밥 미니돈까스*케찹 숙주나물무침 깍두기	
	kcal	934kcal	966kcal	936kcal	947kcal	
힐링존	유자차	결명자차	셀프비빔코너	미숫가루	누룽지탕	
석식	바지락국 김밥볶음밥 떡볶이 만두튀김 배추김치	우거지된장국 잡곡밥 돈채굴소스야채볶음 소세지볶음 짜사이무침 깍두기	맑은순두부국 카레라이스 순살닭강정 브로콜리볶음 깍두기	돈육김치찌개 잡곡밥 도토리묵*양념장 미트볼조림 오복지무침 깍두기	즐거운 주말 보내세요 ~	
kcal	847kcal	866kcal	844kcal	857kcal		
힐링존	옥수수차	보리차	메밀차	결명자차		



* 간편식은 중식,석식에도 이용가능합니다.