

(주) 한울F&S 한국보건복지인재원

주간식단표

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

구 분		10월 23일	10월 24일	10월 25일	10월 26일	10월 27일	
		월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	
조 식		조식 운영 없습니다.	떡국 쌀밥 돈채김치볶음 숙주나물무침 깍두기	된장찌개 쌀밥 소시지케찹볶음 호박볶음 배추김치	순두부김치국 쌀밥 느타리버섯볶음 스크램블에그 깍두기	*한그릇탕DAY* 쌀밥 빼없는감자탕 멸치볶음/무생채 배추김치	
			셀프라면(with 계란·김치·밥·음료)	셀프라면(with 계란·김치·밥·음료)	셀프라면(with 계란·김치·밥·음료)	셀프라면(with 계란·김치·밥·음료)	
			그린샐러드	누룽지	그린샐러드	누룽지	
			543kcal	542kcal	564kcal	543kcal	
간편식							
힐링존							
kcal							
중 식	한 식	미역국 잡곡밥/현미밥 오돈불고기 청포묵김가루무침 마늘종무침 배추김치	청국장 콩나물버섯밥*양념장 부추깻잎전 동그랑땡난자완스 얼갈이겉절이 깍두기	돈육고추장찌개 잡곡밥/현미밥 야채계란찜 쥐어채볶음 오이지무침 깍두기	근대된장국 잡곡밥/현미밥 고기산적야채조림 감자채볶음 해초샐러드 배추김치	단일코너 일품 DAY 닭개장 잡곡밥/현미밥 돈육강정 두부툇무침 청경채겉절이 깍두기	
		kcal	947kcal	957kcal	938kcal		946kcal
	일 품	유부된장국 참치마요비빔밥 깍풍기 그린샐러드 깍두기	파송송계란국 마파두부덮밥 찐고기만두*양념장 얼갈이겉절이 깍두기	추가밥/크림스프 알리오올리오파스타 함박스테이크 오이지무침 배추김치	근대된장국 김밥볶음밥 떡볶이 김말이튀김 깍두기		
		kcal	1013kcal	997kcal	1134kcal		987kcal
	힐링존		유자차	결명자차	셀프비빔코너	매실차	누룽지
석 식		시금치된장국 카레라이스 향도그*케찹 오이양파무침 배추김치	수제비국 잡곡밥 고등어양념구이 어묵볶음 고추지무침 깍두기	닭곰탕 잡곡밥 가지볶음 브로콜리*초장 무말랭이무침 배추김치	콩나물국 잡곡밥 돈육불고기 고사리나물 오복지무침 배추김치	즐거운 주말 보내세요 ~	
		kcal	863kcal	876kcal	867kcal		871kcal
		힐링존	옥수수차	보리차	메밀차		결명자차

* 간편식은 중식,석식에도 이용가능합니다.