

(주) 한울F&S 한국보건복지인재원

주간식단표

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

| 구 분 | | 10월 30일 | 10월 31일 | 11월 1일 | 11월 2일 | 11월 3일 |
|--------|--------|---|--|--|---|--|
| | | 월요일 | 화요일 | 수요일 | 목요일 | 금요일 |
| 조 식 | | 조식 운영 없습니다. | 된장찌개 쌀밥 동태찜 들깨무나물 배추김치 | 만두국 쌀밥 감자채볶음 연근조림 깍두기 | 얼갈이된장국 쌀밥 돈육김치볶음 미역줄기볶음 깍두기 | 복어해장국 쌀밥 새송이버섯볶음 오이무침 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 | | | 630kcal | 582kcal | 661kcal | 563kcal |
| 중 식 | 한 식 | 우거지된장국 잡곡밥/현미밥 닭갈비 우영조림 콩나물무침 배추김치 | 돈육김치찌개 잡곡밥/현미밥 옛날소시지전 가지볶음 청경채겉절이 깍두기 | 시래기된장국 잡곡밥/현미밥 백순대야채볶음 어묵볶음 아삭이고추무침 깍두기 | 떡국 잡곡밥/현미밥 미나리오징어찜 호박볶음 깻잎지 배추김치 | 단일코너 일품 DAY 부대찌개 잡곡밥/현미밥 미니돈가스*케첩 파리고추멸치볶음 열무겉절이 깍두기 |
| | | kcal | 957kcal | 1011kcal | 978kcal | |
| | 일 품 | 우거지된장국 잡채볶음밥 해파리냉채 춘권튀김*칠리소스 깍두기 | 시금치된장국 산채비빔밥 도토리묵*양념장 콘샐러드 배추김치 | 후리가게밥 잔치국수 순살닭강정 짜사이무침 배추김치 | 추가밥/크림스프 치킨까스 푸실리파스타 오리엔탈적채무침 깍두기 | |
| | | kcal | 1112kcal | 977kcal | 1012kcal | |
| 힐링존 | | 유자차 | 결명자차 | 셀프비빔코너 | 매실차 | 1203kcal 누룽지 |
| 석 식 | | 뼈없는감자탕 잡곡밥 두부조림 소시지케찹볶음 마늘쫀무침 깍두기 | 수제비국 잡곡밥 돈채굴소스볶음 쥐어채볶음 부추겉절이 배추김치 | 근대된장국 야채볶음밥 함박스테이크소스조림 치커리샐러드 배추김치 | 비지찌개 잡곡밥 고등어조림 숙주나물무침 오이지무침 깍두기 | 즐거운 주말 보내세요 ~ |
| kcal | | 943kcal | 978kcal | 897kcal | 943kcal | |
| 힐링존 | | 옥수수차 | 보리차 | 메밀차 | 결명자차 | |

* 간편식은 중식,석식에도 이용가능합니다.