



	6/23(월)	6/24(화)	6/25(수)	6/26(목)	6/27(금)	6/28(토)	6/29(일)
조식	장터국밥 토마토스크렘볼에그 가지양파볶음 두부숙갓무침 깍두기	죽 녹두닭죽 메추리알곤약장조림 풀무원국산콩나또 단호박백나박물김치 떠먹는액티비아(딸기)	우렁살된장찌개 라따뚜이미트볼조림 머위대들깨볶음 브로콜리숙회&초고추장 깍두기	수제바질샌드위치 소고기크림수프 찐계란 고칼슘두유	돈육갈감자조림 어묵국 건새우마늘쫄볶음 오이고추쌈장무침 열무김치	죽 흑임자죽*견과토평 두부양념조림 고들빼기무침 단호박나박물김치 그릭요거트(블루베리)	오징어해장국 브로콜리게란찜 연근땅콩조림 배추나물무침 알타리김치
추가 코너	백미밥/현미밥/잡곡밥 그린샐러드&드레싱 누룽지/원두커피	잡곡밥 그린샐러드&드레싱 원두커피	백미밥/현미밥/잡곡밥 그린샐러드&드레싱 누룽지/원두커피	바나나 그린샐러드&드레싱 누룽지/원두커피	백미밥/현미밥/잡곡밥 그린샐러드&드레싱 누룽지/원두커피	잡곡밥 그린샐러드&드레싱 원두커피	백미밥/현미밥/잡곡밥 그린샐러드&드레싱 누룽지/원두커피
열량 /단백질	848/44	964/42	764/30	964/40	683/32	913/36	664/32
중식	독배기식물성순두부찌개 너비아니구이&파채무침 미니새송이파프리카볶음 쌈다시마&초장 포기김치	얼큰육개장&당면사리 맑은육개장&당면사리 통두부구이&버섯소스 애호박새우전볶음 저숙노화양배추김무침 깍두기	취나물밥&부추양념장 유기농콩비지찌개 들깨메밀전병 도라지초고추장무침 열갈이곶절이	주꾸미오징어미니리비빔밥 미역냉국 궁중떡볶이 모듬콩단호박샐러드 포기김치	애호박멸치국수&양념장 키토김밥1/2 수제통영꿀빵 맑은오이지무침 칼국수김치	임연수구이 청국장찌개 숯불베지숙주볶음 가지나물무침 알타리김치	소고기유니짜장밥 계란파국 교자만두탕수&유자탕수소스 부추단무지무침 포기김치 요구르트
	백미밥/현미밥/강낭콩밥 그린샐러드&드레싱 송늬/원두커피	백미밥/현미밥/잡곡밥 양상추샐러드&드레싱 송늬/원두커피	백미밥/현미밥 그린샐러드&드레싱 송늬/원두커피	백미밥/현미밥/잡곡밥 그린샐러드&드레싱 송늬/원두커피	백미밥/현미밥 그린샐러드&드레싱 송늬/원두커피	백미밥/현미밥/완두콩밥 그린샐러드&드레싱 송늬/원두커피	백미밥/현미밥/잡곡밥 그린샐러드&드레싱 송늬/원두커피
열량 /단백질	852/44	940/39	875/31	906/49	927/34	973/46	1055/38
석식	돈육깡뚝순볶음 된장찌개 상추쌈&쌈장 콩나물무침 알타리김치	코다리시래기조림 소고기미역국 우영어묵채소볶음 오이양파무침 포기김치	SPECIAL OFFER 수제동파육덮밥 해물누룽지탕 닭가슴살겨자채 짜사이무침 포기김치 망고그릭요거트	버섯소불고기 열갈이된장국 감자채피망볶음 사과치커리무침 깍두기	고등어오븐구이 콩나물국 그린빈소고기볶음 열무된장나물무침 포기김치	돈육김치찌개 도토리묵계란전 양송이무나물볶음 도토리묵채소무침 열무김치	가자미한마리구이 콩가루시래기된장국 청경채굴소스볶음 컬리플라워들깨무침 포기김치
	백미밥/현미밥/잡곡밥 그린샐러드&드레싱 따뜻한 송늬	백미밥/현미밥/병아리콩밥 그린샐러드&드레싱 따뜻한 송늬	백미밥/현미밥/잡곡밥 적근대양상추샐러드&드레싱 따뜻한 송늬	백미밥/현미밥/잡곡밥 그린샐러드&드레싱 따뜻한 송늬	백미밥/현미밥/잡곡밥 그린샐러드&드레싱 따뜻한 송늬	백미밥/현미밥/잡곡밥 그린샐러드&드레싱 따뜻한 송늬	백미밥/현미밥/잡곡밥 그린샐러드&드레싱 따뜻한 송늬
열량 /단백질	763/47	916/44	1073/72	829/39	675/36	601/33	622/39

*65세 이상 하루 권장 열량 섭취량 : 남(2000kcal), 여(1600kcal) / 단백질 섭취량 : 남(60g), 여(50g) *출처 : 한국영양학회 2020 한국인 영양소 섭취기준(KDRIs)

*상기식단은 식사사정에 의해 변경될 수 있습니다. 원산지표시 및 영양성분은 일일메뉴판과 일괄표시를 확인하시기 바랍니다.