

## 6월 식단

		1(화)	2(수)	3(목)	4(금)
아침		잡곡밥 맑은순두부국 애호박나물	샌드위치 우유 & 커피 파인애플	맑은순두부탕 키위 & 참외	단호박스프 시리얼&우유 삶은달걀
저녁		잡곡밥 등갈비김치찜	잡곡밥 닭가슴살냉채 &겨자소스	잡곡밥 두부찌개 레몬삼치구이	
		7(월)	8(화)	9(수)	10(목)
아침		달걀죽 애호박전 토마토구이	프렌치토스트 참외 서리태두유	잡곡밥 콩나물국 김치볶음&두부구이	닭가슴살샌드위치 우유&커피 참외
저녁	잡곡밥 아욱된장국 목살찜&샐러드	닭가슴살호박덮밥 오이냉국 멸치볶음	잡곡밥 쇠고기미역국 갈치구이	소고기쌀국수 아보카도&와사비간장	
		14(월)	15(화)	16(수)	17(목)
아침		콩나물국밥 명란달걀말이 수박	김치볶음밥 어묵볶음 오이초무침	잡곡밥 얼갈이된장국 연두부&달래양념장	버터가래떡구이 조청 블루베리샐러드
저녁	닭봉구이 간장들깨국수 수박	잡곡밥 시래기된장국 오리불고기	봉골레파스타 올리브샐러드 마늘빵	치킨&피자 (생일파티)	
		21(월)	22(화)	23(수)	24(목)
아침		참치야채볶음밥 유부된장국 토마토구이	시리얼&우유 소세지구이 스크램블에그	잡곡밥 감자국 계란찜	꼬마김밥 서리태두유 수박
저녁	잡곡밥 새우구이 해초무침	우동 & 주먹밥	잡곡밥 닭볶음탕	열무비빔밥 된장찌개	
		28(월)	29(화)	30(수)	
아침		누룽지탕 팽이버섯전 오이초무침	바지락순두부탕 유부초밥		
저녁	잡곡밥 고추장찌개 미역초무침	짜파구리 안심구이 오렌지샐러드	잡곡밥 참치부추전 골뱅이무침		
기본반찬		배추김치, 깍두기, 제철나물, 마른반찬			

\* 위 식단은 이용자 선호식단을 반영하여 작성되었으며, 식단은 상황에 따라 변경될 수 있습니다

사회복지법인 동산복지재단

동산그룹홈