

# 6월 식단표



행정실장 선생님 1:1 채팅  
2026.05.29. 14:25 조회 41

댓글 0 URL 복사

6월 식단표						작성자 : 이하정 영양사
일 자	월 ( 1 )	화 ( 2 )	수 ( 3 )	목 ( 4 )	금 ( 5 )	
오전간식	아침사과	과일요거트②	지방선거	과일요거트②	닭고기부추죽⑤	
점 심	차조밥 콩나물국⑤⑥ 편육는달걀비⑤⑥⑦ 실채조림⑤⑥⑦ 배추김치③	백미밥 생일소고기미역국⑤⑥⑦⑧ 돈갈비조림⑤⑥⑦⑧ 채소잡채⑤⑥ 깍두기③		기장밥 어묵국⑤⑥ 생선까스/소스①②③④⑤⑥ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기③	콩나물밥⑤⑥⑦⑧ 열무된장국⑤⑥ 한입떡갈비⑤⑥⑦⑧⑨ 깍두기③ 방울토마토②	
오후간식	고구마맛탕	생일케이크①②③④ / 우유②		씨얼음/도토리/리소/비닐①②③④⑤⑥	백설기 / 브리차	
일 자	월 ( 8 )	화 ( 9 )	수 ( 10 )	목 ( 11 )	금 ( 12 )	
오전간식	아침사과	과일요거트②	소고기채소죽④	과일요거트②	삼계죽⑤	
점 심	흑미밥 호박두부된장국⑤⑥ 돈육골수스부음⑤⑥⑦⑧ 잔멸치부음⑤⑥ 배추김치③	백미밥 안매운육개장⑤⑥⑦⑧ 계란장조림①②③④⑤⑥ 열무나물⑤⑥ 깍두기③	백미밥 영양달걀탕⑤⑥⑦ 두부양념찜⑤⑥ 노티리버섯부음⑤⑥ 배추김치③	수수밥 수제비국⑤⑥ 삼치구이 견과류자반⑤ 깍두기③	마파두부달걀⑤⑥⑦⑧⑨ 너비아니⑤⑥⑦⑧⑨ 깍두기③ 양상추과일샐러드 새콤키워드레싱①②	
오후간식	딸기생선드워치①②③④/우유②	샤인머스켓 / 유과⑤	어린이떡볶이⑤⑥⑦⑧	씨리얼 / 우유②	미니카스테라①②③ / 주스	
일 자	월 ( 15 )	화 ( 16 )	수 ( 17 )	목 ( 18 )	금 ( 19 )	
오전간식	아침사과	과일요거트②	치즈달걀죽②	과일요거트②	김가루죽	
점 심	차조밥 순살감자탕⑤⑥⑦⑧ 등그랑병전①②③④⑤⑥⑦⑧ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치③	백미밥 순두부백탕⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑦⑧ 호박나물⑤⑥ 깍두기③	백미밥 물만둣국①②③④⑤⑥⑦ 찜닭⑤⑥⑦ 시금치나물⑤⑥ 배추김치③	기장밥 다시마무채국⑤⑥ 오징어돈육부음⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 브로콜리계소스무침①②③④⑤⑥ 깍두기③	소고기채소부음밥⑤⑥⑦⑧⑨ 아욱국⑤⑥ 팔콘치킨①②③④⑤ 깍두기③ 키위	
오후간식	핫케이크①②③④ / 우유②	바나나	스마일감자튀김⑤	오렌지/코러스비닐①②③④⑤⑥	꿀떡 / 브리차	
일 자	월 ( 22 )	화 ( 23 )	수 ( 24 )	목 ( 25 )	금 ( 26 )	
오전간식	아침사과	과일요거트②	참치채소죽	과일요거트②	소고기콩나물죽④	
점 심	흑미밥 시래기국⑤⑥ 닭부음탕⑤⑥⑦ 미나리숙주나물⑤⑥ 배추김치③	백미밥 미역국⑤⑥ 훈제오리구이⑤⑥ 무나물⑤⑥ 배추김치③	백미밥 조랭이떡국①②③④⑤⑥ 가자미구이 감자채햄부음⑤⑥⑦⑧⑨ 배추김치③	수수밥 두부된장국⑤⑥ 돈육참스테이크⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 청경채나물⑤⑥ 깍두기③	카레라이스⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 미니돈가스⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 깍두기③ 양상추과일샐러드 /유자드레싱①②	
오후간식	프렌치토스트①②③④/우유②	파인애플 / 유과⑤	미프소스파스타①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩	씨리얼 / 우유②	마들렌①②③④ / 주스	
일 자	월 ( 29 )	화 ( 30 )	<b>[ 식품알레르기 표시안내 ]</b> ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭효모 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳젓			
오전간식	아침사과	과일요거트②				
점 심	차조밥 사골국⑤⑥⑦⑧ 용가리치킨너겟①②③④⑤⑥⑦⑧ 청포묵김무침⑤⑥ 배추김치③	백미밥 유부장국⑤⑥ 제육부음⑤⑥⑦⑧ 미역줄기부음⑤⑥ 깍두기③				
오후간식	미니머핀①②③④ / 우유②	바나나				

원장

댓글을 남겨보세요



등록