

# 주간식단표( 2025. 01.20~ 2025. 12.26)

	01월 20일	01월 21일	01월 22일	01월 23일	01월 24일	01월 25일	01월 26일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/게살죽 시래기된장국 야채고기말이조림 그린빈스쿨소스볶음 양배추콜라비무침 배추김치	밥/들깨죽 콩비지백탕 닭살브로컬리볶음 호박묵&흑임자D 새송이초절임 배추김치	밥/옥수수죽 소고기무국 가오리찜/양념장 마파두부 유채나물고추장무침 배추김치	밥/녹두죽 북어콩나물국 미트볼메란조림 우민찌오이볶음 개성식무찜 배추김치	밥/단호박죽 홍합미역국 돈채짜장볶음 건과멸치볶음 돌산갓절임 배추김치	밥/크래미죽 찢은소고기감자국 동태무조림 베이컨컬리플라워볶음 간장깻잎지 배추김치	밥/땅콩죽 누룽지탕 불고기짜글이볶음 알감자조림 오징어젓갈무침 배추김치
간식	GT담백한두유	블루베리주스	액티비아	아몬드잣두유	밀감푸딩	비피더스	단호박식혜
정성이 가득한 점심	병아리콩밥/흑임자죽 황태해장국 훈제오리야채볶음 두부스틱볶음 세발새콤겉절이 배추김치	차조밥/단호박죽 설렁탕 적어양념조림 해물파전 봄동시저샐러드 깍두기	흑미밥/새우살죽 시골된장찌개 삼겹살구이&파채소스 들깨모듬버섯볶음 툇두부무침 배추김치	기장밥/소고기야채죽 김치어묵국 바베큐닭단각조림 깻잎맛살전 진미채새콤무침 열무김치	서리태콩/타락죽 고사리육계장 가자미유린기 계란장조림 가마보꼬야채볶음 배추김치	현미밥/전복죽 유채된장국 우채피망잡채 생선까스/타르소스 미나리새콤겉절이 배추김치	완두콩밥/게살죽 백닭계장 데리야끼떡갈비구이 호박새우젓볶음 오이미역무침 배추김치
간식	아이스홍시	마들렌&주스	찐만두&식혜	핫도그&매실차	카스텔라초코&주스	새참바&쁘띠쿨	황도
건강을 생각 하는 저녁	밥/참치야채죽 가리비해물무국 소고기배추볶음 순대깻순볶음 콩나물부추무침 배추김치	밥/연두부죽 감자다시마국 돈찜스테이크 양송이호박볶음 꽃맛살샐러드 배추김치	밥/부추닭죽 크래미계란탕 오징어양배추볶음 고구마맛탕 미역줄기양파볶음 배추김치	밥/호박야채죽 사골버섯국 갈치무조림 수수부꾸미 미나리나물고추장무침 배추김치	밥/미역죽 연두부백탕 해물완자굴소스조림 갈비만두찜 열무김치지짐 배추김치	밥/흑임자죽 청국장찌게 닭안심카레조림 건새우마늘쫄볶음 오복지무침 배추김치	밥/북어채죽 가스오어묵국 우민찌두부전 옥수수계란찜 알배추된장나물 배추김치
원산지 표시	밥,잡곡(백미,현미,흑미,참쌀녹두:국내산) 콩비지,두부류:대두(외국산), 닭,오리:국내산, 소고기:호주산, 돼지고기:국내산,삼겹:칠레,전복:국산 배추김치(배추,고춧가루:중국산),깍두기:무(국산),고춧가루(중국산),고춧가루:중국산,열무김치:열무,고춧가루(국산)낙지:베트남,중국산,북어채:러시아 만두(돼지):국내산,참치캔(가다랑어):원양,멸치:국산,건새우:중국산,동태:러시아 코다리: 러시아,가자미:수입산,조기:국산,적어:포르투갈,가오리:수입산,꾸꾸미:베트남,갈치:모로코,떡갈비:돈육(국산) 바지락: 국산,바지락살:중국,새우살:베트남,고기말이:돈육(외국산),순대:돈창(국산),해물완자:오징어(외국산),연육(베트남),갈비만두:돈육(국산)						

© 위 식단 및 원산지는 식자재 수급 및 시장 사정에 의해 변경 될수 있습니다.