

주간식단표

	월 02월 20일	화 02월 21일	수 02월 22일	목 02월 23일	금 02월 24일	토 02월 25일	일 02월 26일
행복을 여는 아침	야채죽 우렁된장국 참치두부조림 맛살미역줄기볶음 무장아찌무침 배추김치	야채죽 콩나물국 돈불고기 토란줄기나물 오징어젓무침 배추김치	야채죽 유부된장국 사태고추찜 새우젓호박나물 실곤약초무침 배추김치	야채죽 표고버섯국 삼치무조림 쌈다시마&초장 마늘쫀간장조림 배추김치	야채죽 오징어무국 미트볼케찹조림 깻잎지무침 맛살숙주나물 배추김치	야채죽 시래기된장국 공치김치조림 도토리묵오이무침 양배추피클 배추김치	야채죽 복어무국 오삼불고기 햄감자채볶음 오복채무침 배추김치
간식	요플레	비피더스	요플레	비피더스	요플레	비피더스	요플레
정성이 가득한 점심	(브로콜리죽) 동태지리탕 순대야채볶음 감자조림 오이지무침 배추김치	(당근죽) 김치뼈다귀찜 연두부&양념장 양송이버섯볶음 참나물겉절이 석박지	(참깨야채죽) 소고기미역국 한방갈비찜 버섯잡채 치커리유자청무침 배추김치	(홍합야채죽) 냉이된장국 수제탕수육&소스 양상추샐러드/드레싱 삼색초절이 배추김치	(시금치죽) 콩나물된장국 고등어무조림 물파래전 도라지생채 배추김치	(참치야채죽) 소고기무국 조기구이 들깨토란줄기나물 청경채겉절이 배추김치	(녹두죽) 시금치된장국 소채버섯불고기 호두연근옛장조림 두부숙갓나물 배추김치
간식	바나나&오렌지	쌀강정&요구르트	생신잔치	고구마맛탕	검은콩두유	카스테라&보리차	단팥호빵&요구르트
건강을 생각 하는 저녁	(버섯들깨죽) 순두부찌개 오리불고기 콩자반 돛나물무침 배추김치	(소고기야채죽) 계란파국 자반구이 브로컬리숙회/초장 아삭고추된장무침 배추김치	(녹두죽) 건새우아욱국 마파두부 참치김치볶음 고사리나물 배추김치	(단호박영양죽) 청국장찌개 코다리조림 아몬드멸치볶음 취나물무침 배추김치	(영양굴죽) 새우젓호박국 하이라이스 마카로니샐러드 단무지부추무침 배추김치	(들깨죽) 홍합미역국 안동찜닭 느타리버섯볶음 얼갈이나물 배추김치	(새우살야채죽) 고추장찌개 고등어무조림 양배추쌈&쌈장 고사리나물 배추김치
원산지 표시	쌀, 고추가루 : 국내산, 김치 : 국내산(고추가루; 중국산)			소고기 : 호주산	오리 : 국내산	돼지고기, 닭 : 국내산	갈치 : 파키스탄
	고등어, 자반, 삼치 : 국내산 /// 낙지 : 베트남		조기, 꽃게 : 중국	가오리 : 미국	가자미 : 러시아	오징어 : 칠레	동태, 코다리 : 러시아

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