



# 주간식단표



	월 03월06일	화 03월07일	수 03월08일	목 03월09일	금 03월10일	토 03월11일	일 03월12일
행복을 여는 아침	야채죽 근대된장국 소불고기 감자채피망볶음 참나물무침 배추김치	야채죽 다시미역국 돈채피망불고기 동부묵숙갓무침 들깨무나물 배추김치	야채죽 소고기무국 야채계란찜 지리멸치볶음 유채나물 배추김치	야채죽 순두부탕 사태감자찜 양배추쌈/쌈장 덧나물유자청무침 배추김치	야채죽 감자된장국 동태무조림 도토리묵/양념장 양념깻잎지 배추김치	야채죽 시래기된장국 떡갈비찜 어묵채조림 숙갓나물 배추김치	야채죽 만두김치국 삼치무조림 마늘쫀새우볶음 열무나물무침 배추김치
간식	요플레	비피더스	요플레	비피더스	요플레	비피더스	요플레
정성이 가득한 점심	(홍합야채죽) 아욱된장국 함박스테이크 느타리버섯볶음 치커리사과무침 배추김치	(전복죽) 얼갈이된장국 짜장소스 과일샐러드 단무지부추무침 배추김치	(들깨야채죽) 콩비지찌개 소고기굴소스볶음 후랑크감자조림 콩나물겨자채 배추김치	(영양굴죽) 콩나물밥/달래양념장 팽이된장국/마파두부 실곤약초무침 요구르트 배추김치	(바지락야채죽) 갈비탕 송이버섯장조림 느타리버섯볶음 오이생채 배추김치	(참치야채죽) 홍합미역국 갈비찜 청포묵오이무침 물미역&초장 배추김치	(흑임자죽) 소고기해장국 고추장불고기 두부조림 봄동겉절이 배추김치
간식	카스타드&올무차	바나나&요구르트	단팥빵&생강차	핫도그	검은참깨두유	오프&요구르트	고구마카스테라
건강을 생각하는 저녁	(표고버섯죽) 계란파국 고등어무조림 고추장떡 파래무침 배추김치	(브로컬리죽) 북어무국 베이컨숙주볶음 오징어젓고추무침 구이김 배추김치	(녹두죽) 시금치국 해물콩나물찜 동부묵김치무침 미역줄기볶음 배추김치	(단호박영양죽) 옥수수스프 생선가스&소스 양상추샐러드&드레싱 삼색초절이 배추김치	(게살죽) 배추된장국 삼치김치지짐 연근깨소스무침 고사리나물 배추김치	(참깨죽) 우거지된장국 폭찹스테이크 단호박샐러드 해초무침 배추김치	(소고기야채죽) 새우젓호박찌개 자반구이 죽순우영채볶음 맛살숙주나물 배추김치
원산지 표시	쌀,고추가루 :국내산, 김치 : 국내산(고추가루;중국산)			소고기 : 호주산	오리 : 국내산	돼지고기,닭 : 국내산	갈치 : 파키스탄
	고등어,자반,삼치 :국내산		조기,꽃게 :중국	가오리 : 미국	가자미 : 러시아	오징어 : 칠레	동태,코다리 : 러시아

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