



주간식단표



| | 월 03월 12일 | 화 03월 13일 | 수 03월 14일 | 목 03월 15일 | 금 03월 16일 | 토 03월 17일 | 일 03월 18일 |
|-----------------------|---|--|--|--|--|--|---|
| 행복을 여는 아침 | (소고기야채죽) 아욱된장국 동태무조림 고추장멸치볶음 오이깍두기 배추김치 | (소고기야채죽) 홍합미역국 야채계란찜 소민찌가지볶음 양념깻잎지 배추김치 | (소고기야채죽) 호박된장국 돈사태장조림 감자소시지볶음 오이지무침 배추김치 | (소고기야채죽) 쪽파계란탕 소고기굴소스볶음 마늘쫄새우조림 무채툇무침 배추김치 | (소고기야채죽) 감자찌개 가자미무침 우유스크램블 참나물무침 배추김치 | (소고기야채죽) 단배추된장국 돈육두루치기 청포묵미나리무침 숙주맛살무침 배추김치 | (소고기야채죽) 맑은누룽지 소고기장조림 두부고추장찜 무장아찌무침 배추김치 |
| 간식 | 요플레 | 비피더스 | 생과일주스 | 두유 | 홍삼즙 | 비피더스 | 요플레 |
| 정성이 가득한 점심 | (바지락야채죽) 북어계란국 우불팽이불고기 명엽채무침/구이김 배추된장나물 배추김치 | (참깨야채죽) 동태알탕 돈갈비찜 해파리초무침 치커리겉절이 배추김치 | (들깨야채죽) 갈비탕&소면 코다리무조림 오이초절이 유채나물 석박지 | (전복야채죽) 열무보리비빔밥 팽이된장국 후라이&약고추장 실곤약초무침/요플레 오이소박이 | (소고기브로컬리죽) 순두부찌개 오리훈제&무쌈 감자채볶음 콩나물무침 배추김치 | (소고기부추죽) 육개장 이면수카레구이 후랑크케찹조림 쪽파나물무침 열무김치 | (소고기게살죽) 소고기무국 치킨탕수육&소스 어묵야채볶음 방풍나물 배추김치 |
| 간식 | 단팥빵&유자차 | 인자인장터 | 고구마맛탕&모과차 | 검은콩두유&연과 | 바나나&오렌지 | 블루베리머핀&생강차 | 치즈카스테라&대추차 |
| 건강을 생각 하는 저녁 | (소고기표고버섯죽) 들깨버섯탕 해물뽕전 곤약맛살장조림 팽이부추초장무침 배추김치 | (소고기브로컬리죽) 우렁된장국 자반구이 돈육김치볶음 구이김 백김치 | (소고기부추죽) 콩나물김치국 메추리장조림 새싹연두부샐러드 고비나물 배추김치 | (소고기고구마죽) 콩비지찌개 삼치무조림 단호박꿀찜 도토리묵무침 배추김치 | (소고기들깨죽) 근대된장국 소채표고볶음 견과류멸치볶음 숙갓나물 배추김치 | (소고기새우죽) 황태무국 돈육장조림 소민찌버섯볶음 파래튀각 배추김치 | (소고기감자죽) 미소된장국 짜장소스 떡갈비찜/요구르트 단무지부추무침 배추김치 |
| 원산지 표시 | 쌀, 김치: 국내산 고춧가루: 국내산, 중국산 | | | 소고기: 호주산 | 돼지고기: 국내산 | 닭, 오리: 국내산 | 갈치: 파키스탄 |
| | 두부, 연두부: 대두(미국, 캐나다, 호주산) 조기, 꽃게: 중국산 베이컨, 소시지: 돼지고기(수입산) | | | | | 동태, 코다리: 러시아 | 오징어: 칠레 |
| | 고등어, 자반, 삼치: 국내산 낙지, 쭈꾸미: 베트남 | | | 가오리: 미국산 | 가자미: 러시아 | 후랑크: 계육(국내산), | 장어: 수입산 |

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

