



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 소민짜가지볶음 양념깻잎지 배추김치	(소고기야채죽) 호박된장국 돈사태장조림 감자소시지볶음 오이지무침 배추김치	(소고기야채죽) 쪽파계란탕 소고기굴소스볶음 마늘쫀새우조림 무채툇무침 배추김치	(소고기야채죽) 감자찌개 가자미무찜 우유스크램블 참나물무침 배추김치	(소고기야채죽) 단배추된장국 돈육두루치기 청포묵미나리무침 숙주맛살무침 배추김치	(소고기야채죽) 맑은누룽지 소고기장조림 두부고추장찜 무장아찌무침 배추김치
	돈육장조림	콩치김치찜	꼬치산적	사과	파김치	단호박샐러드	새우칠리볶음
간식	요플레	비피더스	생과일쥬스	두유	홍삼즙	비피더스	요플레
정성이 가득한 점심	(바지락야채죽) 북어계란국 우블팽이불고기 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 후랑크케첩조림 쪽파나물무침 열무김치	(소고기게살죽) 소고기무국 치킨탕수육&소스 어묵야채볶음 방풍나물 배추김치
	호박부꾸미	감자전	파김치	두부고추장조림	바나나샐러드	돈채느타리볶음	해물완자전
간식	단팥빵&유자차	인자인장터	고구마맛탕&모과차	검은콩두유&연과	바나나&오렌지	블루베리머핀&생강차	치즈카스테라&대추차
건강을 생각 하는 저녁	(소고기표고버섯죽) 들깨버섯탕 해물땡전 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 소민짜버섯볶음 파래튀각 배추김치	(소고기감자죽) 미소된장국 짜장소스 떡갈비찜/요구르트 단무지부추무침 배추김치
	가자미무조림	물미역&초장	매생이전	미트볼케첩무침	오렌지	부추전	미나리전
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.

