



주간식단표 (2018. 03. 19 ~ 2018. 03. 25)

	월(03/19)	화(03/20)	수(03/21)	목(03/22)	금(03/23)	토(03/24)	일(03/25)
행복한 아침	(소고기야채죽) 보리새우무채국 돈육메추리알조림 연두부/양념장 부추무생채 배추김치	(소고기야채죽) 북어무국 쇠고기숙주볶음 야채계란찜 오징어젓무침 배추김치	(소고기야채죽) 누룽지탕 동태무조림 우민찌가지나물 시금치나물무침 배추김치	(소고기야채죽) 연두부계란국 돈채피망볶음 올방개묵무침 우영채조림 배추김치	(소고기야채죽) 감자맑은국 돈육찹스테이크 부추스크램블 오이생채 배추김치	(소고기야채죽) 조개살무채국 닭데리야끼볶음 양배추쌈/쌈장 참나물무침 배추김치	(소고기야채죽) 유부맑은국 가오리찜 감자채볶음 숙주나물 배추김치
간식	요플레	두유	홍삼즙	과일푸딩	검은콩두유	요플레	비피더스
정성스런 점심	(들깨야채죽) 아욱된장국 제육볶음 물파래전 숙주팽이나물 배추김치	(새우브로콜리죽) 쇠고기미역국 조기구이 잡채 과일샐러드 배추김치	(단호박영양죽) 닭곰탕/소면 두부강정 느타리호박나물 치커리유자청무침 석박지	(조개살미역죽) 들깨순두부탕 뼈없는닭갈비 탕평채 콩나물무침 배추김치	(흑임자죽) 북어무국 쇠고기장조림 사각어묵전 파래무무침 배추김치	(소고기부추죽) 감자수제비국 콩치캔김치조림 도라지숙채 콘샐러드 배추김치	(게살야채죽) 콩나물국 돈육버섯불고기 김치전 무짬지채무침 배추김치
간식	고구마맛탕&우영차	바나나	오렌지	도넛&동굴레차	찐고구마&요구르트	카스테라&식혜	찐빵&유자차
건강한 저녁	(소고기버섯죽) 고추장찌개 삼치구이 햄양배추채볶음 오복채무침 배추김치	(녹두죽) 쇠고기무국 야채계란말이 마파두부 도토리묵/양념장 배추김치	(브로콜리죽) 두부새우젓국 돈육두루치기 멸치아몬드볶음 오이지무침 배추김치	(땅콩죽) 청국장찌개 동그랑땡전 매콤감자조림 김구이 배추김치	(소고기브로콜리죽) 미역장국 돈채표고볶음 무나물 얼갈이된장무침 배추김치	(참깨죽) 계란파국 가자미엿장조림 메밀묵김치무침 오이초절이 배추김치	(참치야채죽) 시래기된장국 닭볶음탕 미역줄기맛살볶음 마늘쫄면장무침 배추김치

◆ 표시 쌀, 김치: 국내산 고춧가루: 국내산, 중국산 소고기: 호주산 돼지고기: 국내산 닭, 오리: 국내산 갈치: 파키스탄 오징어: 칠레
 두부, 연두부: 대두(미국, 캐나다, 호주산) 조기, 꽃게: 중국산 베이컨, 소시지: 돼지고기(수입산) 동태, 코다리: 러시아
 고등어, 자반, 삼치: 국내산 낙지, 쭈꾸미: 베트남 가오리: 미국산 가자미: 러시아 후랑크: 계육(국내산) 장어: 수입산



위의 식단 내용은 식자재 수급 상황 및 기호성에 따라 변경될 수 있습니다. ★