

주간식단표(2018. 5. 28 ~ 6. 3)

	05월 28일	05월 29일	05월 30일	05월 31일	06월 1일	06월 2일	06월 3일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	(소고기버섯죽) 어묵국 탕평채 애호박나물 파래자반볶음 배추김치	(흑임자죽) 홍합살미역국 계란장조림 우채버섯볶음 고추지무침 배추김치	(골뱅이야채죽) 계란파국 떡갈비조림 명란젓고추무침 양배추나물 배추김치	(소고기야채죽) 근대된장국 마파두부 우영채건포도조림 고구마샐러드 배추김치	(소고기브로컬리죽) 누룽지탕 콩치김치조림 오이양파무침 전장김 배추김치	(홍합야채죽) 아욱된장국 소민씨볶음 양상추샐러드 콩나물무침 배추김치	(소고기버섯죽) 북어채무국 계란찜 숙갓겉절이 오징어젓갈 배추김치
	브로컬리*흑임자소스	간마늘지	고들빼기	메추리알조림	명란젓갈	다시마*초고추장	가지나물
간식	베지밀B	비피더스	청포도	요플레	홍삼즙	바나나	검은깨두유
정성이 가득한 점심	(단호박죽) 울갱이얼갈이국 닭고기김치찜 마늘쫄무침 수제고로케 배추김치	(소고기버섯죽) 잔치국수 가지탕수육*소스 무생채무침 말랑콩자반 배추김치	(영양굴죽) 콩나물국 보쌈*보쌈김치 청포묵김가루무침 콘샐러드 상추쌈*쌈장	(팥죽) 짬뽕국 코다리조림 새송이전*양념장 시금치나물 배추김치	(녹두죽) 들깨미역국 돈육폭찜 오징어야채초무침 미나리나물 배추김치	(전복야채죽) 물만두국 가자미조림 도라지유자청 깻잎김치 배추김치	(소고기야채죽) 호박두부새우젓국 닭살굴소스볶음 꽃맛샐러드 치커리사과무침 배추김치
	참치볶음장	오렌지	명엽채	수박	감자샐러드	방울토마토	멸치볶음
간식	영양갱	인자인생신잔치	토스트*요구르트	한과*오미자음료	비피더스	안흥찐빵*요구르트	찐고구마*매실음료
건강을 생각 하는 저녁	(게살죽) 알탕 돈등뼈찜 취나물 건새우호박씨볶음 배추김치	(땅콩죽) 열무된장국 삼치조림 후랑크케첩볶음 참나물 배추김치	(들깨죽) 육개장 쭈꾸미브로컬리*초장 시래기지짐 양파장아찌 배추김치	(조개살야채죽) 건새우무국 닭도리탕 숙주나물맛살무침 호박요, 양배추찜*쌈장 배추김치	(참치야채죽) 버섯찌개 함박스테이크*소스 깻순나물볶음 마늘장아찌 배추김치	(고구마죽) 닭개장 두부김치 연근조림 파리고추찜 배추김치	(바지락야채죽) 시래기된장국 갈치구이 미역줄기맛살볶음 상추겉절이 배추김치
	참외	연두부*양념장	생선까스*타르소스	명이나물	북어채볶음	콘샐러드	올방개묵*양념장
원산지 표시	쌀, 김치:국내산 고춧가루:국내산, 중국산 소고기:호주산 돼지고기/(삼겹살):국내산/(독일산) 두부, 연두부:대두(미국, 캐나다, 호주산) 조기, 꽃게:중국산 베이컨, 소시지:돼지고기(수입산) 고등어, 자반, 삼치:국내산 낙지, 쭈꾸미:베트남 가오리:아르헨티나 가자미:러시아 닭, 오리:국내산 갈치:파키스탄 동태, 코다리:러시아 오징어:칠레 후랑크:계육(국내산), 장어:수입산						

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

