

# 주간식단표(2018. 6. 4 ~ 6. 10)

	06월 4일	06월 5일	06월 6일	06월 7일	06월 8일	06월 9일	06월 10일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	(소고기버섯죽) 건새우무국 우채버섯볶음 말랑콩자반 열무나물 배추김치	(흑임자죽) 물만두국 마파두부 가지양파볶음 마늘쫀지무침 배추김치	(골뱅이야채죽) 아욱된장국 오이뱃두리 민찌볶음장 파래자반볶음 배추김치	(콩가루죽) 순두부찌개 소고기숙주볶음 숙갓두부무침 양배추나물 배추김치	(소고기브로컬리죽) 북어채무국 돈사태장조림 도라지무침 감자샐러드 배추김치	(홍합야채죽) 누룽지탕 맛살계란찜 골뱅이야채무침 전장김 배추김치	(소고기버섯죽) 열무된장국 우민찌볶음 해초무침 단호박샐러드 배추김치
	김자반	콘샐러드	고들빼기	오징어젓갈	계란후라이	올방개묵*양념장	가지나물
간식	베지밀B	비피더스	딸기우유	요플레	홍삼즙	바나나	검은깨두유
정성이 가득한 점심	(단호박죽) 육개장 생선까스*타르소스 참치김치볶음 고추지무침 배추김치	(소고기버섯죽) 근대된장국 돈등뼈찜 해물파전 콩나물무침 배추김치	(영양굴죽) 어묵국 가자미구이 브로컬리/초고추장 깻잎김치 배추김치	(참치야채죽) 알탕 닭볶음탕 메밀막국수 참나물 배추김치	(녹두죽) 시금치된장국 매콤두부조림 배추전*양념장 부추생채 배추김치	(전복야채죽) 짬뽕국 제육볶음 숙주나물무침 고구마샐러드 배추김치	(소고기야채죽) 들깨미역국 삼치구이 버섯피망볶음 오이양파무침 배추김치
	연두부*양념장	오렌지	단호박샐러드	베이컨야채볶음	창란젓갈	상추쌈*쌈장	양배추찜*쌈장
간식	영양갱	수박	토스트*요구르트	한과*생강차음료	비피더스	안홍찐빵*요구르트	찐고구마*매실음료
건강을 생각 하는 저녁	(게살죽) 얼갈이된장국 오삼불고기 멸치아몬드볶음 세발생채 배추김치	(땅콩죽) 소고기무국 한식잡채 느타리초무침 조개젓갈 배추김치	(들깨죽) 콩나물국 돈갈비 치커리사과겉절이 건새우볶음 배추김치	(조개살야채죽) 버섯들깨국 고등어구이 단호박찜 종상추겉절이 배추김치	(고구마죽) 소고기미역국 쭈꾸미볶음*소면 얼갈이나물 양송이조림 배추김치	(팥죽) 시래기된장국 고추잡채*꽃빵 더덕무생채 취나물 배추김치	(바지락야채죽) 닭개장 해물볶음우동 아삭이쌈장무침 미나리나물 배추김치
	참외	도토리묵*양념장	명이나물	오이고추*쌈장	깐마늘지	비트초절임	우채볶음
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 동태, 코다리:러시아 후랑크:계육(국내산),	갈치:파키스탄 오징어:칠레 장어:수입산

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

