

주간식단표(2018. 11. 12 ~ 11. 18)

	11월 12일	11월 13일	11월 14일	11월 15일	11월 16일	11월 17일	11월 18일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	(녹두죽) 호박새우젓국 계란장조림 강된장 취나물무침 배추김치	(시금치야채죽) 북어채무국 마파두부 가지양파볶음 파래쪽파무침 배추김치	(콩죽) 아욱된장국 우채가지볶음 미나리초무침 멸치견과류볶음 배추김치	(소고기야채죽) 누룽지탕 돈육폭찜 연두부*양념장 다시마튀각 배추김치	(바지락야채죽) 시금치된장국 민짜두부조림 열무쌈장무침 깻잎김치 배추김치	(브로컬리죽) 순두부찌개 콩치김치조림 우영채조림 전장김 배추김치	(옥수수죽) 들깨미역국 떡갈비조림 낙지젓락교무침 두부숙갓나물무침 배추김치
	양파초절임	사과	계란후라이	건포도감자오믈	갓김치	청포묵김가루무침	소민찌볶음
간식	베지밀B	비피더스	홍삼즙	두유	요러브(복숭아)	딸기우유	검정깨두유
정성이 가득한 점심	(당근야채죽) 어묵국 카레라이스 오이뱃두리 새송이*초고추장 배추김치	(들깨죽) 소고기미역국 묵은지닭찜 오복지무침 크림스파게티 배추김치	(조개살야채죽) 잔치국수 탕수육*소스 고구마샐러드 부추겉절이 배추김치	(참치야채죽) 닭개장 소고기장조림 춘천막국수 양배추찜*쌈장 배추김치	(땅콩죽) 알탕 고등어구이 매콤감자조림 양상추샐러드*소스 배추김치	(소고기버섯죽) 얼갈이된장국 돈등뼈찜 버섯전*양념장 콩나물무침 배추김치	(소고기야채죽) 짬뽕국 닭볶음 숙주나물맛살무침 멸치아몬드볶음 배추김치
	파인애플	나박물김치	오이소박이	메론	방풍나물	오렌지	김자반
간식	크림빵*꼬마우유	계절과일/굴	인자인생신잔치	과일요거트	찐감자*감귤쥬스	안흥찐빵*요구르트	바나나
건강을 생각 하는 저녁	(흑임자죽) 토속된장찌개 제육볶음 종상추겉절이 말랑콩자반 배추김치	(영양닭죽) 콩나물국 가자미구이 실곤약야채무침 마늘장아찌 배추김치	(새우살야채죽) 소고기무국 한식잡채 단호박찜 오이깍둑무침 배추김치	(고구마죽) 동태찌개 해물파전 마카로니샐러드 치커리사과무침 배추김치	(게살죽) 건새우무국 돈갈비 참나물겉절이 계란찜 배추김치	(골뱅이야채죽) 참치김치찌개 오징어야채볶음 호박나물 해초무침 배추김치	(영양굴죽) 근대된장국 삼치구이 느타리버섯볶음 더덕무침 배추김치
	쭈꾸미볶음	호박고지	쪽파무침	브로컬리*초고추장	비트초절임	베이컨볶음	건새우볶음
원산지 표시	쌀:국내산 김치:국내산, 중국산 고춧가루:중국산 소고기:호주산 돼지고기/(삼겹살):국내산/(독일) 닭,오리:국내산 갈치:모로코 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:아르헨티나 가자미:러시아 후랑크:계육(국내산), 장어:수입산						

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

생선	5
돈	4
우	2
닭	1
두,달	
기타	

순대볶음
해물완자

갈비만두