

주간식단표(2020. 01. 27 ~ 2020. 02. 02)

	01월 27일	01월 28일	01월 29일	01월 30일	01월 31일	02월 01일	02월 02일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 아욱된장국 날치알스크램블 오이도라지무침 다시마튀각 배추김치	밥/게살죽 누룽지탕 소채가지볶음 참치샐러드 더덕무침 배추김치	밥/들깨죽 단호박스프 공치김치지짐 새송이파프리카볶음 숙주나물 배추김치	밥/소고기야채죽 어묵국 계란장조림 도라지유자무침 강된장 배추김치	밥/땅콩죽 팽이된장국 오이뱃두리 연두부*양념장 마늘쫀장아찌 배추김치	밥/영양닭죽 건새우무국 소고기장조림 취나물 멸치고추장볶음 배추김치	밥/참치야채죽 유채된장국 마파두부 컬리플라워볶음 오징어젓갈 배추김치
간식	베지밀B	비피더스(사과)	배도라지즙	두유	요르브(딸기)	흰우유	검정깨두유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 렌틸콩밥 들깨미역국 닭갈비 알감자조림 탕평채 배추김치	참치야채죽 취나물밥 다슬기국 돈육볶음 국물떡볶이 물미역*초장 배추김치	소고기야채죽 현미밥 사골곰탕 해물파전 파리고추멸치볶음 시금치나물 배추김치	단호박죽 완두콩밥 유부숙갓국 카레소스 동태살강정 봄동겉절이 나박김치	영양삼계죽 차조밥 물만두국 돈까스*소스 애호박새우살볶음 실곤약야채무침 배추김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 닭곰탕 갈치구이 두부조림 달래부추무침 배추김치	전복야채죽 현미밥 소고기무국 안동찜닭 해물동그랑땡 무생채 배추김치
간식	몽실통통*요구르트	망고푸딩	인자인장터	굴*바나나	크림스프*모닝빵	팔죽	호빵*캐플주스
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 육개장 가자미구이 순대볶음 브로콜리*초장 배추김치	밥/소고기야채죽 시래기된장국 민찌두부조림 비엔나야채볶음 치커리사과무침 배추김치	밥/영양닭죽 참치김치찌개 제육볶음 상추겉절이 고구마샐러드 배추김치	밥/새우살야채죽 감자국 고등어조림 가지나물찜 물파래무침 배추김치	밥/게살죽 콩비지찌개 오징어야채볶음 열무된장무침 콘샐러드 배추김치	밥/흑임자죽 대구지리탕 한식잡채 메추리알조림 도라지무침 배추김치	밥/소고기야채죽 콩나물국 삼치조림 감자채햄볶음 도토리묵무침 배추김치
원산지 표시	밥, 죽, 누룽지(백미, 현미, 흑미, 찹쌀:국내산) 콩비지, 두부류:대두(외국산) 배추김치, 봄동겉절이:배추(국산), 고춧가루(중국산) 백김치:배추(국산) 고등어:국내산 오징어:국내산 참조기, 꽃게, 낙지:중국산				닭, 오리:국내산 소고기:호주산 돼지고기:국내산 갈치:모로코산 쭈꾸미:베트남 동태, 코다리, 명태:러시아		

◎ 위 식단 및 원산지는 식자재 수급 및 시장 사정에 의해 변경 될수 있습니다.