

# 주간식단표(2020. 02. 10 ~ 2020. 02. 16)

	02월 10일	02월 11일	02월 12일	02월 13일	02월 14일	02월 15일	02월 16일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 다슬기국 마파두부 들깨무나물 김자반 배추김치	밥/게살죽 건새우무국 소채가지볶음 연두부*양념장 양념깻잎지 배추김치	밥/들깨죽 얼갈이된장국 돈사태장조림 감자샐러드 오복지무침 배추김치	밥/소고기야채죽 단호박스프 계란장조림 올방개묵*양념장 마늘쫀장아찌 배추김치	밥/땅콩죽 유부숙갓국 소민찌볶음 콩나물무침 다시마튀각 배추김치	밥/영양닭죽 근대된장국 공치김치지짐 강된장 취나물무침 배추김치	밥/참치야채죽 북어채무국 닭살야채볶음 숙주나물 고추튀각 배추김치
	고구마샐러드	사과	해물완자	낙지젓갈	호박꼬지	계란후라이	전장김
간식	베지밀B	비피더스	배도라지즙	두유	요러브(복숭아)	흰우유	검정깨두유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 렌틸콩밥 콩나물국 보쌈*상추쌈 치커리사과무침 알감자새송이조림 배추김치	참치야채죽 차수수밥 계란파국 닭볶음탕 스모크햄전 봄동겉절이 열무김치	소고기야채죽 흑미밥 도토리묵국 함박스테이크*소스 참치샐러드 콩나물무침 배추김치	단호박죽 완두콩밥 들깨미역국 해물볶음우동 가지탕수육 연근샐러드 배추김치	영양삼계죽 귀리밥 호박두부새우젓국 임연수구이 순대야채볶음 브로컬리*초고추장 배추김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 어묵국 돈갈비찜 새송이구이*양념장 참나물 배추김치	전복야채죽 현미밥 육개장 가자미구이 한식잡채 도라지생채 배추김치
	오징어젓갈	무말랭이무침	파인애플	나박물김치	두부양념조림	청포묵김가루무침	갓김치
간식	초코파이*꼬마우유	연양갱	인자인생신잔치	계절과일	치즈케익*요구르트	호박죽	쁘띠첼(포도)
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 아욱된장국 쭈꾸미볶음*소면 유채나물 땅콩조림 배추김치	밥/소고기야채죽 소고기미역국 삼치조림 호박볶음 세발나물*흑임자D 배추김치	밥/영양닭죽 순두부찌개 짜장소스 단무지무침 옥수수파래전 배추김치	밥/새우살야채죽 팽이버섯된장국 제육볶음 햄감자채볶음 쫀상추겉절이 배추김치	밥/게살죽 부대찌개 닭갈비 콘샐러드 열무나물 배추김치	밥/흑임자죽 수제비국 오징어야채볶음 건새우마늘쫀볶음 미역초무침 배추김치	밥/소고기야채죽 유채된장국 돈육폭찹 무생채 어묵볶음 배추김치
	어묵조림	비트초절임	비엔나볶음	북어채볶음	마늘장아찌	더덕무침	깻잎양념장
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.