

주간식단표(2020. 02. 17 ~ 2020. 02. 23)

	02월 17일	02월 18일	02월 19일	02월 20일	02월 21일	02월 22일	02월 23일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 들깨미역국 민찌두부조림 애호박새우살볶음 더덕무침 배추김치	밥/계살죽 감자국 계란장조림 떡갈비 김자반 배추김치	밥/들깨죽 건새우무국 돈사태장조림 부들어묵볶음 고추튀각 배추김치	밥/소고기야채죽 옥수수스프 닭살야채볶음 숙주나물 깻잎양념지 배추김치	밥/땅콩죽 누룽지탕 고등어우거지조림 건파래쪽파무침 고구마샐러드 배추김치	밥/영양닭죽 바지락부추국 돈채가지볶음 연두부*양념장 고추잎나물무침 배추김치	밥/참치야채죽 유채된장국 쭈꾸미야채볶음 시래기지짐 콘샐러드 배추김치
	복어채볶음	사과	계란후라이	낙지젓갈	더덕무침	전장김	우민씨볶음
간식	베지밀B	비피더스	홍삼즙	두유	요러브(복숭아)	흰우유	검정콩두유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 렌틸콩밥 얼갈이된장국 파닭 햄감자채볶음 양상추샐러드*소스 배추김치	참치야채죽 취나물밥 콩나물국 소불고기 파리고추멸치조림 도라지유자청무침 배추김치	소고기야채죽 흑미밥 순두부찌개 코다리조림 메밀비빔국수 가지양념찜 배추김치	단호박죽 완두콩밥 홍합살미역국 돈등뼈찜 한식잡채 무생채 배추김치	영양삼계죽 귀리밥 어묵국 카레소스 생선까스*타르소스 단무지무침 배추김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 토속된장찌개 오리훈제야채볶음 계란찜 시금치나물 배추김치	전복야채죽 현미밥 육개장 갈치구이 두부조림 부추겉절이 배추김치
	아삭이고추*쌈장	다시마튀각	파인애플	명이나물	갯김치	건포도감자으깬	오징어젓갈
간식	마들렌*꼬마우유	곡물과자*식혜	도라야끼*요구르트	사과*바나나	쁘띠첼(포도)	찐고구마*요구르트	호박죽
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 꽃게탕 제육볶음 올방개묵김가루무침 상추쌈*쌈장 배추김치	밥/소고기야채죽 팽이된장국 삼치조림 부추장떡 참나물무침 배추김치	밥/영양닭죽 설렁탕 김치부침개 순대볶음 아삭이고추무침 배추김치	밥/새우살야채죽 소고기무국 오징어야채볶음 두부구이*양념장 세발나물무침 배추김치	밥/계살죽 근대된장국 닭다리조림 멸치견과류볶음 쫄상추겉절이 배추김치	밥/흑임자죽 물만두국 공치구이 꽃맛살브로컬리볶음 마늘쫄장아찌 배추김치	밥/소고기야채죽 복어국 안동찜닭 물미역무침 도토리묵*양념장 배추김치
	단호박샐러드	양파장아찌	비엔나볶음	강된장	고추튀각	잡채어묵	오미산적
원산지 표시	밥, 죽, 누룽지(백미, 현미, 흑미, 찹쌀:국내산) 콩비지, 두부류:대두(외국산) 배추김치: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:러시아 맛살:명태(미국산)			

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