

주간식단표(2020. 05. 04 ~ 2020. 05. 10)

	05월 04일	05월 05일	05월 06일	05월 07일	05월 08일	05월 09일	05월 10일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 누룽지탕 소민짜야채볶음 오이양파무침 건새우마늘쫄볶음 배추김치	밥/게살죽 소고기무국 돈사태장조림 콩나물무침 깻잎지 배추김치	밥/들깨죽 계란파국 마파두부 견과류멸치볶음 가지나물 배추김치	밥/소고기야채죽 콩가루배추국 닭살야채볶음 참치샐러드 전장김 배추김치	밥/땅콩죽 콩나물국 계란찜 비엔나케첩볶음 더덕무생채무침 배추김치	밥/영양닭죽 순두부국 떡갈비조림 명이나물 건파래볶음 배추김치	밥/참치야채죽 느타리버섯국 소고기양상추볶음 숙주나물 실곤약야채무침 배추김치
간식	베지밀B	두유	비피더스	바나나우유	요러브(딸기)	흰우유	검은콩두유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 완두콩밥 물만두국 고등어무조림 치킨까스*어니언소스 도라지유자청무침 배추김치	참치야채죽 차수수밥 아욱국 보쌈*상추쌈 감자곤약조림 아삭이고추무침 배추김치	소고기야채죽 흑미밥 브로컬리스프 갈릭함박스테이크 푸실리샐러드 오이소박이 배추김치	단호박죽 귀리밥 알탕 돈갈비찜 연두부*양념장 파리고추멸치조림 배추김치	영양삼계죽 쌀밥 장각삼계탕 쭈꾸미야채무침 부들어묵볶음 취나물 배추김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 근대된장국 코다리감자조림 동그랑땡전 시금치나물 배추김치	전복야채죽 현미밥 홍합살미역국 오리훈제야채볶음 애호박전 치커리사과겉절이 배추김치
간식	단호박죽	계절과일	단팥빵*꼬마우유	약과*식혜	망고푸딩	안흥진빵*요구르트	바나나
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 팽이버섯된장국 살로만양념치킨 참나물무침 올방개묵*양념장 배추김치	밥/소고기야채죽 어묵국 가자미무조림 느타리버섯볶음 근대나물 배추김치	밥/영양닭죽 복어채무국 소불고기 청포묵김가루무침 쫄상추겉절이 배추김치	밥/새우살야채죽 얼갈이된장국 갈치구이 골뱅이야채무침 호박나물 배추김치	밥/게살죽 다시마무국 삼치조림 도라지볶음 콩자반 배추김치	밥/흑임자죽 육개장 두부까스*소스 오징어야채볶음 고추튀각 배추김치	밥/소고기야채죽 시래기된장국 콩치김치찜 고사리볶음 콘샐러드 배추김치
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 참치캔(가다랑어:원양산) 동태, 코다리:러시아 알탕(명태:미국산)		

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