

주간식단표(2020. 05. 11 ~ 2020. 05. 17)

	05월 11일	05월 12일	05월 13일	05월 14일	05월 15일	05월 16일	05월 17일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 황태콩나물국 돈민찌두부조림 양배추찜*쌈장 멸치볶음 배추김치	밥/계살죽 다시마감자국 소고기느타리볶음 전장김 열무쌈장나물 배추김치	밥/들깨죽 브로컬리스프 계란찜 애호박새우살볶음 다시마튀각 배추김치	밥/소고기야채죽 소고기무국 공치김치찜 숙주나물 숙갓두무무침 배추김치	밥/땅콩죽 맑은미역국 돈사태장조림 오징어젓고추무침 취나물 배추김치	밥/영양닭죽 누룽지탕 계란장조림 시금치나물 소민찌볶음장 배추김치	밥/참치야채죽 꽃게탕 소채야채볶음 연두부*양념장 낙지젓갈 배추김치
	단호박찜	사과	명란젓갈	건파래볶음	나박물김치	오복지무침	계란후라이
간식	베지밀B	비피더스	두유	요플레	흰우유	검은깨두유	바나나
정성이 가득한 점심	흑임자죽 완두콩밥 부대찌개 수제탕수육 삼치무조림 오이부추무침 배추김치	참치야채죽 차수수밥 어묵탕 짜장면*소스 계란스크램블 무생채 배추김치	소고기야채죽 흑미밥 바지락미역국 돈갈비찜 한식잡채 배도라지무침 배추김치	단호박죽 오곡밥 북어국 양념통닭 취나물,호박꼬지 전장김 배추김치	영양삼계죽 귀리밥 건새우아욱된장국 소고기양상추볶음 가지탕수육*소스 열무나물 배추김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 유부장국 조기구이 어묵파리고추볶음 콩나물무침 배추김치	전복야채죽 현미밥 물만두국 오리훈제야채무침 느타리버섯볶음 상추겉절이 배추김치
	계란찜	깻잎지	북어채볶음	오이고추*쌈장	오렌지	호박볶음	방울토마토
간식	몽쉘*꼬마우유	호박죽	인자인생신잔치	계절과일	한과*수정과	요플레	카스타드*요구르트
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 버섯된장국 해물볶음우동 연근조림 고들빼기지 배추김치	밥/소고기야채죽 청국장찌개 보쌈*상추쌈*쌈장 청포묵김가루무침 참치샐러드 배추김치	밥/영양닭죽 순두부찌개 간풍기 파리고추찜 도토리묵*양념장 배추김치	밥/새우살야채죽 시금치된장국 오삼불고기 미역줄기맛살볶음 더덕무침 배추김치	밥/계살죽 대구지리탕 닭다리조림 아몬드멸치볶음 콘샐러드 배추김치	밥/흑임자죽 건새우무국 비엔나야채볶음 삼치구이 치커리사과무침 배추김치	밥/소고기야채죽 다슬기국 코다리감자조림 고구마샐러드 오이양파무침 배추김치
	스테이크*소스	비트초절임	두부조림	깐마늘지	명이나물	가지나물	양배추찜*쌈장
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, 명태:러시아		

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