

주간식단표(2020. 05. 25 ~ 2020. 05. 31)

	05월 25일	05월 26일	05월 27일	05월 28일	05월 29일	05월 30일	05월 31일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 어묵국 탕평채 애호박나물 파래자반볶음 배추김치	밥/계살죽 홍합살미역국 계란장조림 우채버섯볶음 도토리묵무침 배추김치	밥/들깨죽 브로컬리스프 떡갈비조림 낙지젓고추무침 양배추나물 배추김치	밥/소고기야채죽 얼갈이된장국 날치알스크램블 우영채건포도조림 고구마샐러드 배추김치	밥/땅콩죽 누룽지탕 콩치김치조림 오이양파무침 전장김 배추김치	밥/영양닭죽 아욱된장국 소민찌볶음 양상추샐러드 콩나물무침 배추김치	밥/참치야채죽 북어채무국 계란찜 오징어젓갈 고추튀각 배추김치
	브로컬리*흑임자소스	무생채	메추리알조림	나박물김치	낙지젓갈	다시마*초고추장	가지나물
간식	베지밀B	비피더스	홍삼즙	요플레	바나나	흰우유	검은깨두유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 강낭콩밥 버섯들깨탕 닭볶음탕 파리고추멸치조림 연근흑임자샐러드 배추김치	참치야채죽 차수수밥 온모밀소바 생선까스*소스 순대콩나물찜 오복지무침 배추김치	소고기야채죽 흑미밥 순두부찌개 소불고기 가지나물 푸실리샐러드 배추김치	단호박죽 콩나물밥*양념장 짬뽕국 코다리조림 새송이전*양념장 시금치나물 배추김치	영양삼계죽 귀리밥 근대된장국 치즈함박스테이크 감자채볶음 아삭이고추무침 배추김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 재첩국 보쌈*배추쌈 청포묵김가루무침 깻순나물볶음 배추김치	전복야채죽 현미밥 호박두부새우젓국 닭살굴소스볶음 꽃맛살샐러드 치커리사과무침 배추김치
	참치볶음장	오징어젓갈	청상추*쌈장	감자샐러드	수박	방울토마토	멸치볶음
간식	요플레	롤케익*꼬마우유	인자인장터	연양갱	쁘띠첼(복숭아)	수박	찐고구마*매실음료
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 대구지리탕 돈등뼈찜 취나물 건새우호박씨볶음 배추김치	밥/소고기야채죽 열무된장국 삼치무조림 후랑크야채볶음 참나물 배추김치	밥/영양닭죽 콩비지찌개 쭈꾸미브로컬리*초장 시래기된장지짐 양파장아찌 배추김치	밥/새우살야채죽 건새우무국 간장찜닭 미역줄기맛살볶음 양배추찜*쌈장 배추김치	밥/계살죽 맑은미역국 돈육폭찜 연두부*양념장 미나리무생채 배추김치	밥/흑임자죽 육개장 오리훈제야채볶음 파리고추찜 단호박샐러드 배추김치	밥/소고기야채죽 시래기된장국 갈치구이 미트볼조림 상추겉절이 배추김치
	오렌지	연두부*양념장	고구마까스*소스	명이나물	북어채볶음	콘샐러드	올방개묵*양념장
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 꽃맛살(명태:미국산)		

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