

주간식단표(2020. 10. 19 ~ 2020. 10. 25)

	10월 19일	10월 20일	10월 21일	10월 22일	10월 23일	10월 24일	10월 25일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 북어채무국 소고기장조림 도토리묵*양념장 해초무침 배추김치	밥/게살죽 누룽지탕 마파두부 견과류멸치볶음 양파장아찌 배추김치	밥/들깨죽 브로컬리스프 떡갈비조림 콩나물무침 취나물볶음 배추김치	밥/소고기야채죽 계란파국 돈사태마늘장조림 미역줄기맛살볶음 전장김 배추김치	밥/땅콩죽 건새우무국 닭살데리야끼볶음 마늘쫀장아찌 숙주미나리나물 배추김치	밥/영양닭죽 유부숙갓국 오징어야채볶음 민찌볶음장 올방개묵*양념장 배추김치	밥/참치야채죽 시금치된장국 계란장조림 명란젓고추무침 도라지유자무침 배추김치
간식	베지밀B	홍삼즙	두유	플레인요구르트	홍삼즙	흰우유	검정콩두유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 비빔밥 팽이버섯된장국 약고추장 계란후라이 과일샐러드 배추김치*요구르트	참치야채죽 차조밥 들깨미역국 돈까스*소스 감자새송이조림 실곤약야채무침 배추김치	소고기야채죽 흑미밥 어묵국 간장찜닭 새우살미나리전 유부맛살무침 배추김치	단호박죽 현미밥 꽃게탕 소불고기 한식잡채 오이양파무침 배추김치	영양삼계죽 차수수밥 물만두국 삼치구이 연두부*양념장 메밀비빔국수 배추김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 닭곰탕 돈갈비찜 청포묵김가루무침 참나물무침 배추김치	전복야채죽 현미밥 소고기무국 갈치구이 콘샐러드 호박새우젓볶음 배추김치
간식	포켓샌드*꼬마우유	토마토*사과	요플레	연시	흑미짬뽕*주스	바나나	찐고구마*요구르트
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 재첩국 해물볶음우동 단호박찜 오징어젓갈 배추김치	밥/소고기야채죽 콩비지찌개 자반고등어구이 가지나물 파래자반볶음 배추김치	밥/영양닭죽 짬뽕국 짜장소스 전통고기완자 상추사과무침 배추김치	밥/새우살야채죽 소고기미역국 콩치무조림 잡채어묵볶음 양념깻잎지 배추김치	밥/게살죽 얼갈이된장국 돈육푹찜 들깨무숙채 비름나물 배추김치	밥/흑임자죽 콩나물국 가자미무조림 아몬드멸치볶음 고구마샐러드 배추김치	밥/소고기야채죽 육개장 제육볶음 새송이버섯볶음 오복지무침 배추김치
원산지 표시	밥, 죽, 누룽지(백미, 현미, 흑미, 찹쌀:국내산) 콩비지, 두부류:대두(외국산) 배추김치(배추, 고춧가루:중국산) 백김치:배추(국내산) 고등어:국내산 오징어:국내산 참조기, 꽃게, 낙지:중국산 참치캔[가다랑어:원양산(태평양)]				닭, 오리:국내산 소고기:호주산 돼지고기:국내산 갈치:모로코산 쪽꾸미:베트남 동태, 코다리, 명태:러시아		

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