

주간식단표(2020. 11. 23 ~ 2020. 11. 29)

	11월 23일	11월 24일	11월 25일	11월 26일	11월 27일	11월 28일	11월 29일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 콩나물국 소민씨굴소스볶음 청포묵김가루무침 오이지무침 배추김치	밥/게살죽 북어국 두부조림 참치양배추볶음 쪽파무침 배추김치	밥/들깨죽 양송이스프 날치알스크램블 느타리버섯볶음 전장김 배추김치	밥/소고기야채죽 유부숙갓국 소고기장조림 부들어묵볶음 콘샐러드 배추김치	밥/땅콩죽 누룽지탕 닭살굴소스볶음 마늘쫄무침 숙갓두부무침 배추김치	밥/영양닭죽 소고기무국 계란장조림 오이도라지무침 김자반 배추김치	밥/참치야채죽 홍합살미역국 비엔나야채볶음 오징어젓갈 전장김 배추김치
	가지양파볶음	김자반	오이고추무침	계란찜	고들빼기	갓김치	사과
간식	프로바이오틱(사과)	베지밀B	배도라지즙	두유	요플레	흰우유	검정콩두유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 강낭콩밥 바지락미역국 오리훈제야채무침 김치볶음*온두부 비트무절임 열무김치	참치야채죽 차조밥 어묵홍합탕 돈보쌈 유부맛살무침 세발나물 배추김치	소고기야채죽 현미밥 호박된장찌개 닭볶음탕 새우살미나리전 시금치나물 배추김치	단호박죽 흑미밥 사골황태설렁탕 고등어구이 취나물볶음 도라지유자무침 배추김치	영양삼계죽 차수수밥 육개장 해물볶음우동 가지탕수육 오이소박이 배추김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 닭곰탕 삼치조림 한식잡채 치커리사과무침 배추김치	전복야채죽 현미밥 북어국 간장찜닭 애호박새우살볶음 숙주나물 배추김치
	고구마맛탕	나박물김치	무생채	간장고추지	오렌지	명이나물	쭈꾸미볶음
간식	포켓샌드*꼬마우유	토마토*사과	요플레	밀감	찐고구마*매실주스	호빵*캐플주스	바나나
건강을 생각하는 저녁	밥/전복야채죽 아욱된장국 가자미구이 순대야채볶음 청경채겉절이 배추김치	밥/소고기야채죽 순두부찌개 소불고기 단호박팔찜 열무된장무침 배추김치	밥/영양닭죽 콩비지찌개 공치조림 떡갈비조림 참나물사과무침 배추김치	밥/새우살야채죽 배추된장국 돈등뼈찜 고구마조림 콩나물무침 배추김치	밥/게살죽 대구지리탕 소채가지볶음 낙지젓갈 근대나물 배추김치	밥/흑임자죽 시금치된장국 돼지갈비찜 새송이버섯볶음 무생채 배추김치	밥/소고기야채죽 어묵국 갈치구이 연두부*양념장 더덕무침 배추김치
	잡채어묵	갓김치	숙갓두부무침	호박볶음	양배추찜*쌈장	깻잎지	비트초절임
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 쭈꾸미:베트남 동태, 코다리, 명태:러시아		

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