

주간식단표(2021. 03. 01 ~ 2021. 03. 07)

	03월 01일	03월 02일	03월 03일	03월 04일	03월 05일	03월 06일	03월 07일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 물만두국 마파두부 호박새우젓볶음 깻잎지 배추김치	밥/게살죽 팽이버섯된장국 소고기양상추볶음 들깨무나물 김자반 배추김치	밥/들깨죽 콩나물국 돈사태장조림 열무쌈장무침 짜리고추멸치조림 배추김치	밥/소고기야채죽 누룽지탕 공치김치조림 양배추나물 계란찜 배추김치	밥/땅콩죽 근대된장국 닭살야채볶음 연근조림 꼬들빼기무침 배추김치	밥/영양닭죽 감자국 계란장조림 시금치나물 무채장아찌 배추김치	밥/참치야채죽 순두부찌개 떡갈비조림 숙갓나물 전장김 배추김치
	고구마샐러드	콘샐러드	사과	명이나물	호박꼬지	무말랭이무침	감자샐러드
간식	검은콩베지밀	쁘띠첼(포도)	배도라지즙	바나나우유	요러브(복숭아)	두유	검정콩우유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 강낭콩밥 수제비국 삼치구이 순대야채볶음 숙주나물맛살무침 배추김치	참치야채죽 콩나물밥 북어국 양념치킨 연두부*양념장 비트무절임 배추김치	소고기야채죽 쌀밥 잔치국수 오리훈제야채무침 무쌈*겨자소스 가지나물 배추김치	단호박죽 기장밥 된장찌개 마늘보쌈 도토리묵숙갓무침 상추쌈*쌈장 보쌈김치	영양삼계죽 흑미밥 어묵숙갓국 갈치구이 온두부*김치볶음 과일샐러드 배추김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 얼갈이된장국 돈갈비찜 해물완자전 세발나물무침 배추김치	전복야채죽 현미밥 대구지리탕 소고기장조림 콩나물잡채 종상추겉절이 배추김치
	북어채볶음	파인애플	고구마맛탕	감자전	나박물김치	올방개묵*양념장	강된장
간식	구운계란*식혜	오렌지*사과	찐고구마*주스	흑미찐빵*요구르트	소보로빵*꼬마우유	요플레	호박죽
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 소고기무국 닭다리조림 새송이구이*초장 오이깍둑무침 배추김치	밥/소고기야채죽 육개장 가자미조림 계란말이 실곤약야채무침 배추김치	밥/영양닭죽 브로컬리스프 스테이크*소스 마카로니샐러드 치커리겉절이 배추김치	밥/새우살야채죽 건새우무국 카레소스 멸치아몬드조림 해초무침 배추김치	밥/게살죽 들깨버섯탕 소불고기 단호박샐러드 콩나물무침 배추김치	밥/흑임자죽 닭개장 고등어구이 잡채어묵볶음 부추겉절이 배추김치	밥/소고기야채죽 사골곰탕 코다리감자조림 가지양파볶음 무생채 배추김치
	갓김치	낙지젓갈	오징어젓갈	너비아니조림	양배추찜*쌈장	비트초절임	느타리버섯볶음
원산지 표시	밥, 죽, 누룽지(백미, 현미, 흑미, 찹쌀:국내산) 콩비지, 두부류:대두(외국산) 배추김치(배추, 고춧가루:중국산) 백김치:배추(국내산) 고등어:국내산 오징어:칠레산 참조기:중국산 꽃게:파키스탄 참치캔[가다랑어:원양산(태평양)]				닭, 오리:국내산 소고기:호주산 돼지고기:국내산 갈치:모로코산 낙지, 쭈꾸미:베트남 동태, 명태, 코다리:러시아		

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