

# 주간식단표( 2021. 03. 15 ~ 2021. 03. 21 )

	03월 15일	03월 16일	03월 17일	03월 18일	03월 19일	03월 20일	03월 21일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 어묵국 날치알스크램블 건새우마늘쫄볶음 깻잎양념지 배추김치	밥/게살죽 누룽지탕 닭살야채볶음 올방개묵*양념장 도시락김 배추김치	밥/들깨죽 유부국 마파두부 새우살브로컬리볶음 김자반 배추김치	밥/소고기야채죽 옥수수스프 돈사태폭찹 무숙채 명란젓고추무침 배추김치	밥/땅콩죽 다시마감자국 떡갈비조림 숙주나물무침 미역줄기맛살볶음 배추김치	밥/영양닭죽 소고기무국 민찌두부조림 부들어묵볶음 더덕무침 배추김치	밥/참치야채죽 누룽지탕 계란장조림 실곤약야채무침 소민찌볶음 배추김치
간식	비피더스	검은콩베지밀	홍삼음료	바나나우유	요플레(딸기)	홍삼음료	검은깨두유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 강낭콩밥 부대찌개 돈육쭈꾸미볶음 연근튀김 시저샐러드 배추김치	참치야채죽 차수수밥 소고기무국 임연수조림 한식잡채 오이도라지무침 배추김치	영양삼계죽 쌀밥 장각삼계탕 쭈꾸미야채무침 고구마샐러드 상추사과무침 배추김치	단호박죽 기장밥 계란국 짜장소스 탕수육*소스 단무지무침 배추김치	영양닭죽 취나물밥 북어국 훈제오리야채무침 연두부*양념장 전장김 배추김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 닭곰탕 갈치무조림 애호박전 부추겉절이 배추김치	전복야채죽 현미밥 대구지리탕 돈갈비찜 감자채볶음 유채나물 배추김치
간식	단팥빵*꼬마우유	요플레(키위)	토마토*사과	찐고구마*주스	카스타드*요구르트	바나나	쁘띠첼(복숭아)
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 콩나물국 돈사태장조림 깻잎순나물 강된장 배추김치	밥/소고기야채죽 근대된장국 카레소스 고구마야채튀김 무생채 배추김치	밥/영양닭죽 들깨미역국 삼치감자조림 계란찜 가지나물 배추김치	밥/새우살야채죽 수제비국 두부찜*김치지짐 미트볼조림 참나물 배추김치	밥/게살죽 콩비지찌개 가자미구이 잡채어묵 마늘쫄장아찌 배추김치	밥/흑임자죽 아욱된장국 소고기양상추볶음 검정깨묵김가루무침 단호박찜 배추김치	밥/소고기야채죽 물만두국 코다리조림 열무된장무침 멸치아몬드볶음 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: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.