

주간식단표(2021. 03. 29 ~ 2021. 04. 04)

	03월 29일	03월 30일	03월 31일	04월 01일	04월 02일	04월 03일	04월 04일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 얼갈이된장국 마파두부 참치샐러드 숙주미나리나물 배추김치	밥/게살죽 건새우무국 소고기양상추볶음 숙갓두부무침 김자반 배추김치	밥/들깨죽 누룽지탕 돈육폭찹 양배추나물 청포묵무침 배추김치	밥/소고기야채죽 북어국 오이뱃두리 떡갈비조림 방풍나물 배추김치	밥/땅콩죽 단호박스프 계란장조림 열무나물무침 참치야채볶음 배추김치	밥/영양닭죽 소고기무국 고등어우거지조림 꽃맛살브로콜리볶음 세발나물 배추김치	밥/참치야채죽 순두부찌개 닭살데리야끼조림 미역초무침 새송이버섯볶음 배추김치
	나박물김치	단호박샐러드	비트초절임	해초무침	도시락김	모듬콩조림	낙지젓갈
간식	요플레	배도라지즙	비피더스	검은콩베지밀	두유	요플레	검은콩우유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 강낭콩밥 김치콩나물국 청경채동파육 멸치견과류볶음 가지나물 배추김치	참치야채죽 차수수밥 팽이버섯된장국 삼치감자조림 사과카레소스 양상추샐러드*소스 배추김치	소고기야채죽 찰흑미밥 미니우동 생선까스*소스 해파리냉채 콩나물무침 배추김치	단호박죽 기장밥 동태찌개 간장찜닭 부들어묵볶음 도라지사과무침 배추김치	영양삼계죽 차조밥 홍합살미역국 가자미구이 연두부*양념장 쫄면야채무침 배추김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 된장찌개 소불고기 동태전 부추생채 배추김치	전복야채죽 현미밥 닭곰탕 갈치무조림 호박새우젓볶음 올방개묵*양념장 배추김치
	갓김치	파인애플	오이고추*쌈장	새송이절임	콘샐러드	상추쌈*쌈장	오이소박이
간식	포켓샌드*주스	쁘띠첼(포도)	카스타드*코마우유	딸기*바나나	찰보리빵*요구르트	호박죽	찐고구마*요구르트
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 육개장 조기구이 우영채조림 시금치나물 배추김치	밥/소고기야채죽 소고기미역국 한식잡채 단호박팔찜 무생채 배추김치	밥/영양닭죽 근대된장국 두부찜*김치지짐 파리고추멸치조림 참나물무침 배추김치	밥/새우살야채죽 시금치된장국 임연수구이 도토리묵무침 브로콜리*쌈장 배추김치	밥/게살죽 호박두부새우젓국 함박스테이크*소스 건포도감자으깬 치커리사과무침 배추김치	밥/흑임자죽 수제비국 오징어볶음 스크램블에그 취나물 배추김치	밥/소고기야채죽 유채된장국 제육볶음 건새우호박씨볶음 상추쌈*쌈장 배추김치
	딸기	옛날소시지전	파인애플	쪽파김치	느타리버섯볶음	숙갓두부무침	야채장아찌
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.