

주간식단표(2021. 04. 19 ~ 2021. 04. 25)

	04월 19일	04월 20일	04월 21일	04월 22일	04월 23일	04월 24일	04월 25일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 팽이버섯된장국 소채가지볶음 얼갈이나물 명란젓고추무침 배추김치	밥/게살죽 북어국 민찌두부조림 참치야채볶음 단호박샐러드 배추김치	밥/들깨죽 누룽지탕 계란장조림 호박새우젓볶음 콩나물무침 배추김치	밥/소고기야채죽 브로컬리스프 마파두부 감자채볶음 김자반 배추김치	밥/땅콩죽 콩나물국 날치알스크램블 실곤약야채무침 들깨무나물 배추김치	밥/영양닭죽 누룽지탕 닭살야채볶음 고사리나물 도시락김 배추김치	밥/참치야채죽 유부된장국 소고기장조림 도라지오이무침 양배추나물 배추김치
	건포도감자으깬	나박물김치	고추지	갓김치	오이지무침	멸치볶음	낙지젓갈
간식	검은콩베지밀	두유	요플레	비피더스	요플레	딸기우유	검은깨두유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 강낭콩밥 감자양파국 동태전 소불고기 야채짬면 배추김치	참치야채죽 차수수밥 설령탕 닭볶음탕 너비아니새송이구이 참나물무침 배추김치	소고기야채죽 기장밥 된장찌개 깨순제육볶음 컬리플라워샐러드 무생채 배추김치	단호박죽 흑미밥 소고기미역국 삼치조림 간소새우*칠리소스 시금치나물 배추김치	영양삼계죽 차조밥 수제비국 오리훈제김치볶음 호두연근조림 양상추샐러드*소스 열무김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 얼갈이된장국 돈갈비찜 두부조림 부추겉절이 배추김치	전복야채죽 현미밥 동태찌개 안동찜닭 한식잡채 연근흑임자샐러드 배추김치
	파인애플	낙지젓갈	야채장아찌	두릅*초고추장	비트초절임	오이소박이	오렌지
간식	몽쉘통통*고마우유	오렌지*바나나	치즈케익*요구르트	사과*토마토	크림스프*모닝빵	찐감자*요구르트	비피더스
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 들깨미역국 돈육푹찜 계란찜 비름나물 배추김치	밥/소고기야채죽 아욱된장국 가자미구이 청포묵김가루무침 미역줄기볶음 배추김치	밥/영양닭죽 육개장 두부구이*양념장 멸치아몬드볶음 깻잎지 배추김치	밥/새우살야채죽 어묵숙갓국 소고기양상추볶음 오복지무침 콘샐러드 배추김치	밥/게살죽 근대된장국 닭다리조림 새싹연두부*양념장 숙주미나리나물 배추김치	밥/흑임자죽 건새우무국 자반고등어구이 마늘쫄무침 단호박찜 배추김치	밥/소고기야채죽 순두부찌개 오삼불고기 쫄상추겉절이 꽃맛샐러드 배추김치
	양배추찜*쌈장	전장김	고구마샐러드	명이나물	쪽파무침	숙갓두부무침	무생채
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.