

주간식단표(2021. 06.21 ~ 2021. 06. 27)

	06월 21일	06월 22일	06월 23일	06월 24일	06월 25일	06월 26일	06월 27일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 시금치된장국 소고기숙주볶음 우영채조림 도시락김 배추김치	밥/계살죽 순두부백탕 떡갈비조림 낙지젓고추무침 미나리나물 배추김치	밥/들깨죽 누룽지탕 닭살굴소스볶음 브로컬리아채볶음 연두부*양념장 배추김치	밥/소고기야채죽 북어채무국 계란찜 호박나물 고구마샐러드 배추김치	밥/땅콩죽 미역국 닭살야채볶음 숙갓두부무침 고사리나물 배추김치	밥/영양닭죽 들깨감자국 돈민찌두부조림 가지나물 더덕무침 배추김치	밥/참치야채죽 홍합살무국 소민찌볶음장 참치야채볶음 단호박샐러드 배추김치
	고구마샐러드	호박나물	간장돈불고기	다시마튀각	명란젓고추무침	김자반	가지나물
간식	두유	비피더스	토마토주스	요플레	홍삼즙	과일주스	검은콩두유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 기장밥 냉모밀소바 제육볶음 계란장조림 상추무침 배추김치	참치야채죽 흑미밥 닭개장 가자미구이 감자채볶음 참나물무침 배추김치	소고기야채죽 혼합잡곡밥 물만두국 부추해물전 오리훈제야채무침 더덕무침 배추김치	단호박죽 완두콩밥 근대된장국 소불고기 감자조림 콩나물무침 열무김치	영양삼계죽 현미밥 동태찌개 계란말이 어묵볶음 참나물무침 배추김치	소고기야채죽 기장밥 청국장찌개 갈치구이 돈장조림 감자샐러드 배추김치	전복야채죽 적두콩밥 미역국 소고기장조림 브로컬리아채볶음 푸실리샐러드 배추김치
	명이나물	오이무침	나박김치	오이소박이	갓김치	나박김치	호박나물
간식	찐감자*채소주스	바나나우유	유부초밥*과일주스	딸기우유	약밥*식혜	비피더스	요플레
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 소고기무국 닭볶음탕 마늘쫄볶음 올방개묵*양념장 배추김치	밥/소고기야채죽 유채된장국 돈간장불고기 깻잎순볶음 꽃맛살샐러드 배추김치	밥/영양닭죽 크림스프 돈민찌두부조림 어묵볶음 도라지사과무침 배추김치	밥/새우살야채죽 육개장 삼치무조림 느타리버섯볶음 시금치나물 배추김치	밥/계살죽 순두부국 돈육폭찜 해물볶음우동 무나물 배추김치	밥/흑임자죽 아욱된장국 소고기양상추볶음 버섯야채볶음 치커리유자청무침 배추김치	밥/소고기야채죽 콩나물국 함박스테이크 상추무침 무생채 배추김치
	가지나물	오징어젓무우무침	오이고추*쌈장	오색오미전	소고기짜리고추조림	명이나물	소불고기
원산지 표시	밥, 죽, 누룽지(백미, 현미, 흑미, 찹쌀:국내산) 귀리:캐나다산, 적두:중국, 콩비지, 두부류:대두(외국) 닭, 오리:국내산 소고기:호주산 돼지고기:국산 배추김치(배추, 고춧가루:중국산) 백김치:배추(국내산) 갓김치:갓(국산), 고춧가루(국산), 오이소박이:오이(국산), 고춧가루(국산), 삼치:국산, 오징어:칠레산 참조기:중국산 꽃게:파키스탄, 동태:러시아, 가자미:수입산, 물만두:돼지, 국산, 갈치:모로코, 함박스테이크:돼지, 국산 콩치캔(콩치:원양) 참치캔(가다랑어:원양) 고들빼기:중국산, 오징어젓:중국, 나박김치:배추(무)고춧가루(국산), 깍두기:무(국산)고춧가루(국산) 비엔나햄:닭, 국산, 돼지, 국산 떡갈비:돼지, 국내산, 완두콩:중국산, 열무김치:열무국산, 고춧가루, 국산, 오색오미전:연육(미국, 인도네시아), 돼지국산						

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