

# 주간식단표(2021.07.19 ~ 2021.07.25)

	07월 19일	07월 20일	07월 21일	07월 22일	07월 23일	07월 24일	07월 25일
	월요일	화요일	수요일 (중복)	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/소고기야채죽 물만두국 계란장조림 시금치나물 고들빼기무침 배추김치	밥/계살죽 크림스프 소민짜볶음 어묵볶음 도시락김 배추김치	밥/들깨죽 건새우무국 오리훈제야채무침 시래기지짐 단호박샐러드 배추김치	밥/소고기야채죽 어묵국 돈민짜두부조림 호박나물 우영채조림 배추김치	밥/땅콩죽 누룽지탕 소고기양상추볶음 가지나물 파래자반볶음 배추김치	밥/영양닭죽 아욱된장국 떡갈비조림 버섯볶음 고구마샐러드 배추김치	밥/참치야채죽 감자국 돈사태장조림 숙주맛살무침 올방개묵*양념장 배추김치
	<b>연두부*양념장</b>	<b>감자샐러드</b>	<b>갯김치</b>	<b>떡갈비구이</b>	<b>나박김치</b>	<b>가지나물</b>	<b>나박김치</b>
간식	베지밀두유	비피더스	요플레	과일주스	딸기우유	요플레	두유
정성이 가득한 점심	흑임자죽 완두콩밥 북어국 짜장소스 양념통닭 오이무침 배추김치	참치야채죽 적두콩밥 순대국 청경채동파육 브로컬리아채볶음 치커리유자청무침 배추김치	소고기야채죽 현미밥 감자탕 소불고기 한식잡채 더덕무침 배추김치	단호박죽 혼합잡곡밥 소고기미역국 코다리조림 탕수육 참나물무침 배추김치	영양삼계죽 기장밥 유채된장국 닭불고기 돈까스*소스 열무나물 배추김치	소고기야채죽 귀리밥 들깨버섯탕 가자미구이 감자조림 도라지무침 배추김치	전복야채죽 흑미밥 미역국 깐소새우칠리소스 비엔나야채볶음 무생채 배추김치
	<b>콩나물무침</b>	<b>나박김치</b>	<b>오이고추*쌈장</b>	<b>계란후라이</b>	<b>무생채</b>	<b>소불고기</b>	<b>고사리볶음</b>
간식	찐감자*요구르트	과일주스	바나나	카스타드*꼬마우유	화인쿨	수박	과일주스
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복야채죽 육개장 동그랑땡전 마파두부 호박나물 배추김치	밥/소고기야채죽 콩나물국 계란말이 아몬드멸치볶음 오복지무침 배추김치	밥/영양닭죽 얼갈이된장국 제육볶음 고구마순볶음 상추무침 배추김치	밥/새우살야채죽 근대된장국 오징어초무침 탕평채 시금치나물 배추김치	밥/계살죽 계란파국 베이컨야채볶음 무우나물 콩나물무침 배추김치	밥/흑임자죽 소고기무국 파리계란장조림 어묵볶음 얼갈이나물 배추김치	밥/소고기야채죽 콩나물국 간장닭찜 숙갓두부무침 오이지무침 배추김치
	<b>낙지젓무우무침</b>	<b>너비아니구이</b>	<b>가지나물</b>	<b>연두부*양념장</b>	<b>야채고기말이</b>	<b>오이고추*쌈장</b>	<b>오색오미전</b>
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) 갯김치:갯(국산), 고춧가루(국산), 나박김치:배추(무)고춧가루(국산), 콩치캔:콩치(원양) 갈치:모로코 오징어:칠레, 참조기:중국, 코다리:러시아, 가자미:수입, 베이컨:돼지(외국산), 물만두:돼지(국산), 돈등뼈:국내산, 청경채동파육:돼지(칠레) 참치캔(가다랑어:원양) 비엔나햄:닭, 국산, 돼지, 국산 떡갈비:돼지, 국내산, 완두콩:중국산, 사골엑기스:사골(호주산), 너비아니구이:돼지(국산) 동그랑땡:연육(외국), 전란액(국산), 돈까스:돼지등심(국산), 탕수육:돼지(국산), 야채고기말이:돼지(국산), 닭(국산), 오색오미전:연육(외국), 돼지(국산)						

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