

주간식단표(2021.08.09 ~ 2021.08.15)

	8월 9일	8월 10일//말복	8월 11일	8월 12일	8월 13일	8월 14일	8월 15일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/녹두죽 시금치된장국 햄야채볶음 브로컬리/초장 무나물 배추김치	밥/호박야채죽 두부찌개 참치야채조림 취나물 김구이 배추김치	밥/소고기장국죽 황태국 스크램블드에그 우영조림 툇무침 배추김치	밥/흑임자죽 감자찌개 닭가슴살야채볶음 탕평채 야채피클 배추김치	밥/계란죽 배추된장국 우민찌불고기 죽순볶음 단무지무침 배추김치	밥/닭죽 미역국 해물동그랑땡 시금치나물 숙갓겉절이 배추김치	밥/표고버섯죽 누룽지탕 모듬장조림 파래자반 느타리버섯볶음 배추김치
	계란후라이	열무김치	부추생채	오징어젓갈	호박채볶음	나박김치	가지볶음
간식	두유	요플레	비피더스	검은콩두유	요플레	딸기우유	비피더스
정성이 가득한 점심	흑미밥/아욱된장죽 미역오이냉국 미트볼파인애플조림 그린빈스볶음 도라지생채 배추김치	기장밥/크래미게살죽 삼계탕 오징어볶음 양파링튀김 토마토파프리카샐러드 배추김치	보리밥/단호박죽 청국장 삼치데리야끼조림 진미채무침 청경채나물 배추김치	완두콩밥/참치야채죽 잔치국수 돈육김치찜 호박부침개/초간장 부추생채 배추김치	흑미밥/녹두죽 불낙전골 새우까스 미니새송이조림 노각무침 배추김치	병아리콩밥/새우살죽 돈육고추장찌개 가자미구이 갯잎찜 실곤약무침 배추김치	차조밥/호박야채죽 된장찌개 돈육간장불고기 고사리나물 짬지무무침 배추김치
	감자볶음	연두부/양념장	돈육간장불고기	김구이	석박지	콘샐러드	호박굴소스볶음
간식	마들렌/요구르트	베지밀	주스	복숭아요플레	찰보리빵/요구르트	바나나	카스타드/꼬마우유
건강을 생각 하는 저녁	밥/계란죽 도토리묵채국 피망잡채 찐만두/초간장 숙주나물 배추김치	밥/고구마죽 열무된장국 너비아니구이 새송이버섯볶음 참나물 배추김치	밥/전복죽 김치국 돈갈비찜 호박나물 코울슬로샐러드 배추김치	밥/호박야채죽 무채들깨국 소고기버섯볶음 봉어묵조림 콩나물무침 배추김치	밥/단호박죽 팽이미소국 안동찜닭 두부부침 가지나물 배추김치	밥/브로컬리당근죽 사골국 난자완스 감자조림 무생채 배추김치	밥/소고기장국죽 콩나물국 순살코다리조림 야채크로켓/케첩 오이생채 배추김치
	호박나물	공치캔조림	김말이튀김	치킨너겟	동치미	볼어묵볶음	두부조림
원산지 표시	밥,죽,누룽지(백미,현미,흑미,찹쌀:국내산) 콩비지,두부류:대두(외국산) 닭,오리:국내산 소고기:호주산 돼지고기:국내산 배추김치(배추,고춧가루:중국산) 고춧가루:국내산 갈치:모로코산 오징어:칠레산 주꾸미:베트남산 참조기:중국산 코다리:러시아산, 사골엑기스(사골):호주산 만두(돼지):국내산 진미채:페루산 참치캔(가다랑어):원양산 스모크햄(돼지):국내산 떡갈비(돼지):국내산 너비아니구이(돼지,닭):국내산 햄(돼지,닭):국내산 미트볼:(돼지,닭)국내산 난자완스(돼지,닭):국내산 함박스테이크:(돼지)국내산						

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