

주간 식단표(2021. 08.16 ~ 2021.08.22)

	08월 16일	08월 17일	08월 18일	08월 19일	08월 20일	08월 21일	08월 22일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/땅콩죽 시금치된장국 떡갈비조림 올방개묵/양념장 호박표고볶음 배추김치	밥/호박야채죽 소고기무국 계란장조림 숙주나물 브로컬리볶음 배추김치	밥/녹두죽 어묵찌개 돈육간장불고기 열무된장무침 고추지 배추김치	밥/흑임자죽 콩나물국 공치캔조림 두부조림 무들깨볶음 배추김치	밥/새우살죽 근대된장국 계란후라이 어묵햄볶음 숙갓나물 배추김치	밥/소고기죽 미역팽이미소국 장조림 치커리상추무침 오이소박이 배추김치	밥/영양닭죽 바지락부추국 우채표고볶음 잔멸치조림 양파장아찌 배추김치
간식	주스	베지밀	요플레	홍삼즙	비피더스	베지밀	흰우유
정성이 가득한 점심	흑미밥/영양닭죽 김치수제비국 고등어무조림 날치알계란말이 고들빼기 배추김치	기장밥/계란죽 두부된장찌개 돈육마파가지 단호박찜 과일샐러드 배추김치	보리밥/새우살죽 물만둣국 닭볶음탕 야채춘권/케찹 오이맛살초무침 배추김치	완두콩밥/소고기죽 북어계란국 우불고기 골뱅이소면무침 아주까리나물 배추김치	팥밥/녹두죽 참치김치찌개 돈육보쌈 호박새송이굴소스볶음 모듬쌈/쌈장 배추김치	차조밥/호박야채죽 아욱된장국 조기구이 가지피망볶음 취나물 배추김치	흑미밥/단호박죽 호박새우젓찌개 오미산적전 감자조림 유채나물 배추김치
간식	바나나우유	통팔수양갱	미숫가루	배도라지즙	찐고구마/요구르트	바나나	주스
건강을 생각 하는 저녁	밥/계란죽 버섯전골 소고기청경채불고기 마늘쫀건새우볶음 짜사이채무침 배추김치	밥/흑임자죽 홍합미역국 간풍기 파리고추찜 건파래쪽파무침 배추김치	밥/계란죽 시래기된장국 찹스테이크 호박채나물 오복지무침 배추김치	밥/단호박죽 순두부찌개 버섯탕수 삼색묵무침 고구마순볶음 배추김치	밥/브로컬리당근죽 부대찌개 동그랑땡 우영잡채 양배추샐러드 배추김치	밥/계란죽 짬뽕국 닭불고기 보리새우볶음 단배추나물 배추김치	밥/시금치된장죽 오리탕 계란찜 느타리버섯볶음 김구이 배추김치
원산지 표시	밥,죽,누룽지(백미,현미,흑미,찰쌀: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):원양 스모크햄(돼지):국내산 떡갈비(돼지):국내산 너비아니구이(돼지,닭):국내산 치킨너겟(닭):국내산 동그랑땡:돼지(국내산)두부(외국산) 돈까스:돼지(국내산) 난자완스(돼지):국내산(닭):국내산 야채고기말이(돼지,닭):국내산 함박스테이크(돼지):국내산						

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