

주간식단표(2021. 09.20 ~ 2021. 09.26)

	09월 20일	09월 21일	09월 22일	09월 23일	09월 24일	09월 25일	09월 26일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/버섯야채죽 비지찌개 닭살조림 취나물볶음 무말랭이무침 배추김치	밥/호박야채죽 북어계란국 우민찌불고기 더덕무침 김구이 배추김치	밥/소고기장국죽 청국장 돈육테리야끼조림 호박나물 고들빼기무침 배추김치	밥/흑임자죽 유채된장국 떡갈비조림 호박굴소스볶음 오이지무침 배추김치	밥/계란죽 콩나물국 비엔나햄케찹조림 마늘쫀볶음 갯잎지 배추김치	밥/브로컬리당근죽 순두부찌개 돈육간장불고기 연근조림 양파장아찌 배추김치	밥/표고버섯죽 된장찌개 콩치캔조림 새송이버섯볶음 무말랭이무침 배추김치
	파래자반	도토리묵/양념장	계란후라이	오징어젓갈	무나물	나박김치	호박채볶음
간식	베지밀	검은콩두유	베지밀	비피더스	검은콩두유	흰우유	비피더스
정성이 가득한 점심	흑미밥/소고기죽 들깨수제비 돼지김치찜 오이무침 숙주나물 배추김치	기장밥/게살죽 소고기토란탕 갈비찜 오미산적/고기완자전 고사리나물 배추김치	보리밥/단호박죽 만둣국 미트볼 백년초묵/양념장 오이생채 배추김치	렌틸콩밥/참치죽 소고기미역국 조기구이 해물볶음우동 모듬야채피클 배추김치	흑미밥/녹두죽 아욱된장국 고등어간풍구이 계란조림 과일샐러드 배추김치	병아리콩밥/새우살죽 호박고추장찌개 훈제오리/머스타드소스 알감자조림 콩나물무침 배추김치	차조밥/호박야채죽 소고기무국 감자채햄볶음 춘권튀김 마카로니샐러드 배추김치
	갓김치	석박지	김구이	메추리알조림	우민찌불고기	콘샐러드	어묵볶음
간식	카스타드/요구르트	과일	유과/약과	요플레	곤드레찐빵/요구르트	요플레	주스
건강을 생각 하는 저녁	밥/전복죽 우거지탕 코다리찜 부추무침 도라지볶음 배추김치	밥/계란죽 시금치된장국 콩치캔조림 연근튀김 무나물 배추김치	밥/새우살죽 두부새우젓찌개 우불고기 콘치즈만두 오복지 배추김치	밥/호박야채죽 오징어찌개 스크램블드에그 마파가지 무생채 배추김치	밥/게살죽 얼갈이된장국 꼬마돈까스 붕어묵볶음 하트단무지 배추김치	밥/단호박죽 건새우무채국 돈육김치찜 동부묵전 부추생채 배추김치	밥/소고기장국죽 계란파국 버섯고기전 잔멸치건새우볶음 숙갓나물 배추김치
	스크램블드에그	무생채	김말이튀김	치킨너겟	동치미	우불고기	떡갈비조림
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, 참치캔(가다랑어):원양,스모크햄(돼지):국내산,맛살(연육)외국산:미국,인도,베트남 너비아니구이(돼지,닭):국내산,치킨너겟(닭):국내산,동그랑땡:돼지(국내산)두부(외국산),,미트볼(돼지):국내산(닭):국내산 떡갈비(돼지):국내산, 비엔나햄:닭고기(국산),돼지고기[돈지방(국산)], 돈까스:돼지,닭(국내산) 붕어묵:연육(외국산:중국,베트남) 오미산적:맛살[연육(외국산:미국,베트남,인도등) 고기완자전:두부(외국산),돼지고기(뒷다리살,국산),돈지방(국산)						

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