

주간식단표(2021. 11.08 ~ 2021. 11.14)

| | 11월 08일 | 11월 09일 | 11월 10일 | 11월 11일 | 11월 12일 | 11월 13일 | 11월 14일 |
|-----------------------|---|--|--|--|---|--|--|
| | 월요일 | 화요일 | 수요일 | 목요일 | 금요일 | 토요일 | 일요일 |
| 행복을 여는 아침 | 밥/녹두죽 누룽지탕 돈육데리야끼볶음 멸치견과류조림 짜사이채 배추김치 | 밥/호박야채죽 두부미소국 햄피망볶음 김부각 숙갓나물 배추김치 | 밥/흑임자죽 소고기감자국 참치양배추볶음 탕평채 고추지 배추김치 | 밥/소고기장국죽 미역국 계란조림 표고버섯볶음 치커리오이무침 배추김치 | 밥/브로콜리당근죽 참치김치찌개 소고기그린빈스볶음 감자조림 청경채나물 배추김치 | 밥/녹두죽 열무된장국 돈육간장불고기 가지나물 건파래쪽파무침 배추김치 | 밥/표고버섯죽 계란탕 우채우영조림 불어묵피망볶음 숙주나물 배추김치 |
| | 스크램블드에그 | 석박지 | 다시마튀각 | 우민씨불고기 | 동치미 | 계란후라이 | 메추리알조림 |
| 간식 | 홍삼즙 | 베지밀 | 비피더스 | 검은콩두유 | 요플레 | 딸기우유 | 비피더스 |
| 정성이 가득한 점심 | 흑미밥/아욱된장죽 북어계란국 마요치킨 소고기마파가지 오이지무침 배추김치 | 비빔밥/크래미게살죽 돈육짜글이찌개 낙지볶음 계란후라이 콩나물무침/약고추장 배추김치 | 미호현미밥/단호박죽 느타리버섯들깨국 훈제오리겨자소스무침 메밀전병 세발나물 배추김치 | 옥수수밥/참치죽 육개장 가오리찜 게맛살계란부침 멕시칸샐러드 배추김치 | 흑미밥/전복죽 잔치국수 돈육보쌈 모듬버섯볶음 삼색야채냉채 배추김치 | 귀리밥/새우살죽 사골국 오징어볶음 단호박조림 오이소박이 배추김치 | 차조밥/호박야채죽 감자된장찌개 삼치구이 취나물 깻잎지 배추김치 |
| | 두부조림 | 너비아니구이 | 열무김치 | 가지나물 | 고구마샐러드 | 호박굴소스볶음 | 제육볶음 |
| 간식 | 팬케이크/요구르트 | 복숭아요플레 | 주스 | 곤드레찐빵/우유 | 밀감 | 카스타드/주스 | 단호박식혜 |
| 건강을 생각 하는 저녁 | 밥/계란죽 유채된장국 두부적스테인크 무조림 호박나물 배추김치 | 밥/땅콩죽 홍합탕 우불고기 부추전 곤드레나물 배추김치 | 밥/전복죽 오징어무국 갈비만두찜 고사리나물 더덕무침 배추김치 | 밥/호박야채죽 콩나물국 삼겹살굴소스볶음 시금치두부무침 참나물겉절이 배추김치 | 밥/닭죽 장터국밥 난자완스 컬리플라워볶음 해초무침 배추김치 | 밥/단호박죽 청국장 닭불고기 연두부/양념장 청경채나물 배추김치 | 밥/소고기장국죽 순두부찌개 돈사태김치찜 감자채볶음 무말랭이무침 배추김치 |
| | 콘샐러드 | 오이생채 | 도토리묵/양념장 | 어묵볶음 | 오복채무침 | 김구이 | 두부부침 |
| 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 낙지:베트남산 참조기:국산 코다리:러시아산, 사골엑기스(사골):호주산 만두(돼지):국내산 참치캔(가다랑어):원양 스모크햄(돼지,닭):국내산 떡갈비(돼지):국내산 너비아니구이(돼지,닭):국내산 버팔로잉(닭):국내산 동그랑땡:(돼지)국내산(두부)외국산 난자완스(돼지):국내산(닭):국내산 두부적스테인크(돼지,닭):국내산 함박스테이크(돼지):국내산 메밀전병(돼지):국산 | | | | | | |

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