

주간식단표(2021. 11.15 ~ 2021. 11.21)

	11월 15일	11월 16일	11월 17일	11월 18일	11월 19일	11월 20일	11월 21일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/녹두죽 유부미소국 돈육양배추볶음 오이생채 김구이 배추김치	밥/호박야채죽 콩나물국 장조림 곤드레나물 고들빼기무침 배추김치	밥/소고기장국죽 황태국 닭고기파리고추조림 호박굴소스볶음 다시마튀각 배추김치	밥/흑임자죽 근대된장국 메추리알조림 감자채볶음 유채나물 배추김치	밥/계란죽 누룽지탕 콩치캐조림 붕어묵볶음 간장무채장아찌 배추김치	밥/브로컬리당근죽 어묵탕 돈육간장불고기 쥐어채조림 마늘쫀지무침 배추김치	밥/표고버섯죽 감자찌개 스크램블드에그 잔멸치볶음 아삭이고추된장무침 배추김치
	호박나물	명란젓	계란후라이	석박지	두부부침	가지볶음	우민씨불고기
간식	두유	요플레	비피더스	검은콩두유	흰우유	요플레	비피더스
정성이 가득한 점심	흑미밥/아욱된장죽 소고기미역국 장어강정 마파두부 겨자채 배추김치	기장밥/새우살죽 비트크림스프 박스테이크/파인애플 단호박감자조림 브로컬리흑임자무침 배추김치	보리밥/단호박죽 아욱된장국 고등어간풍구이 햄새송이볶음 계란샐러드 배추김치	완두콩밥/참치야채죽 동태탕 팔보채 김치전 시래기나물 배추김치	흑미밥/녹두죽 불고기버섯전골 골뱅이소면 떡새우완자 양배추샐러드 배추김치	기장밥/새우살죽 김치수제비국 닭볶음탕 삼색묵무침 시금치나물 배추김치	차조밥/호박야채죽 소고기무국 갈치구이 고구마샐러드 새송이버섯초절임 배추김치
	감자볶음	계란조림	어묵볶음	돈육김치볶음	스크램블드에그	김말이튀김	갓김치
간식	땅콩샌드/우유	찐감자/주스	유과/홍삼	바나나우유	맥반석계란/요구르트	베지밀	주스
건강을 생각 하는 저녁	밥/고구마죽 시금치된장국 우불고기 계란찜 상추치커리생채 배추김치	밥/계란죽 된장찌개 소고기연근조림 느타리버섯볶음 배추나물 배추김치	밥/소라죽 콩비지찌개 돈육데리야끼조림 우엉채볶음 콩나물무침 배추김치	밥/호박야채죽 도토리묵채국 갈비찜 가지나물 양배추찜/쌈장 배추김치	밥/닭죽 얼갈이된장국 미트볼 숙주나물 오이부추무침 배추김치	밥/단호박죽 청국장 너비아니구이 콩나물잡채 호박새우젓볶음 배추김치	밥/소고기장국죽 오리탕 류산슬 고사리나물 무생채 배추김치
	탕평채	오이지무침	부추생채	파래자반	무나물	동치미	게맛살야채볶음
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 동태:러시아산, 사골엑기스(사골):호주산 참치캔(가다랑어):원양 스모크햄(돼지):국내산 떡갈비(돼지):국내산 고등어:국산 너비아니구이(돼지,닭):국내산 명란젓(명란):러시아산 동그랑땡(돼지,닭):국내산 미트볼(돼지,닭):국내산 함박스테이크:돼지고기(국산),쇠고기(국산(한우),호주산) 떡새우완자(떡):국산						

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