

주간식단표(2021. 11.29 ~ 2021. 12.05)

	11월 29일	11월 30일	12월 01일	12월 02일	12월 03일	12월 04일	12월 05일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/녹두죽 누룽지탕 참치캔조림 탕평채 김구이 배추김치	밥/호박야채죽 유부미소국 소고기감자조림 멸치과리고추볶음 짜사이채무침 배추김치	밥/소고기장국죽 콩나물국 닭고기데리야끼조림 어묵채볶음 참나물무침 배추김치	밥/흑임자죽 아욱된장국 우민찌불고기 연근조림 숙주나물 배추김치	밥/계란죽 순두부찌개 장조림 김가루쪽파무침 오복지 배추김치	밥/표고버섯죽 얼갈이된장국 햄피망볶음 계란장조림 무말랭이무침 배추김치	밥/브로컬리죽 버섯찌개 돈육간장불고기 감자채볶음 야채피클 배추김치
간식	두유	요플레	비피더스	검은콩두유	흰우유	비피더스	베지밀
정성이 가득한 점심	흑미밥/계란죽 된장찌개 갈치무조림 가지튀김 콩나물무침 배추김치	기장밥/계살죽 설령탕 탕수육 계란찜 호박나물 배추김치	보리밥/단호박죽 황태무국 우불고기 시금치나물 브로컬리/초고추장 배추김치	귀리밥/참치야채죽 닭곰탕 조기구이 감자채볶음 양상추샐러드 배추김치	흑미밥/녹두죽 수제비국 참스테이크 미니새송이볶음 부추생채 배추김치	병아리콩밥/새우살죽 만둣국 훈제오리/머스타드소스 취나물 실곤약무침 배추김치	차조밥/호박야채죽 오징어국 고등어조림 야채크로켓/케찹 오이소박이 배추김치
간식	찰보리빵/주스	바나나	찐감자/우유	복숭아요플레	카스타드/요구르트	딸기우유	주스
건강을 생각 하는 저녁	밥/시금치된장죽 비지찌개 소고기청경채볶음 열무나물 상추치커리무침 배추김치	밥/고구마죽 근대된장국 간풍기 찐만두/초간장 물파래무침 배추김치	밥/전복죽 계란탕 너비아니구이 두부조림 파래자반 배추김치	밥/호박야채죽 홍합탕 돈육김치찜 모듬버섯볶음 시래기볶음 석박지	밥/단호박죽 소고기무국 오징어볶음 고사리나물 숙갓유자소스생채 배추김치	밥/단호박죽 감자국 난자완스 어묵잡채 유채나물 배추김치	밥/소고기장국죽 청국장 간풍가지 부추야채전 무나물 배추김치
원산지 표시	밥,죽,누룽지(백미,현미,흑미,참쌀:국내산) 콩비지,두부류:대두(외국산) 닭,오리:국내산 소고기:호주산 돼지고기:국내산 배추김치(배추,고춧가루:중국산) 고춧가루:국내산 갈치:모로코산 오징어:칠레산 참조기:중국산 동태:러시아산, 진미채:페루산 만두(돼지):국내산 참치캔(가다랑어):원양 스모크햄(돼지,닭):국내산 떡갈비(돼지):국내산 알탕(명태알):미국산,(곤이):러시아산 너비아니구이(돼지,닭):국내산 치킨너겟(닭):국내산 동그랑땡:돼지(국내산)두부(외국산) 돈까스:돼지(국내산) 낙지젓:중국산 난자완스(돼지):국내산(닭):국내산 야채고기말이(돼지,닭):국내산 함박스테이크(돼지):국내산 비엔나햄(돼지,닭):국내산						

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