

# 주간식단표(2021. 12.06 ~ 2021. 12.12)

	12월 06일	12월 07일	12월 08일	12월 09일	12월 10일	12월 11일	12월 12일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
<b>행복을 여는 아침</b>	밥/옥수수죽 들깨미역국 닭살새송이조림 두부강정 부추적채무침 배추김치	밥/두부된장죽 썩갠어묵국 고구마카레라이스 새우튀김 물미역야채무침 배추김치	밥/호박야채죽 누룽지탕 소고기샐러드 크래미마늘종볶음 숙주나물 배추김치	밥/김가루계란죽 김치순두부찌개 임연수카레구이 표고버섯볶음 더덕무침 배추김치	밥/갯죽 소고기사골떡국 후랑크굴소스볶음 우엉편조림 오징어실채무침 배추김치	밥/타락죽 순대국 동그랑땡전 부들어묵볶음 도토리묵상추무침 배추김치	밥/흑임자죽 호박새우젓찌개 방어조림 갈릭미트볼볶음 단배추나물무침 배추김치
	도라지볶음	알타리김치	건파래무침	감자조림	부추전	유자단무지채무침	호두잔멸치볶음
<b>간식</b>	검은콩두유	비피더스	블루베리요거트	두유	흰우유	딸기요거트	베지밀
<b>정성이 가득한 점심</b>	흑미밥/참치야채죽 콩가루배추국 병어구이 우채청경채볶음 단호박범벅 배추김치	기장밥/계살야채죽 황태콩나물국 간장오리부추볶음 콩비지김치전 상추쌈 배추김치	현미밥/새우살죽 육개장 코다리무조림 베이컨감자채볶음 브로컬리땅콩소스무침 배추김치	귀리밥/아몬드죽 유부팽이미소국 멘치까츠 쉬림프로제파스타 만다린그린샐러드 배추김치	흑미밥/브로컬리죽 맑은조개탕 갯잎닭갈비 들기름막국수 삼색겨자무침 배추김치	차조밥/북어죽 근대된장국 파리고추돈육장조림 두부구이 참치김치볶음 배추김치	차조밥/단호박죽 물만두계란국 버섯탕수 알감자조림 오징어젓갈무침 배추김치
	볼어묵조림	고구마순볶음	야채춘권튀김	열무된장무침	건새우호박볶음	갯순무침	양배추굴소스볶음
<b>간식</b>	밤만쥬/우유	배도라지즙	미니붕어빵/쥬시쿨	찐고구마/요구르트	사과쥬스	미니약과/두유	바나나우유
<b>건강을 생각 하는 저녁</b>	밥/녹두죽 낙지연포탕 김치메밀전병 메추리알곤약조림 봄동겉절이 배추김치	밥/닭야채죽 매생이홍합국 가자미조림 궁중떡볶이 양념갯잎지 배추김치	밥/바지락부추죽 버섯들깨탕 돈육콩나물두루치기 밤연근조림 참나물두부무침 배추김치	밥/소고기장국죽 우거지해장국 데리야끼떡갈비조림 토마토스크램블에그 치커리유자청무침 배추김치	밥/콩죽 청국장찌개 갈치단호박조림 부추잡채 도라지오이무침 배추김치	밥/표고버섯죽 감자다시마국 쭈꾸미야채볶음 시금치맛살전 고사리볶음 배추김치	밥/소라죽 가쓰오장국 치킨텐더샐러드 해물볶음우동 오이지무침 배추김치
	과일샐러드	마파가지볶음	간장고추지	느타리볶음	갯김치	고구마맛탕	두부계란전
<b>원산지 표시</b>	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 임연수:미국산 가자미:수입산 낙지:베트남산, 황태채:러시아산 만두(돼지):국내산 참치캔(가다랑어):원양 스모크햄(돼지,닭):국내산 떡갈비(돼지):국내산 홍합:국내산,(곤이):러시아산, 바지락:국내산 베이컨(돼지):스페인산 새우:베트남산 동그랑땡:돼지(국내산)두부(외국산) 멘치카츠:닭(국내산) 코다리:러시아산 쭈꾸미:베트남산 방어:국내산 메밀전병(돼지):국내산 함박스테이크(돼지):국내산 순대(돈창):국내산 오징어젓:칠레산 치킨텐더(닭):국내산						

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