주 간 식 단 표(2022. 01.17~ 2022. 01.23)

	01월 17일	01월 18일	01월 19일	01월 20일	01월 21일	01월 22일	01월 23일
	월요일	**화요일**	**수요일**	**목요일**	**금요일**	**토요일**	**일요일**
행복을 여는 아침	밥/흑임자죽 콩나물국 닭살브로컬리볶음 가지양념찜 고구마줄기볶음 배추김치	밥/녹두죽 돈육김치찌개 갈릭미트볼볶음 쥐어채마늘쫑조림 홍합시래기지짐 배추김치	밥/계란죽 우거지해장국 우민찌두부조림 느타리맛살볶음 오복지무침 배추김치	밥/옥수수죽 비지꽃게탕 꽈리고추장조림 멸치무조림 얼갈이겉절이 배추김치	밥/타락죽 청국장찌개 가자미찜 어묵숙주볶음 참나물두부무침 배추김치	밥/고구마죽 북어채무국 돈육표고볶음 감자양파조림 봄동무침 배추김치	밥/땅콩죽 홍합탕 데리야끼삼치구이 곤약마늘쫑조림 유채겉절이 배추김치
간식	베지밀	복숭아요거트	비피더스	바나나우유	딸기요거트	검은깨두유	배안에 도라지
정성이 가득한 점심	흑미밥/새우살죽 크래미계란국 돈채피망볶음&꽃빵 표고버섯유린기 짜사이채무침 배추김치	렌틸콩밥/호박야채죽 바지락순두부찌개 단호박찜닭 삼색묵무침 도라지오이무침 배추김치	곤드레나물밥/콩죽 황태미역국 카레자반고등어구이 비엔나케찹볶음 미나리무생채 배추김치	차조밥/표고버섯죽 아욱된장국 콩나물불고기 새송이호박볶음 이연복배추찜 깍두기	강낭콩밥/미역죽 양송이스프 피자돈까스 새콤실곤약야채무침 에그감자샐러드 배추김치	현미밥/연두부죽 호박고추장찌개 소고기그린빈스볶음 굴소스브로컬리볶음 콩나물잡채 배추김치	기장밥/소고기장국죽 순살감자탕 해물부추전 물만두찜&초간장 아삭고추쌈장무침 배추김치
간식	사과&케일쥬스	미니단팥빵&우유	홍삼즙	찐감자&요구르트	아몬드잣두유	딸기파운드케잌&쥬시쿨	블루베리요플레
건강을 생각하는 저녁	밥/감자죽 들깨삼색수제비국 쭈꾸미야채볶음 고구마맛탕 세발나물무침 배추김치	밥/참치야채죽 된장찌개 네모두부적구이 볼어묵야채볶음 돌나물유자무침 배추김치	밥/홍합부추죽 팽이미소장국 순살파닭 감자채볶음 락교마늘쫑무침 배추김치	밥/브로컬리당근죽 연포탕 코다리조림 가지튀김&양념장 사과청경채겉절이 배추김치	밥/게살죽 근대된장국 바베큐소스닭살조림 단팥단호박찜 열무고추장무침 배추김치	밥/시금치된장죽 맑은대구탕 베이컨스크램블에그 어슷우엉조림 토마토치커리무침 배추김치	밥/단호박죽 쑥갓어묵국 떡새우완자 두부김치 깻잎상추겉절이 배추김치
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 고등어:국내산 꽁치캔:대만산 ,낙지:베트남산, 황태채:러시아산 만두(돼지):국내산 참치캔(가다랑어):원양 스모크햄(돼지,닭):국내산 동태살:러시아산 홍합:국내산,바지락:국내산 우렁:중국산 병어:국내산, 새우:베트남산 대구: 원양산 코다리:러시아, 쭈꾸미: 베트남산, 삼치:국내산, 우렁:중국산, 꽃게:파키스탄 미트볼: 돼지,고기(국내산), 두부적구이: 돼지,닭(국내산), 오징어:칠레산 해물완자:어육(중국),오징어(칠레), 미트볼(돼지,닭):국내산						

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