

# 주간식단표(2022. 05.23~ 2022. 05.29)

	05월 23일	05월 24일	05월 25일	05월 26일	05월 27일	05월 28일	05월 29일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/녹두죽 순두부백탕 돈채죽순잡채 꽃맛살야채샐러드 고추잎무침 배추김치	밥/계살죽 콩나물국 적어양념조림 파래자반볶음 들깨도라지볶음 배추김치	밥/흑임자죽 소고기무국 참치야채볶음 중화풍가지볶음 오렌지치커리무침 배추김치	밥/옥수수죽 호박고추장찌개 돈민찌두부조림 베이컨감자볶음 미역오이무침 배추김치	밥/단호박죽 두부미소국 우채짜리고추볶음 클로렐라묵김무침 오이지무침 배추김치	밥/소고기야채죽 북어채무국 아귀콩나물찜 새우젓호박볶음 마늘종간장조림 배추김치	밥/호박야채죽 숙갓어묵탕 닭굴소스볶음 견과견새우볶음 무말랭이무침 배추김치
간식	베지밀	딸기요거트	비피더스	검은깨두유	생크림요거트	매실쥬스	바나나두유
정성이 가득한 점심	기장밥/표고버섯죽 건새우아욱국 닭고기김치찜 해물볶음우동 오복지무침 열무김치	흑미밥/새우살죽 버섯찌개 갯잎돈불고기 고구마맛탕 해초샐러드 배추김치	차조밥/닭야채죽 시래기된장국 코다리조림 야채고기말이 취나물무침 배추김치	현미밥/낙지야채죽 우거지해장국 돈사태표고조림 크래미스크램블에그 오징어젓볶고추무침 배추김치	기장밥/들깨죽 바지락칼수제비 순살양념치킨 볼어묵야채볶음 리코타치즈샐러드 배추김치	흑미밥/고구마죽 소고기미역국 고기적야채조림 부추고추장떡 열무겉절이 배추김치	보리밥/땅콩죽 청국장 조기무조림 야채고로케 숙주맛살무침 배추김치
간식	구운계란&요구르트	토마토	스위트청포도쥬스	단호박부꾸미&쥬스	짜먹는 애플	딸기샌드&두유	오트요거트
건강을 생각 하는 저녁	밥/계란죽 동태찌개 메추리알감자조림 미나리새우전 비름된장무침 배추김치	밥/타락죽 파송송계란탕 해물짜장소스 간풍육 무짬지채무침 배추김치	밥/감자야채죽 콩비지찌개 소고기당면볶음 쭈꾸미브로컬리초회 모듬콩조림 배추김치	밥/양송이죽 유부김치국 닭살카레볶음 꽃잎교자만두찜 양배추사과초무침 배추김치	밥/연두부죽 우렁된장찌개 임연수구이 모듬버섯볶음 얼갈이겉절이 배추김치	밥/브로컬리죽 얼갈이된장국 돈육김치볶음/온두부 알감자조림 무생채 배추김치	밥/참치야채죽 순대국밥 야채계란찜 표고우영조림 아삭고추무침 배추김치
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, 고등어:국내산, 콩치캔:대만산, 낙지:베트남산, 황태채:러시아산, 임연수: 수입산 만두(돼지):국내산 참치캔(가다랑어):원양 스모크햄(돼지,닭):국내산 동태:러시아산 홍합:국내산,바지락:국내산 우렁:중국산 조기:국내산, 새우:베트남산 쭈꾸미:베트남, 베이컨:돈육(미국산), 적어: 미국, 고기산적:닭,돈육(국산), 순대(돈창):국내산, 코다리: 러시아 바자릭살:중국, 오징어:칠레산, 치킨텐더: 닭(국내산), 방어:국내산, 탕수육: 돈육(국내산), 고기말이:돈육,닭(국내산), 아귀살:국내산						

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