

# 주간식단표( 2022. 08.22~ 2022. 08.28)

	08월 22일	08월 23일	08월 24일	08월 25일	08월 26일	08월 27일	08월 28일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/녹두죽 김치콩나물국 방어간장조림 베이컨컬리플라워볶음 고추잎무침 배추김치	밥/옥수수죽 오징어무국 언양식불고기 꽈리고추멸치조림 열무된장나물 배추김치	밥/단호박죽 들깨토란탕 소고기샐러드 매콤우엉채볶음 취나물볶음 배추김치	밥/들깨죽 조갯살부추국 닭살두반장볶음 깻잎찜 브로콜리두부무침 배추김치	밥/게살죽 얼갈이된장국 고등어캔김치찜 표고감자조림 건파래볶음 배추김치	밥/흑임자죽 우거지해장국 우민찌야채볶음 콩나물두부찜 부추겉절이 배추김치	밥/땅콩죽 유부미소국 참치야채볶음 고구마연근조림 고추지무침 배추김치
	건새우볶음		무채장아찌무침	파래김구이&양념장	낙지젓무침	동치미	간장무말랭이무침
간식	검은깨두유	오토요거트	베지밀	비피더스	아몬드잣두유	한라봉퓨레	블루베리요거트
정성이 가득한 점심	흑미밥/새우살죽 홍합탕 순살찜닭 불어묵강정 유자치커리무침 배추김치	차조밥/참치야채죽 아욱된장국 갈배제육볶음 팽이버섯전 삼색겨자냉채 배추김치	표고콩나물밥/닭죽 소고기미역국 코다리무청조림 새우젓계란찜 얼갈이겉절이 배추김치	기장밥/소고기야채죽 감자수제비국 데리야끼떡갈비 새송이참치조림 오이지무침 배추김치	현미밥/낙지야채죽 부추계란탕 해물짜장소스 찹쌀탕수육 단무지무침 배추김치	흑미밥/계란죽 청국장찌개 임연수구이 햄느타리볶음 해초곤약새싹무침 배추김치	기장밥/표고버섯죽 콩나물국 오돈불고기 가지굴소스볶음 도토리묵참나물무침 배추김치
	해물파전	상추쌈&쌈장	더덕무침	올방개묵&양념장	오이소박이	명엽채조림	타코야끼
간식	안흥찐빵&매실차	사과	요리교실	비엔나케익&주스	생크림요거트	크로와상&요구르트	황도
건강을 생각 하는 저녁	밥/감자야채죽 버섯전골 멘치카츠 일본풍채소조림 흑임자양상추샐러드 배추김치	밥/양송이버섯죽 돈육김치찌개 가자미양념찜 야채춘권&칠리소스 고사리도라지볶음 배추김치	밥/호박야채죽 순살감자탕 치킨텐터&머스타드 크래미마늘쫑볶음 양파갓장아찌 배추김치	밥/녹두죽 호박고추장찌개 네모동태전 오징어무조림 새콤다시마채무침 배추김치	밥/연두부죽 북어해장국 돈육메추리알조림 건새우호박볶음 유자무채절임 배추김치	밥/브로콜리당근죽 닭곰탕 해물완자조림 어묵감자채볶음 알배추겉절이 깍두기	밥/홍합부추죽 들깨미역국 대구무조림 메밀전병 미나리숙주나물 배추김치
	생깻잎지	알타리김치	고추쌈장무침	포자만두찜	단호박부꾸미	방풍나물장아찌	꽈리고추찜
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 꿩치캔:대만산, 낙지:베트남산, 황태채:러시아산, 임연수:수입 만두(돼지):국내산 참치캔(가다랑어):원양 스모크햄(돼지, 닭):국내산 동태:러시아산 홍합:국내산, 바지락:국내산 우렁:중국산 가자미:미국 새우:베트남산 코다리: 러시아, 언양식불고기:돈육(국내산), 치킨텐더:닭(국내산), 떡갈비:돈육(국내산), 동태전:명태(러시아) 바지락: 국산, 바자릭살:중국, 오징어:칠레산, 대구: 원양산, 해물완자:오징어(칠레), 방어:국내산, 멘치카츠:닭(국내산)						

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