

# 주간식단표(2022. 08.29~ 2022. 09.04)

	08월 29일	08월 30일	08월 31일	09월 01일	09월 02일	09월 03일	09월 04일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/흑임자죽 건새우무채국 두부떡갈비조림 호박야채볶음 다시마튀각 배추김치	밥/녹두죽 시래기된장국 닭안심장조림 그린빈스감자볶음 오이지무침 배추김치	밥/옥수수죽 호박새우젓찌개 우채우영조림 스크램블에그 얼갈이겉절이 배추김치	밥/표고버섯죽 누룽지탕 새우완자조림 해물죽순채볶음 무말랭이무침 배추김치	밥/들깨죽 소고기배추국 야채고기말이찜 파리고추감자조림 크래미천사채샐러드 배추김치	밥/브로콜리당근죽 호박고추장찌개 돈육미나리볶음 연두부&양념장 곤드레절임 배추김치	밥/조갯살야채죽 유채된장국 임연수조림 쥐어채마늘쫄볶음 쌈다시마&초장 배추김치
	알타리김치	고추잎나물	김구이	견과류조림	명란젓무침	오이소박이	들깨고구마순볶음
간식	담백한 두유	비피더스	골드키위요거트	검정콩두유	스위트플럼	베지밀	유기농ABC쥬스
정성이 가득한 점심	차조밥/게살죽 해물순두부찌개 훈제오리구이 옛날소세지전 깻잎무쌈 배추김치	기장밥/김가루계란죽 사골우거지국 가자미구이 메추리알새송이조림 치커리생채 배추김치	현미밥/소고기야채죽 양송이스프 골든함박스테이크 맛살브로콜리볶음 유자무채초절임 배추김치	흑미밥/복어죽 근대된장국 돈육김치두루치기 어묵잡채 토마토두부카프레제 배추김치	열무비빔밥/양송이버섯죽 홍합미역국 병어조림 계란후라이 청포묵무침 배추김치	흑미밥/낙지야채죽 맑은콩나물국 닭살소금구이 모듬버섯볶음 상추부추겉절이 배추김치	귀리밥/녹두닭죽 육개장 미트볼로제소스조림 두부구이&양념장 미역야채초무침 배추김치
	건포도감자샐러드	바삭불고기	팽이버섯조림	양배추찜&쌈장	고추냉이잎장아찌	고로케	참치김치볶음
간식	고기편빵&수정과	바나나	아이스크림	롤링튀밥&요구르트	망고푸딩	딸기요거트	치즈롤빵&두유
건강을 생각 하는 저녁	밥/단호박죽 김치찌개 적어구이 순대콩나물찜 마늘쫄지무침 배추김치	밥/참치야채죽 소고기미역국 오징어호박볶음 돈민찌두부조림 오이고추무침 배추김치	밥/땅콩죽 꽃게된장찌개 코다리양념조림 가지탕수 들기름알배추나물 배추김치	밥/호박야채죽 물만두국 생선까스 햄연근조림 취나물들깨볶음 배추김치	밥/흑임자죽 시금치된장국 파인애플폭찜 호박채나물 모듬야채피클 배추김치	밥/새우살죽 황태콩비지찌개 소고기가지볶음 매콤알감자조림 간장깻잎지 배추김치	밥/고구마죽 어묵무국 닭단호박조림 옥수수맛살전 우거지된장지짐 배추김치
	동치미	네모명태전	건파래무침	석박지	멸치고추장볶음	도라지사과무침	명태초무침
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 공치캔: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, 병어:국산, 연양식불고기:돈육(국내산), 떡갈비:돈육(국산), 두부(외국산), 생선까스:명태(러시아) 바자릭살:중국, 오징어:칠레산, 적어:미국, 순대:돈창,돈혈(국산), 함박스테이크:돈육(국산), 소고기(호주산), 새우완자:연육(베트남), 새우(중국산)						

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