

주간식단표(2023. 04.03.~ 2023. 04.09)

	4월 03일	4월 04일	4월 05일	4월 06일	4월 07일	4월 08일	4월 09일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/녹두죽 물만두국 소고기고추잡채 크랜베리단호박범벅 미나리숙주나물 배추김치	밥/흑임자죽 팽이미소국 닭불고기 피망감자채볶음 클로렐라묵&양념장 배추김치	밥/고구마죽 누룽지탕 삼치무조림 브타리그린빈스볶음 고들빼기무침 배추김치	밥/들깨죽 된장찌개 해물완자조림 돈육김치볶음 궁채절임 배추김치	밥/연두부죽 어묵탕 짚은돈장조림 바지락토란대볶음 참나물겉절이 배추김치	밥/옥수수죽 순두부계란국 공치시래기조림 호박양배추볶음 모듬콩조림 배추김치	밥/표고버섯죽 김치콩나물국 돈채샐러리볶음 마파두부볶음 취나물무침 배추김치
	오이소박이	낙지젓무침	사과돈나물&초장	북어채양념볶음	진미채무말랭이무침	동치미	김부각
간식	아몬드잣두유	비피더스	블루베리요거트	검은깨두유	홍삼즙	스위트플럼	유기농ABC쥬스
정성이 가득한 점심	서리태밥/낙지야채죽 열무된장국 묵은지수육삼합 어묵간풍소스볶음 모듬쌈&쌈장 배추김치	흑미밥/참치야채죽 소고기무국 조기구이 양장피 얼갈이겉절이 배추김치	기장밥/새우살죽 홍고추콩나물국 죽순소불고기 타코야끼 리코타치즈샐러드 배추김치	차조밥/녹두닭죽 건새우미역국 너비아니깻잎전 한식잡채 오징어야채초무침 배추김치	현미밥/소고기야채죽 잔치국수 순살치킨 햄마늘쫄볶음 삼색무피클 배추김치	기장밥/전복죽 유채된장국 오돈불고기 감자양파조림 파리고추멸치볶음 배추김치	흑미밥/단호박죽 청국장찌개 가자미조림 팽이버섯전 오이상추겉절이 배추김치
	부추콩나물무침	고사리나물	건취나물볶음	땅콩연근조림	들기름열무무침	김치전	호박오가리나물
간식	소보로빵&주스	오렌지	쌀산자&매실차	몽쉘통통&주스	사과	복숭아요거트	골드키위푸레
건강을 생각 하는 저녁	밥/브로컬리당근죽 육개장 청파래오징어까스 새우무나물볶음 해초오이무침 배추김치	밥/게살죽 꽃게해물탕 두툼떡갈비 무청시래기지짐 유자단무지채무침 배추김치	밥/홍합부추죽 오리탕 야채계란찜 짜장감자조림 맛살미역줄기볶음 배추김치	밥/양송이버섯죽 버섯찌개 대구무조림 두부견과류조림 숙갓치커리생채 배추김치	밥/흑임자죽 근대된장국 네모동태전 메추리알맛살조림 알배추찜 배추김치	밥/땅콩죽 들깨수제비국 새우탕수 새송이고추장조림 부추겨자무침 배추김치	밥/계란죽 북어해장국 소고기가지불고기 브로컬리들깨볶음 도라지무초무침 배추김치
	돈민찌가지볶음	야채튀김	무생채	수수부꾸미	자반무침	열무김치	고구마조림
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:중국산 고등어:국내산 공치캔:대만산, 낙지:베트남산, 황태채:러시아산, 임연수:외국산 만두(돼지):국내산 참치캔(가다랑어):원양 스모크햄(돼지,닭):국내산 동태:러시아산 홍합:국내산, 대구: 원양산, 삼치:국산 가자미:미국,코다리: 러시아, 적어:미국산, 조기: 국산, 오징어까스: 오징어(중국산),너비아니:돈육(국산),간소새우:새우(베트남) 바지락: 국산,바지릭살:중국, 오징어:칠레산, 떡갈비:돈육(국산), 타코야끼:문어(중국산),치킨가라아게:닭(브라질)						

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