

주간식단표(2023. 04.24~ 2023. 04.30)

	4월 24일	4월 25일	4월 26일	4월 27일	4월 28일	4월 29일	4월 30일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/흑임자죽 콩비지찌개 고기산적야채조림 버섯호박볶음 무채유자초무침 배추김치	밥/녹두죽 맑은순두부탕 돈채고사리볶음 씨앗멸치볶음 근대나물무침 배추김치	밥/들깨죽 누룽지탕 닭살카레볶음 구운어묵볶음 브로컬리된장무침 배추김치	밥/고구마죽 북어해장국 소고기샐러드 해물죽순볶음 깻잎김치 배추김치	밥/계란죽 우거지된장국 코다리조림 돈민찌가지볶음 파래김구이&양념장 배추김치	밥/땅콩죽 호박짜글이찌개 우채갯순볶음 참치두부조림 고들빼기무침 배추김치	밥/표고버섯죽 소고기배추국 가자미양념찜 건새우마늘쫄볶음 미나리숙주나물 배추김치
	다시마튀각	나박김치	낙지젓무침	숙갓나물무침	소고기장조림	실곤약잡채	고구마샐러드
간식	베지밀	생크림요거트	골드키위푸레	검정깨두유	홍삼즙	비피더스	홍삼즙
정성이 가득한 점심	서리태밥/게살죽 황태미역국 소고기청경채볶음 잡채어묵튀김 오이소박이 배추김치	차조밥/낙지야채죽 영양닭곰탕 적어양념조림 깻잎호박채전 매콤콩나물무침 깍두기	흑미밥/새우살죽 된장찌개 대패삼겹살구이 계란찜 상추쌈&아삭고추 배추김치	현미밥/녹두닭죽 돈육김치찌개 떡갈비찜 해쉬브라운피자 과일사라다 배추김치	기장밥/소고기야채죽 바지락수제비국 두부코코넛돈까스 모듬버섯볶음 취나물무침 배추김치	흙미밥/전복죽 대구지리탕 파리고추계란장조림 베이컨감자채볶음 도라지오이무침 배추김치	보리밥/단호박죽 청국장찌개 순살찜닭 해물완자전 얼갈이겉절이 배추김치
	단호박조림	곤드레절임	알배추겉절이	열무김치	야채피클	궁중섭산적구이	무말랭이무침
간식	브라우니&주스	배	감자전&주스	복숭아요거트	마가렛&요구르트	카스텔라&주스	바나나
건강을 생각 하는 저녁	밥/브로컬리당근죽 시래기된장국 동태무조림 햄감자조림 사과참나물무침 배추김치	밥/호박야채죽 부추계란탕 레몬크림새우 포자만두찜 단무지무침 배추김치	밥/참치야채죽 유부가쓰오장국 오징어당면볶음 표고버섯탕수 치커리생채 배추김치	밥/옥수수죽 파개장 임연수구이 마파두부볶음 무나물볶음 배추김치	밥/흑임자죽 콩나물국 닭볶음탕 크래미컬리플라워볶음 숙갓상추겉절이 배추김치	밥/양송이버섯죽 들깨미역국 묵은지돈사태찜 캐슈넛우영조림 열무된장무침 배추김치	밥/연두부죽 홍합탕 바싹돈불고기 새송이고추장조림 양배추찜&쌈장 배추김치
	생깻잎전	시금치무침	단호박묵&양념장	비름나물무침	알타리김치	애호박전	쪽파무생채
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,생깻잎전:돈육(국산),깐쇼새우:새우(베트남),떡갈비:돈육(국산) 바지락: 국산,바자릭살:중국, 오징어:칠레산,돈까스:돈등심(국산),해물동그랑땡:오징어(외국산),고기산적:돈육,닭(국산)						

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