

# 주간식단표( 2023. 05.29~ 2023. 06.04)

	5월 29일	5월 30일	5월 31일	6월 01일	6월 02일	6월 03일	6월 04일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
<b>행복을 여는 아침</b>	밥/옥수수죽 가쓰오어묵국 떡갈비굴소스조림 감자흑임자볶음 클로렐라묵무침 배추김치	밥/녹두죽 사골우거지국 데리야끼닭살조림 표고우영조림 파리고추찜 배추김치	밥/흑임자죽 순두부백탕 돈채고사리볶음 건새우볶음 무짬지무침 배추김치	밥/들깨죽 누룽지탕 고등어김치찜 연두부&양념장 낙지젓무침 배추김치	밥/계살죽 호박고추장찌개 베이컨스크램블에그 우민찌가지볶음 얼갈이겉절이 배추김치	밥/땅콩죽 소고기해장국 조기양념찜 느타리파프리카볶음 깻잎무침 배추김치	밥/고구마죽 콩나물국 소고기양상추볶음 호박어묵볶음 아삭고추장아찌 배추김치
<b>간식</b>	검정콩두유	그릭요거트	수박우유	비피더스	홍삼즙	유기농ABC쥬스	한라봉푸레
<b>정성이 가득한 점심</b>	현미밥/양송이죽 닭곰탕 순살삼치구이 새우젓호박볶음 비름된장무침 깍두기	흑미밥/새우살죽 황태콩비지찌개 매콤돈사태찜 해물볶음우동 부추깻잎겉절이 배추김치	기장밥/소고기야채죽 아욱된장국 카레라이스 버블쉬림프볼 도라지오이무침 배추김치	찹쌀팔밥/단호박죽 조갯살미역국 제육콩나물두루치기 오징어야채핫바 취나물볶음 배추김치	차조밥/전복야채죽 양송이스프 치즈돈까스 메추리알감자조림 요거트과일샐러드 배추김치	흑미밥/표고버섯죽 우렁된장찌개 간장닭불고기 오징어김치전 상추겉절이 배추김치	보리밥/낙지야채죽 유채된장국 대구양념조림 해물완자부침 들기름청경채나물 배추김치
<b>간식</b>	쌀산자&수정과	사과	롤샌드위치&주스	토마토	쉬폰케익&주스	골드키워요거트	마가렛&요구르트
<b>건강을 생각 하는 저녁</b>	밥/조갯살부추죽 시래기된장국 소고기버섯불고기 온두부&볶음김치 삼색겨자냉채 배추김치	밥/연두부죽 소고기미역국 코다리조림 맛살계란부침 브로컬리들깨볶음 배추김치	밥/계란죽 버섯전골 고기산적야채조림 멸치마늘쫄볶음 감자콘샐러드 배추김치	밥/호박야채죽 건새우무채국 쌈장닭갈비 표고버섯탕수 알배추나물 배추김치	밥/녹두닭죽 시금치된장국 가자미조림 갈비만두찜 근대무침 배추김치	밥/흑임자죽 부추홍합탕 돈육된장구이 참치새송이조림 오이생채 배추김치	밥/복어야채죽 크래미계란탕 류산슬 갓김치두부조림 짜사이채무침 배추김치
<b>원산지 표시</b>	밥,잡곡(백미,현미,흑미,찹쌀녹두:국내산) 콩비지,두부류:대두(외국산), 닭,오리:국내산, 소고기:호주산, 돼지고기:국내산,삼겹:칠레,전복:국산 배추김치(배추,고춧가루:중국산),깍두기:무(국산),고춧가루(중국산),고춧가루:중국산,고등어:국내산,꽂치캔:원양산,낙지:베트남,중국산,복어채:러시아 만두(돼지):국내산,참치캔(가다랑어):원양,멸치:국산,건새우:중국산,낙지젓:중국산,스모크햄(돼지,닭):국내산,홍합:중국산,조기:국산,대구:원양산 코다리: 러시아,가자미:수입산,삼치:국산,야채핫바:오징어(페루산),베이컨:돈육(외국산),돈까스:돈육(국산),갈비만두:돈육(국산) 바지락: 국산,바자릭살:중국,새우살:베트남,떡갈비:돈육(국산),쉬림프볼:새우(베트남),고기산적:돈육,닭(국산),해물땡:오징어(외국산),연육(베트남)						

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