

주간식단표(2023. 07.24~ 2023. 07.30)

	7월 24일	7월 25일	7월 26일	7월 27일	7월 28일	7월 29일	7월 30일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/흑임자죽 들깨토란탕 우민찌야채볶음 부추스크램블에그 청경채겉절이 배추김치	밥/녹두죽 어묵무국 돈육우영장조림 올방개묵무침 오복지무침 배추김치	밥/단호박죽 누룽지탕 가오리찜 느타리아채볶음 오징어젓야채무침 배추김치	밥/들깨죽 맑은순두부탕 우채도라지볶음 씨앗멸치볶음 가지양념무침 배추김치	밥/브로컬리당근죽 청국장 참치감자짜글이 호박야채볶음 모듬콩조림 배추김치	밥/고구마죽 콩비지찌개 닭살겨자냉채 표고메추리알조림 건파래볶음 배추김치	밥/소고기야채죽 얼갈이된장국 삼치무조림 마파두부볶음 연근흑임자무침 배추김치
	나박김치	북어채양념볶음	참나물무침	새송이초절임	총각김치	양배추깻잎절임	근대무침
간식	고칼슘블랙두유	그릭요거트	블루베리주스	비피더스	베지밀	유기농ABC주스	생크림요거트
정성이 가득한 점심	서리태밥/참치야채죽 다슬기근대된장국 닭봉조림 칼비빔면 간장깻잎지 배추김치	현미밥/계살죽 설렁탕 가자미조림 온두부&참치김치볶음 아삭고추무침 깍두기	기장밥/닭야채죽 유부미소장국 돈채피망볶음 크림새우 얼갈이겉절이 배추김치	열무비빔밥/새우살죽 홍합미역국 섭산적구이 계란후라이 오이파프리카무침 배추김치	흑미밥/전복야채죽 오징어무국 바싹불고기 케이준치킨샐러드 건새우마늘쫄볶음 배추김치	차조밥/계란죽 소고기샤브샤브국 조기구이 손만두찜 무짬지채무침 배추김치	현미밥/양송이버섯죽 북어채해장국 돈갈비찜 분홍소세지전 숙주오이무침 배추김치
	감자전	호박오가리나물	유자단무지무침	돈민찌짜리볶음	명이나물	취나물볶음	고추지무침
간식	토마토	초코머핀&주스	과일파르페	마들렌도넛&주스	미숫가루	바나나	쌀산자&수정과
건강을 생각 하는 저녁	밥/표고버섯죽 건새우미역국 아귀콩나물찜 야채고로케 고사리볶음 배추김치	밥/낙지야채죽 감자고추장찌개 사천식우불고기 해물부추전 상추겉절이 배추김치	밥/연두부죽 콩나물국 브로컬리카레소스 동그랑땡강정 실곤약야채무침 배추김치	밥/옥수수죽 김치국 닭살양배추볶음 고구마맛탕 팽이버섯미역줄기볶음 배추김치	밥/흑임자죽 아욱된장국 코다리시래기조림 야채계란찜 고들빼기무침 배추김치	밥/땅콩죽 바지락수제비국 떡갈비&부추무침 불어묵야채볶음 오이지무침 배추김치	밥/녹두닭죽 계란탕 짜장오징어볶음 맛살감자채볶음 열무고추장무침 배추김치
	오이소박이	새우살토란대볶음	열무김치	두부양념조림	홍고추오이볶음	멸치우거지지짐	도토리묵&양념장
원산지 표시	밥,잡곡(백미,현미,흑미,참쌀녹두: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,열무김치:열무,고춧가루(국산)낙지:베트남,중국산,북어채:러시아 만두(돼지):국내산,참치캔(가다랑어):원양,멸치:국산,건새우:중국산,다슬기:중국산,아귀:중국,가오리:수입산,조기:국산,삼치:국산 코다리: 러시아,가자미:수입산,치킨텐더:닭(국산),손만두:돈육(국산),떡갈비:돈육(국산) 바지락: 국산,바지락살:중국,새우살:베트남,간쇼새우:새우(베트남),동그랑땡:돈육,닭(국산),섭산적:돈육,소고기(국산)						

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