

# 주간식단표( 2023. 08.21 ~ 2023. 08.27)

	8월 21일	8월 22일	8월 23일	8월 24일	8월 25일	8월 26일	8월 27일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/흑임자죽 소고기무국 데리야끼닭살볶음 멸치고추장볶음 돌산갓절임 배추김치	밥/단호박죽 누룽지탕 우민찌불고기 도라지고사리볶음 오징어젓갈무침 배추김치	밥/녹두죽 버섯들깨탕 가오리찜 베이컨컬리플라워볶음 콩나물김가루무침 배추김치	밥/계살죽 건새우무채국 소고기야채샐러드 매콤호박볶음 멸치깻잎찜 배추김치	밥/옥수수죽 청국장찌개 돈채느타리볶음 감자조림 오이소박이 배추김치	밥/닭야채죽 열무된장국 고기산적야채조림 해물죽순볶음 연두부&양념장 배추김치	밥/고구마죽 북어계란국 참치야채볶음 돈육마파두부 무짬지무침 배추김치
	도토리묵&양념장	깻순무침	나박김치	병아리콩조림	곤드레볶음	다시마튀각	방풍나물볶음
간식	달콤한베지밀	딸기요거트	제주감귤주스	비피더스	고칼슘블랙두유	블루베리주스	홍삼즙
정성이 가득한 점심	서리태밥/표고버섯죽 시래기된장국 미나리삼겹살구이 참치두부조림 묵은지&양배추숙쌈 배추김치	현미밥/부추닭죽 대구매운탕 계란말이 열무비빔국수 명엽채마늘쫄볶음 배추김치	기장밥/소고기야채죽 황태미역국 해물찜닭 야채고로케 얼갈이겉절이 배추김치	차조밥/계란죽 부대찌개&라면사리 코다리양념조림 모듬장조림 취나물볶음 배추김치	현미밥/전복야채죽 단호박스프 함박스테이크 붕어묵야채볶음 새콤실곤약무침 배추김치	흑미밥/낙지야채죽 소고기샤브샤브국 갈치고구마순조림 부추깻잎전 오이지무침 배추김치	보리밥/새우살죽 몽글순두부찌개 제육볶음 표고우엉조림 땅콩과일샐러드 배추김치
	애호박전	가마보꼬조림	황포묵채무침	오징어&다시마초회	참나물두부무침	알타리김치	풋고추&쌈장
간식	사과	약과&수정과	수박화채	쉬폰케익&주스	고기찐빵&주스	미숫가루	그릭요거트
건강을 생각 하는 저녁	밥/들깨죽 홍합배추국 조기구이 어항가지 알마늘고추지 배추김치	밥/땅콩죽 유부가쓰오장국 멘치카츠 호두연근조림 콘야채샐러드 배추김치	밥/브로컬리당근죽 김치찌개 돈육우거지지짐 파프리카감자채볶음 부추오이무침 배추김치	밥/참치야채죽 근대된장국 간장파닭 순두부팽이조림 양배추숙채 배추김치	밥/양송이버섯죽 돼지국밥 임연수구이 새우무나물볶음 청경채겉절이 배추김치	밥/흑임자죽 맑은콩나물국 대패오리간장볶음 들깨호박볶음 명이나물절임 깍두기	밥/소고기야채죽 소고기미역국 오징어무채볶음 게맛살계란부침 상추된장초무침 배추김치
	굴림만두찜	미나리무생채	파래자반무침	곱게다진깍두기	창란젓무침	멸치묵은지조림	유부숙주나물
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,대구:원양산,가오리:수입산 코다리: 러시아,가자미:수입산,갈치:모로코,조기:국산,임연수:미국,고기산적:돈육,닭(국산) 바지락: 국산,바지락살:중국,새우살:베트남,멘치카츠:닭(국내산),가라아게:닭(브라질산),함박스테이크:돈육(국산),우육(호주)						

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