

주간식단표(2023. 09.04~ 2023. 09.10)

	9월 04일	9월 05일	9월 06일	9월 07일	9월 08일	9월 09일	9월 10일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/흑임자죽 건새우무채국 토마토스크램블에그 매콤알감자조림 멸치깻잎찜 배추김치	밥/고구마죽 청국장찌개 해물굴소스볶음 베이컨마늘종볶음 숙주나물 배추김치	밥/녹두죽 아욱된장국 동그랑땡야채조림 어묵감자채볶음 브로컬리냉채 배추김치	밥/계살죽 누룽지탕 조기양념찜 들깨고사리볶음 오징어젓무채무침 배추김치	밥/호박야채죽 우동장국 야채고기말이조림 두부양념조림 오이탕탕이 배추김치	밥/연두부죽 콩나물국 닭안심장조림 크랜베리멸치볶음 도토리묵야채무침 배추김치	밥/브로컬리당근죽 호박새우젓찌개 우채가지볶음 캐슈넛우영조림 깻순무침 배추김치
	나박김치	메추리알조림	근대무침	진미채무말랭이무침	고추튀각	더덕무침	알마늘장아찌
간식	비피더스	곡물두유	그릭요거트	배안에도라지	바나나두유	홍삼즙	스위트애플키위
정성이 가득한 점심	완두콩밥/소고기야채죽 유부미소국 양송이카레라이스 치킨까스&콘소스 총무식오징어무침 배추김치	차조밥/전복야채죽 뼈없는갈비탕 갈치조림 스팸두부구이 청경채겉절이 배추김치	흑미밥/표고버섯죽 바지락순두부찌개 대파닭다리살구이 단호박튀김 양파고추장아찌 배추김치	현미밥/참치야채죽 우렁된장찌개 소고기양상추볶음 새송이버섯전 취나물무침 배추김치	기장밥/부추닭죽 해물라면 새우튀김 파리고추감자조림 무짬지채무침 배추김치	차조밥/새우살죽 소고기샤브샤브국 코다리강정 한식잡채 얼갈이된장무침 배추김치	현미밥/단호박죽 조갯살미역국 꿀마늘돈육볶음 해물미나리전 삼색겨자냉채 배추김치
	건파래무침	오이지무침	멸치시래기지짐	모듬야채피클	열무김치	유자연근절임	알타리김치
간식	사과	카스텔라&주스	오렌지	두부핫도그&주스	미숫가루	찐고구마&매실차	딸기요거트
건강을 생각 하는 저녁	밥/들깨죽 콩비지찌개 가자미조림 파프리카버섯볶음 파리고추양념찜 배추김치	밥/계란죽 북어채무국 돈육간장불고기 새우젓호박볶음 물미역야채무침 배추김치	밥/흑임자죽 경상도식소고기국 고추잡채 포자만두찜&초간장 치커리무침 배추김치	밥/낙지야채죽 부추계란탕 돈사태찜 건새우볶음 꼬시래기야채무침 배추김치	밥/양송이버섯죽 유채된장국 대구무조림 크래미컬리플라워볶음 멕시칸샐러드 배추김치	밥/땅콩죽 순살감자탕 계란장조림 표고죽순볶음 아삭고추무침 깍두기	밥/옥수수죽 어묵무국 쭈꾸미야채볶음 참치김치볶음&온두부 참나물오리엔탈무침 배추김치
	우민찌불고기	모듬쌈&쌈장	짜사이채무침	매콤호박채볶음	가지전&양념장	숙갓나물	들깨토란대볶음
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, 적어:포르투갈, 동태:러시아, 갈치:모로코, 대구:원양산 코다리: 러시아,가자미:수입산,갈치:모로코,조기:국산,임연수:미국, 적어:포르투갈, 쭈꾸미:베트남산, 고기말이:돈육(외국산) 바지락: 국산,바지락살:중국,새우살:베트남,치킨까스:가슴살(국산),동그랑땡:돈육,닭(국산),새우튀김:새우(베트남)						

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