

주간식단표(2023. 09.11~ 2023. 09.17)

| | 9월 11일 | 9월 12일 | 9월 13일 | 9월 14일 | 9월 15일 | 9월 16일 | 9월 17일 |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| | 월요일 | 화요일 | 수요일 | 목요일 | 금요일 | 토요일 | 일요일 |
| 행복을 여는 아침 | 밥/표고버섯죽 북어채콩나물국 새우완자칠리조림 고추장멸치볶음 들깨시래기지짐 배추김치 | 밥/땅콩죽 누룽지탕 양배추고기볶음 우민찌두부조림 낙지젓볶고추무침 배추김치 | 밥/흑임자죽 사골우거지국 병어양념찜 새우호박볶음 다시마채무침 배추김치 | 밥/녹두죽 몽글순두부찌개 닭살굴소스볶음 무나물볶음 얼갈이겉절이 배추김치 | 밥/단호박죽 들깨버섯탕 우채파리고추볶음 아몬드연근조림 고들빼기무침 배추김치 | 밥/연두부죽 오징어찌개 돈사태메란조림 맛살브로컬리볶음 건파래볶음 배추김치 | 밥/소고기야채죽 숙갓조개탕 공치김치찜 피망감자채볶음 모듬콩조림 배추김치 |
| 간식 | 검은콩두유 | 생크림요거트 | 홍삼즙 | GT담백한두유 | 비피더스 | 한라봉푸레 | 유기농ABC쥬스 |
| 정성이 가득한 점심 | 서리태밥/낙지야채죽 닭곰탕 조기구이 비엔나감자조림 쪽파무생채 배추김치 | 현미밥/계살죽 곤이알탕 바삭불고기육전 모듬버섯볶음 오이지무침 배추김치 | 흑미밥/참치야채죽 근대된장국 돈육보쌈 어묵잡채 알배추쌈&무말랭이무침 배추김치 | 기장밥/소고기야채죽 잔치국수 피쉬앤칩스 마파가지볶음 만다린그린샐러드 배추김치 | 현미밥/새우살죽 김치찌개 숯불맛돈육볶음 순두부계란찜 상추오이겉절이 배추김치 | 차조밥/녹두닭죽 육개장 코다리무조림 고구마튀김 열무들기름무침 배추김치 | 기장밥/전복야채죽 크래미계란탕 류산슬 두부탕수 마늘쫀절임 배추김치 |
| 간식 | 단팥빵&쥬스 | 찐감자&식혜 | 케익&과일쥬스 | 초코머핀&쥬스 | 배 | 곡물강정&요구르트 | 블루베리요거트 |
| 건강을 생각 하는 저녁 | 밥/계란죽 콩가루배추국 훈제오리볶음 단호박찜&흑임자소스 부추적채무침 배추김치 | 밥/감자야채죽 소고기미역국 임연수조림 쥐어채마늘쫀볶음 숙주무침 배추김치 | 밥/들깨죽 옥수수스프 햄버그양송이조림 시금치스크램블에그 각둑오이무침 배추김치 | 밥/브로컬리당근죽 홍합탕 아귀콩나물찜 햄표고볶음 취나물무침 배추김치 | 밥/흑임자죽 호박고추장찌개 닭가슴살유자냉채 수수부꾸미 삼색묵무침 배추김치 | 밥/호박야채죽 청국장 소고기부추볶음 참치새송이조림 간장깻잎지 배추김치 | 밥/옥수수죽 시래기된장국 고추장닭불고기 호박야채볶음 콩나물김가루무침 배추김치 |
| 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,아귀:국산,공치캔:공치(원양산) 코다리: 러시아,가자미:수입산,갈치:모로코,조기:국산,임연수:미국, 병어: 국산, 새우완자:연육(베트남),새우(중국) 바지락: 국산,바지락살:중국,새우살:베트남,연양식불고기:돈육(국산), 햄버그스테이크:돈육,닭(국산),생선까스:대구(중국) | | | | | | |

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