

주간식단표(2023. 09.25~2023. 10.01)

	9월 25일	9월 26일	9월 27일	9월 28일	9월 29일	9월 30일	10월 01일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/녹두죽 가쓰오어묵국 우채갯순볶음 매콤감자조림 해초야채무침 배추김치	밥/땅콩죽 소고기미역국 고기산적야채조림 느타리마늘쫄볶음 낙지젓야채무침 배추김치	밥/들깨죽 누룽지탕 가자미양념찜 호박굴소스볶음 모듬장아찌 배추김치	밥/옥수수죽 홍합배추국 소고기새송이볶음 견과견새우볶음 미나리숙주무침 배추김치	밥/흑임자죽 된장찌개 데리야끼닭살조림 단호박고구마조림 들깨도라지볶음 배추김치	밥/연두부죽 콩나물무채국 고등어시래기조림 호박양배추볶음 양념갯잎찜 배추김치	밥/게살죽 황태콩비지찌개 모듬장조림 파리고추멸치볶음 오이지무침 배추김치
	알타리김치	우거지된장지짐	파래자반무침	더덕무침	다시마튀각	샐러리절임	비름나물무침
간식	아몬드잣두유	딸기요거트	미숫가루라떼	비피더스	스위트플럼	홍삼즙	사과당근주스
정성이 가득한 점심	서리태밥/계란죽 북어채콩나물국 돈육김치볶음&온두부 뿌리채소맛탕 청경채겉절이 배추김치	차조밥/새우살죽 오징어무국 짜장면 간풍기 단무지무침 배추김치	흑미밥/표고버섯죽 몽글순두부찌개 치즈닭갈비 오징어야채핫바 도토리묵상추무침 배추김치	현미밥/전복야채죽 아욱된장국 조기구이 오색잡채 오징어야채초무침 배추김치	기장밥/참치야채죽 소고기토란탕 돼지갈비찜 산적구이&완자전 삼색나물 배추김치	차조밥/단호박죽 조갯살미역국 소불고기볶음 메밀전병 단배추나물 배추김치	현미밥/소고기야채죽 들깨버섯탕 코다리무조림 호박채전 참나물겉절이 배추김치
	양배추찜&쌈장	참치야채볶음	방풍나물볶음	열무김치	간장무채절임	곱게다진깍두기	김구이
간식	황도	바나나	녹두빈대떡&식혜	쌀산자&수정과	사과&배	곡물오란다&주스	블루베리요거트
건강을 생각 하는 저녁	밥/부추닭죽 사골국 대구무조림 옛날소세지피망볶음 브로컬리흑임자무침 배추김치	밥/고구마죽 근대된장국 그린빈스소불고기 연두부&양념장 오이고추무침 배추김치	밥/흑임자죽 유부팽이미소국 너비아니갯잎전 우민찌연근조림 실곤약야채무침 배추김치	밥/브로컬리당근죽 들깨무채국 돈육바베큐소스볶음 멸치두부조림 미역줄기볶음 배추김치	밥/소고기야채죽 바지락수제비 갈치양념조림 어묵표고볶음 치커리유자무침 배추김치	밥/양송이버섯죽 오리탕 새우젓계란찜 맛살감자채볶음 가지무침 배추김치	밥/낙지야채죽 열무된장국 닭볶음탕 건새우무나물볶음 물미역야채무침 배추김치
	새송이초절임	명이나물	북어채무침	애호박전	고추장메추리알조림	오이소박이	백년초목&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,견새우:중국산,낙지젓:중국산,메밀전병:돈육(국산) 코다리:러시아,가자미:수입산,갈치:모로코,조기:국산,대구:원양산,오미산적:돈육(국산),연육(외국산),완자:돈육(국산) 바지락:국산,바지락살:중국,새우살:베트남,고기산적:돈육,닭(국산),탕수육:돈육(국산),핫바:오징어(페루),너비아니:돈육(국산)						

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