

# 주간식단표(2023. 11.06~ 2023. 11.12)

	11월 06일	11월 07일	11월 08일	11월 09일	11월 10일	11월 11일	11월 12일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
<b>행복을 여는 아침</b>	밥/들깨죽 물만두국 찰떡궁합떡갈비 새송이곤약조림 깻순무침 배추김치	밥/땅콩죽 된장찌개 동태무조림 도라지고사리볶음 브로컬리&쌈다시마 배추김치	밥/연두부죽 누룽지탕 소고기샐러드 연근유자청조림 낙지젓야채무침 배추김치	밥/흑임자죽 소고기해장국 닭살양송이조림 크랜베리멸치볶음 청경채무침 배추김치	밥/녹두죽 근대된장국 우사태장조림 느타리버섯초무침 다시마튀각 배추김치	밥/브로컬리당근죽 북어계란국 돈육부추볶음 매콤호박볶음 오복지무침 배추김치	밥/옥수수죽 청국장찌개 가오리찜 표고파리고추볶음 콩나물김가루무침 배추김치
<b>간식</b>	검정콩두유	딸기요거트	달밤라떼	석류주스	달콤한베지밀	홍삼즙	스위트애플키위
<b>정성이 가득한 점심</b>	기장밥/계란죽 소갈비탕 녹두빈대떡 어묵감자채볶음 오징어야채초무침 배추김치	흑미밥/표고버섯죽 김치순두부찌개 돈사태계란장조림 해물볶음우동 오이소박이 배추김치	고구마영양밥/전복죽 시래기된장국 조기구이 햄느타리볶음 삼색묵무침 배추김치	현미밥/새우살죽 매생이떡국 오삼불고기 팽이버섯전 상추쌈&풋고추 배추김치	차조밥/낙지야채죽 단호박스프 안심카츠&참깨소스 참치두부조림 요거트과일샐러드 배추김치	현미밥/영양닭죽 소고기샤브샤브국 삼치무조림 고기완자전 유채된장무침 배추김치	차조밥/호박야채죽 황태미역국 닭살소금구이 메밀비빔막국수 가지나물 배추김치
<b>간식</b>	미니붕어빵&식혜	사과	케익&과일주스	감귤	휘낭시에&주스	포도요거트	곡물강정&요구르트
<b>건강을 생각 하는 저녁</b>	밥/녹두닭죽 콩가루배추국 코다리간장조림 건새우호박볶음 자반액젓무침 배추김치	밥/양송이버섯죽 새우젓콩나물국 닭볶음탕 야채춘권&초간장 해초무침 배추김치	밥/단호박죽 들깨수제비 두부적스테이크 크래미그린빈스볶음 콜라비무생채 배추김치	밥/게살죽 유부미소국 간장파닭 매콤알감자조림 비트양배추피클 깍두기	밥/소고기야채죽 콩비지찌개 갈치고구마순조림 새우살무나물 취나물무침 배추김치	밥/참치야채죽 숙갓조개탕 오징어깻잎볶음 가마보꼬조림 치커리오이무침 배추김치	밥/들깨죽 아욱된장국 숯불맛소고기볶음 순두부팽이조림 알마늘고추지무침 배추김치
<b>원산지 표시</b>	밥,잡곡(백미,현미,흑미,찰쌀녹두: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,동태알:미국,곤이:미국,쭈꾸미:베트남,적어:포르투갈,순대:돈창(국산) 코다리:러시아,가자미:수입산,갈치:모로코,조기:국산,임연수:미국,메밀전병:돈육(국산),연양식불고기:돈육(국산) 바지락:국산,바지락살:중국,새우살:베트남,꿔바로우:돈육(국산),너비아니:돈육(국산),새우까스:중국,동태전:명태(러시아),미트볼:돈육,닭(국산)						

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