

주간식단표(2023. 11.27~ 2023. 12.03)

	11월 27일	11월 28일	11월 29일	11월 30일	12월 01일	12월 02일	12월 03일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/흑임자죽 시금치된장국 닭가슴살유자무침 불고기고기경단조림 파래김구이&양념장 배추김치	밥/옥수수죽 콩나물국 조기양념찜 크래미감자채볶음 청경채겉절이 배추김치	밥/녹두죽 순두부백탕 류산슬 어묵브로컬리볶음 자반액젓무침 배추김치	밥/계살죽 누룽지탕 토마토스크램블에그 총알새송이볶음 낙지젓야채무침 배추김치	밥/계란죽 근대된장국 닭살표고조림 멸치마늘쫄볶음 돌산갓절임 배추김치	밥/참치야채죽 숙갓어묵국 소고기숙주볶음 단호박고구마조림 얼갈이나물무침 배추김치	밥/브로컬리당근죽 홍합배추국 공치무조림 우민찌가지볶음 궁채절임 배추김치
	근대무침	오이소박이	총각김치	동치미	연두부&양념장	김부각	쥐어채볶음
간식	달콤한베지밀	비피더스	딸기요거트	홍삼즙	곡물두유	배안에도라지	스위트플럼
정성이 가득한 점심	서리태밥/소고기야채죽 버섯만두전골 삼치무조림 지삼선 취나물볶음 배추김치	현미밥/표고버섯죽 소고기미역국 해물찜닭 옛날소세지전 툫야채무침 배추김치	흑미밥/양송이버섯죽 동태찌개 소고기당면불고기 옥수수연유전 봄동겉절이 배추김치	차조밥/전복죽 잔치국수 치킨까스 매콤감자조림 감굴치커리샐러드 배추김치	기장밥/낙지야채죽 백합조개탕 돈육김치찜 깨두부구이 부추오이무침 깍두기	현미밥/녹두닭죽 나주곰탕 코다리시래기조림 건새우호박볶음 오징어야채초무침 배추김치	보리밥/새우살죽 냉이된장찌개 고들빼기제육볶음 오미산적구이 모듬숙쌈&쌈장 배추김치
	사과도라지무침	참치야채볶음	고사리볶음	우거지된장지짐	더덕무침	나박김치	마늘고추장아찌
간식	구운계란&식혜	바나나	우유머핀&주스	사과	왕만쥬&유자차	포도요거트	연양갱
건강을 생각 하는 저녁	밥/땅콩죽 북어계란국 돈육된장불고기 멸치두부조림 명이나물절임 배추김치	밥/들깨죽 건새우무채국 모듬장조림 호박양배추볶음 들기름열무무침 배추김치	밥/흑임자죽 콩가루배추국 임연수구이 바베큐미트볼조림 느타리버섯초무침 배추김치	밥/소고기야채죽 들깨미역국 오징어파리고추볶음 올방개묵무침 쪽파무생채 배추김치	밥/호박야채죽 청국장찌개 아귀콩나물찜 우채연근조림 깻순무침 배추김치	밥/단호박죽 황태콩비지찌개 깻잎고기전 우영볶음 물미역&초고추장 배추김치	밥/계란죽 들깨수제비국 닭살카레볶음 새송이고추장조림 과일겉절이 배추김치
	상추겉절이	방풍나물절임	견과류조림	노란호박전	간장무채장아찌	포항초무침	무나물볶음
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,백합조개:수입산,아귀:중국산 코다리: 러시아,가자미:수입산,조기:국산,삼치: 국산,동태:러시아,임연수:미국산,쭈꾸미:베트남,깻잎고기전:돈육(국산) 바지락: 국산,바지락살:중국,새우살:베트남,동그랑땡:돈육,닭(국산),손만두:돈육(국산),미트볼:돈육,닭(국산),치킨까스:닭(국산)						

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