

주간식단표(2024. 01.08~ 2024. 01.14)

| | 1월 08일 | 1월 09일 | 1월 10일 | 1월 11일 | 1월 12일 | 1월 13일 | 1월 14일 |
|-----------------------|--|--|--|--|---|---|--|
| | 월요일 | 화요일 | 수요일 | 목요일 | 금요일 | 토요일 | 일요일 |
| 행복을 여는 아침 | 밥/들깨죽 봄동된장국 묵은지닭조림 멸치두부양념조림 궁채절임 배추김치 | 밥/옥수수죽 호박새우젓찌개 가오리양념찜 붕어묵브로컬리볶음 건파래볶음 배추김치 | 밥/흑임자죽 조갯살매생이국 소고기양상추볶음 과리고추멸치조림 돌산갓절임 배추김치 | 밥/땅콩죽 누룽지탕 돈채고사리볶음 감자조림 창란젓야채무침 배추김치 | 밥/녹두죽 소고기배추국 삼치조림 총알새송이볶음 모듬콩조림 배추김치 | 밥/율무죽 새우살계란국 담양식떡갈비 양배추참치볶음 근대무침 배추김치 | 밥/게살죽 아욱된장국 코다리시래기조림 팽이버섯햄볶음 숙갓치커리무침 배추김치 |
| 간식 | GT담백한두유 | 오트요거트 | 한라봉주스 | 고칼슘블랙두유 | 배즙 | 홍삼즙 | 망고코코푸딩 |
| 정성이 가득한 점심 | 병아리콩밥/단호박죽 건새우미역국 소고기낙지볶음 김말이강정 콜라비배무침 배추김치 | 흑미밥/소고기야채죽 곤이알탕 너비아니갓잎전 표고감자채볶음 진미채마늘쫄무침 배추김치 | 기장밥/새우살죽 냉이된장찌개 돼지갈비찜 모듬맛탕 쭈꾸미초회 배추김치 | 현미밥/표고버섯죽 가쓰오어묵국 닭다리조림 두부구이&달래장 콧샐러드 배추김치 | 차조밥/북어채죽 몽글순두부찌개 짜장면 탕수육&물만두 단무지무침 배추김치 | 흑미밥/낙지야채죽 김치찌개 적어양념조림 우영잡채 도토리묵야채무침 배추김치 | 기장밥/계란죽 토란탕 오삼불고기 세발나물전 물파래무생채 배추김치 |
| 간식 | 감귤 | 단호박편빵&매실차 | 케익&사과주스 | 약과&수정과 | 바나나 | 녹차카스테라&주스 | 베리베리바&요구르트 |
| 건강을 생각 하는 저녁 | 밥/양송이버섯죽 사골우거지국 동태무조림 베이컨그린빈스볶음 오이상추무침 배추김치 | 밥/계란죽 콩비지찌개 돈육된장구이 한식잡채 양배추찜&쌈장 배추김치 | 밥/전복야채죽 파개장 임연수조림 옛날소세지피망볶음 봄동겉절이 배추김치 | 밥/참치야채죽 오리탕 불고기완자조림 마파가지볶음 유자부추무침 배추김치 | 밥/닭야채죽 들깨미역국 오징어갓잎볶음 게맛살계란부침 열무김치지짐 배추김치 | 밥/흑임자죽 옥수수스프 두부카츠 고구마단호박조림 다시마채무침 배추김치 | 밥/연두부죽 맑은콩나물국 순살찜닭 매콤호박볶음 꽃맛샐러드 배추김치 |
| 원산지 표시 | 밥,잡곡(백미,현미,흑미,찹쌀녹두: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,쭈꾸미:베트남 코다리: 러시아,가자미:수입산,조기:국산,동태:러시아,임연수:미국산,삼치:국산,적어:포르투갈 바지락: 국산,바지락살:중국,새우살:베트남,너비아니:돈육(국산),동그랑땡:돈육,닭(국산),탕수육:돈육(국산),떡갈비:돈육(국산) | | | | | | |

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