주 간 식 단 표(2024. 01.22~ 2024. 01.28)

	1월 22일	1월 23일	1월 24일	1월 25일	1월 26일	1월 27일	1월 28일
	월요일	**화요일**	**수요일**	**목요일**	**금요일**	**토요일**	**일요일**
행복을 여는 아침	밥/흑임자죽 소고기무국 가자미양념찜 베이컨양배추볶음 마늘쫑고추장무침 배추김치	밥/옥수수죽 물만두국 꽈리고추닭살볶음 갓김치두부조림 자반액젓무침 배추김치	밥/녹두죽 콩가루배추국 우채호박볶음 참치무조림 오이소박이 배추김치	밥/들깨죽 누룽지탕 두부미트볼조림 도라지고사리볶음 오징어젓무채무침 배추김치	밥/율무죽 버섯전골 임연수조림 맛살감자채볶음 간장깻잎절임 배추김치	밥/참치야채죽 홍합매생이국 소고기그린빈스볶음 새싹연두부 멸치시래기지짐 배추김치	밥/양송이버섯죽 들깨근대된장국 돈채표고볶음 견과멸치볶음 콘파프리카샐러드 배추김치
	고구마순된장지짐	총각김치	열무쌈장무침	근대나물무침	우민찌불고기	동치미	물미역&초장
간식	홍삼즙	스트로베리라떼	검은콩두유	골드키위요거트	비피더스	유기농과일쥬스	달콤한베지밀
정성이 가득한 점심	강낭콩밥/새우살죽 건새우아욱국 고들빼기제육볶음 계란장조림 시금치카프레제 배추김치	차조밥/표고버섯죽 육개장 조기구이 들깨파스타샐러드 오징어봄동무침 배추김치	기장밥/닭야채죽 양송이스프 더블치즈롤까스 후랑크감자조림 양배추콜라비무침 배추김치	현미밥/계란죽 바지락미역국 소고기배추찜 두부가라아게 브로컬리참깨무침 열무김치	흑미밥/단호박죽 북어해장국 바베큐닭다리살조림 오징어김치전 모듬야채겉절이 배추김치	보리밥/낙지죽 냉이된장찌개 매콤돈사태찜 고구마튀김 새콤오이생채 배추김치	퀴노아밥/소고기죽 오징어무국 아귀살강정 부추계란찜 사과치커리무침 배추김치
	새송이버섯전	도토리묵&양념장	북어채무침	깻순볶음	건가지볶음	진미채무말랭이무침	방풍나물절임
간식	감귤	유과&대추차	꼬마김밥	호빵&주스	사과	구운도넛&우유	블루베리요거트
건강을 생각하는 저녁	밥/호박야채죽 유부우동장국 주먹떡갈비구이 버섯탕수 물파래배무침 배추김치	밥/연두부죽 콩나물국 오리부추구이 어묵우엉조림 무채유자초절임 배추김치	밥/땅콩죽 청국장 갈치단호박조림 수수부꾸미 취나물무침 배추김치	밥/게살죽 맑은순두부탕 해물굴소스볶음 메추리알카레조림 느타리버섯초무침 배추김치	밥/흑임자죽 유채된장국 바싹불고기 건새우호박나물 꼬시래기무침 배추김치	밥/녹두닭죽 사골곰탕 순살방어조림 잡채어묵콜리볶음 얼갈이겉절이 배추김치	밥/브로컬리당근죽 감자다시마국 꿀마늘닭조림 참치새송이조림 유부숙주냉채 배추김치
	소고기오이볶음	양배추찜&쌈장	중화풍가지찜	모듬콩조림	스크램블에그	들기름두부구이	가리비젓갈무침
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),고추가루(중국산),고춧가루:중국산,열무김치:열무,고추가루(국산)낙지:베트남,중국산,북어채:러시아 만두(돼지):국내산,참치캔(가다랑어):원양,멸치:국산,건새우:중국산,오징어채:중국산 코다리: 러시아,가자미:수입산,아귀:중국산,방어:국산,삼치:국산,갈치:모로코,임연수:미국산,아귀:중국산 바지락: 국산,바지락살:중국,새우살:베트남,주먹떡갈비:돈육(국산),우육(호주산),물만두:돈육(국산),롤까스:돈육(국산),미트볼:돈육(국산)						

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