

주간식단표(2024. 02.12~ 2024. 02.18)

	2월 12일	2월 13일	2월 14일	2월 15일	2월 16일	2월 17일	2월 18일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/땅콩죽 감자양파국 콩치김치찜 해물죽순볶음 건파래볶음 배추김치	밥/계살죽 어묵무국 우채파리고추볶음 후랑크컬리볶음 모듬콩조림 배추김치	밥/흑임자죽 누룽지탕 고기산적야채조림 감자양파조림 오징어젓야채무침 배추김치	밥/연두부죽 청국장 고추장닭불고기 맛살그린빈스볶음 고들빼기무침 배추김치	밥/표고버섯죽 김치지개 가자미양념찜 닭살겨자냉채 세발나물김가루무침 배추김치	밥/고구마죽 들깨버섯국 돈육된장구이 명란쭈키니볶음 양배추찜&쌈장 배추김치	밥/북어채죽 몽글순두부찌개 소고기양상추볶음 참치김치볶음 콩나물무침 돌산갓김치
	단호박샐러드	백년초묵&양념장	고구마순된장지짐	도라지무침	알타리김치	견과류조림	김부각
간식	고칼슘블랙두유	딸기요거트	두유미숫가루	스위트플럼	비피더스	골드키위푸레	ABC쥬스
정성이 가득한 점심	현미밥/참치야채죽 시골된장찌개 꼬꼬불고기구이 옥수수계란찜 건새우마늘쫄볶음 배추김치	흑미밥/소고기야채죽 육개장 코다리강정 새송이메추리알조림 양념깻잎지 배추김치	차조밥/단호박죽 유부미소국 치킨까스 베이컨크림스파게티 딸기그린샐러드 배추김치	강낭콩밥/전복죽 백합조개탕 돈육보쌈 부추잡채 알배추쌈&무말랭이 배추김치	산채비빔밥/새우살죽 홍합미역국 소고기버섯불고기 스크램블에그 오이스틱무침 배추김치	기장밥/양송이버섯죽 동태찌개 안동찜닭 물파래전 봄동유자무침 배추김치	현미밥/녹두닭죽 건새우아욱국 적어양념조림 포테이토두부스틱 건취나물볶음 배추김치
	돌산갓절임	호박오가리나물	방풍나물볶음	들기름두부구이	쥐어채볶음	연근조림	동치미
간식	쌀산자&수정과	바나나	몽쉘통통&주스	오렌지	치즈케익&우유	찰보리빵&주스	포도요거트
건강을 생각 하는 저녁	밥/녹두죽 들깨미역국 불맛소고기볶음 오징어야채전 무생채 배추김치	밥/계란죽 시래기된장국 돈사태찜 참치두부조림 팽이미역줄기볶음 배추김치	밥/낙지야채죽 소고기미역국 아귀찜 표고호박볶음 우영채땅콩조림 배추김치	밥/옥수수죽 북어해장국 카레라이스 새우탕수 물미역야채무침 배추김치	밥/브로컬리당근죽 가쓰오장국 오징어야채볶음 메밀전병 콩가루가지찜무침 배추김치	밥/소고기야채죽 크래미계란국 류산슬 짜장어묵볶음 치커리사과무침 배추김치	밥/흑임자죽 소고기배추국 섭산적새송이구이 매콤알감자조림 실곤약돈나물무침 배추김치
	토란대볶음	적양배추피클	오이소박이	느타리들깨무침	생깻잎지	팔춘권	꿀뚜기젓
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),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,동태:러시아,적어:포르투갈,백합:수입산,메밀전병:돈육(국산),섭산적:돈육,소고기(국산) 바지락:국산,바지락살:중국,새우살:베트남,꼬꼬불고기:닭(브라질),돈육(국산),고기산적:닭,돈육(국산),치킨까스:닭(국산),깐쇼새우:새우(베트남)						

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