

# 주간 식단표( 2024. 04.08~ 2024. 04.14)

	4월 08일	4월 09일	4월 10일	4월 11일	4월 12일	4월 13일	4월 14일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
<b>행복을 여는 아침</b>	밥/녹두죽 감자다시마국 소고기가지불고기 총알새송이볶음 아삭고추지 배추김치	밥/게살죽 어묵탕 우채메란조림 명란두부조림 숙주오이무침 배추김치	밥/흑임자죽 누룽지탕 순살코다리양념찜 소세지양배추볶음 오징어젓마늘쫄무침 배추김치	밥/땅콩죽 소고기배추국 불고기완자조림 느타리들깨볶음 취나물된장무침 배추김치	밥/브로컬리당근죽 아욱된장국 매콤돈사태찜 바지락호박볶음 건파래볶음 배추김치	밥/고구마죽 청국장찌개 고등어시래기지짐 소고기연근조림 깻순볶음 배추김치	밥/들깨죽 미나리조개탕 닭살표고조림 베이컨청경채볶음 돌산갓절임 배추김치
<b>간식</b>	미숫가루두유	배도라지즙	아몬드브리즈	딸기요거트	망고라떼	비피더스	한라봉쥬스
<b>정성이 가득한 점심</b>	병아리콩밥/참치죽 바지락냉이된장국 마늘보쌈&상추쌈 피망잡채 참나물무생채 보쌈김치	차조밥/부추닭죽 영양길경탕 삼치양념조림 가지튀김&칠리소스 된장깻잎 총각김치	흑미밥/낙지야채죽 황태콩비지찌개 소고기청경채볶음 새우미나리전 삼색묵무침 배추김치	현미밥/계란죽 오징어찌개 짜장면 유자탕수육 단무지무침 배추김치	기장밥/전복야채죽 가쓰오장국 닭다리간장조림 두부양념구이 비타민토마토무침 배추김치	보리밥/양송이버섯죽 들깨미역국 제육볶음 크래미계란찜 얼갈이열무겉절이 배추김치	흑미밥/단호박죽 소고기우거지국 조기구이 애호박새우젓조림 삼색겨자냉채 배추김치
<b>간식</b>	사과	미니머핀&주스	약과&수정과	오렌지	찐감자&매실차	바나나빵&주스	골드키위요거트
<b>건강을 생각 하는 저녁</b>	밥/소고기야채죽 멸치수제비국 동태전 순두부팽이조림 시금치무침 배추김치	밥/새우살죽 들깨버섯탕 쭈꾸미돈육볶음 어슷우영조림 쌈채소겉절이 배추김치	밥/표고버섯야채죽 유부미소국 닭고구마조림 양송이컬리플라워볶음 숙갓두부무침 배추김치	밥/옥수수죽 몽글순두부찌개 갈치고사리조림 노랑물만두찜 도라지오이무침 배추김치	밥/흑임자죽 콩나물국 불맛소고기볶음 참치무조림 야채숙쌈&쌈장 배추김치	밥/녹두닭죽 김치찌개 햄버그스테이크 맛살감자채볶음 브로컬리땅콩소스무침 배추김치	밥/계란죽 시골된장찌개 한방돈갈비찜 들깨토란대볶음 오이지무침 배추김치
<b>원산지 표시</b>	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,동태전:동태(러시아),갈치:모로코,조기:국산 코다리: 러시아,가자미:수입산,블락:미국,삼치:국산,동그랑땡:돈육,닭(국산),탕수육:돈육(국산),물만두:돈육(국산),햄버그:돈육,닭(국산)						
<b>알림</b>							

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