

# 주간식단표(2024. 08.19~ 2024. 08.25)

	8월 19일	8월 20일	8월 21일	8월 22일	8월 23일	8월 24일	8월 25일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/흑임자죽 오징어무국 꼬꼬불고기구이 매콤건새우볶음 취나물볶음 배추김치	밥/들깨죽 홍합미역국 소고기야채샐러드 크래미어묵볶음 된장깻잎지 배추김치	밥/녹두죽 누룽지탕 가오리양념찜 우민찌오이볶음 멸치시래기지짐 배추김치	밥/땅콩죽 재첩국 돈채고사리볶음 두부양념조림 들기름얼갈이나물 배추김치	밥/옥수수죽 청국장 코다리조림 명엽채마늘종볶음 돌산갓절임 배추김치	밥/연두부죽 북어해장국 데리야끼닭살조림 느타리호박볶음 콩나물김가루무침 배추김치	밥/고구마죽 몽글순두부찌개 베이컨스크램블에그 표고우영조림 오징어&쌈다시마 배추김치
	간마늘장아찌	숙갓나물	창란젓무침	김부각	참나물무침	알타리김치	샐러리장아찌
간식	곡물두유	딸기비피더스	골드키위푸레	복숭아요거트	달콤한베지밀	홍삼즙	포도에이드
정성이 가득한 점심	서리태밥/부추닭죽 짬뽕순두부찌개 더덕고추장불고기 생고구마야채튀김 청경채겉절이 배추김치	열무비빔밥/낙지죽 시금치된장국 훈제오리야채볶음 계란후라이 마늘종땅콩조림 배추김치	기장밥/새우살죽 온메밀국수/소바 통등심돈까스 단호박메란조림 브로컬리흑임자무침 배추김치	현미밥/계란죽 소고기해장국 해물찜닭 들깨모듬버섯볶음 도라지사과무침 배추김치	차조밥/전복야채죽 김치어묵국 고추장버터등갈비 해쉬브라운 부추오이스틱무침 배추김치	귀노아밥/단호박죽 아욱된장국 소고기알배추찜 새우살미나리전 오징어젓볶고추무침 배추김치	흑미밥/소고기야채죽 사골국 볼락양념조림 닭살유자청냉채 콩가루가지찜무침 배추김치
	양배추찜&씨앗쌈장	청포묵무침	중화풍가지볶음	베이컨감자채전	병아리콩조림	방풍나물볶음	열무물김치
간식	바나나팬케익&주스	토마토	약밥&수정과	수박	우유머핀&주스	그릭요거트	롤링튀밥&주스
건강을 생각 하는 저녁	밥/호박야채죽 계란탕 아귀콩나물찜 토란대볶음 새콤실곤약무침 배추김치	밥/북어채죽 감자다시마국 닭김치찜 단호박부꾸미 오이지무침 배추김치	밥/표고버섯죽 된장찌개 대패삼겹숙주볶음 양송이그린빈스볶음 명이나물절임 배추김치	밥/브로컬리당근죽 콩비지찌개 순살삼치후라이 햄파리고추볶음 무짬지채무침 배추김치	밥/흑임자죽 팽이미소국 단짬오징어볶음 시금치계란찜 생열무된장무침 배추김치	밥/계란죽 들깨미역국 돈갈비찜 카레감자채볶음 도토리묵야채무침 배추김치	밥/녹두닭죽 콩가루배추국 소고기고추잡채 두부강정 콩야채샐러드 배추김치
	연두부&양념장	자반무침	고추장멸치볶음	꼬막야채무침	매실양념무침	양념고추지	생깻잎지
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,바지락:중국,가오리:수입산,재첩:중국,삼치:국산, 코다리: 러시아,볼락:미국,꼬꼬불고기:닭(브라질),돈육(국산),아귀:중국,돈까스:돈육(국산)						
알림							

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