

주간식단표(2024. 10.28~ 2024. 11.03)

	10월 28일	10월 29일	10월 30일	10월 31일	11월 01일	11월 02일	11월 03일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/들깨죽 부추계란국 돈채고사리볶음 매콤불어묵볶음 우거지된장지짐 배추김치	밥/흑임자죽 소고기미역국 코다리조림 베이컨감자채볶음 느타리버섯초무침 배추김치	밥/옥수수죽 오징어무국 우채갯순볶음 두부양념조림 오이지무침 배추김치	밥/땅콩죽 북어해장국 돈안심메란조림 호박새우젓볶음 건파래볶음 배추김치	밥/소고기야채죽 유채된장국 순살삼치양념찜 모듬콩우엉조림 들기름가지나물 배추김치	밥/고구마죽 누룽지탕 고추장닭불고기 가마보꼬야채조림 낙지젓야채무침 배추김치	밥/양송이버섯죽 순두부들깨탕 돈육김치볶음 통곡물멸치볶음 근대무침 배추김치
	김구이	총각김치	시금치나물	사과참나물무침	돌산갯김치	브로콜리땅콩무침	오이소박이
간식	한끼흑임자	배리믹스요거트	유기농과일쥬스	비피더스	GT담백한두유	쁘띠첼복숭아	배즙
정성이 가득한 점심	강낭콩밥/새우살죽 해물순두부찌개 소고기미나리볶음 팽이버섯전 골뱅이야채초무침 배추김치	기장밥/계살죽 양송이스프 고구마돈까스 그린빈스연근볶음 견과과일사라다 배추김치	현미밥/표고버섯죽 시래기된장국 꽃도리탕 어묵잡채 도토리묵야채무침 배추김치	차조밥/단호박죽 소고기샤브샤브국 갈치무조림 데리야끼두부강정 동글오이초무침 배추김치	나물비빔밥/낙지죽 홍합미역국 불맛돈육볶음 계란후라이 치커리유자청무침 배추김치	흑미밥/전복야채죽 황태콩비지찌개 매콤돈갈비찜 모듬버섯볶음 멸치갯잎찜 배추김치	귀노아밥/계란죽 아귀지리탕 야채고기말이찜 해쉬브라운튀김 얼갈이열무겉절이 배추김치
	건가지볶음	곤드레나물볶음	애호박전	고구마순들깨볶음	참치야채볶음	콩나물무침	새우도라지볶음
간식	감자핫도그&쥬스	약과&수정과	오색어묵꼬치	카스테라&우유	단감	애플찐빵&쥬스	골드키위요거트
건강을 생각 하는 저녁	밥/녹두죽 가쓰오장국 묵은지닭찜 토란대볶음 청경채겉절이 배추김치	밥/계란죽 된장찌개 대패삼겹숙주볶음 새송이간장버터조림 상추쌈&쌈장 배추김치	밥/소고기야채죽 김치국 임연수구이 돈민찌마늘쫄볶음 미역무채무침 배추김치	밥/부추닭죽 사골우거지국 오징어파리고추볶음 감자조림 방풍나물볶음 배추김치	밥/연두부죽 청국장 훈제오리겨자무침 새우완자칠리조림 미나리나물 배추김치	밥/애호박당근죽 파개장 불락무조림 단호박전 숙갓두부무침 배추김치	밥/흑임자죽 콩가루배추국 소고기양상추볶음 메밀비빔국수 취나물무침 배추김치
	단호박묵&양념장	양념고추지	오징어실채무침	적양배추피클	무짬지채무침	바싹불고기조림	명란젓무침
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,바지락:중국,꽃게:파키스탄,대패삼겹:칠레, 코다리: 러시아,삼치:국산,가자미:수입,임연수:미국,갈치:모로코,불락:미국,아귀:중국,돈까스:돈육(국산),고기말이:돈육(국산)						
알림							

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