

주간식단표(2024. 11.11~ 2024. 11.17)

	11월 11일	11월 12일	11월 13일	11월 14일	11월 15일	11월 16일	11월 17일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/땅콩죽 청국장 우채파프리카볶음 맛살메란조림 건파래볶음 배추김치	밥/녹두죽 된장찌개 돈육들깨볶음 새송이고추장조림 숙갓나물 배추김치	밥/표고버섯죽 물만두국 동태무조림 가지굴소스볶음 돌산갓절임 배추김치	밥/계살죽 누룽지탕 소고기야채샐러드 감자채볶음 창란젓무침 배추김치	밥/연두부죽 어묵탕 섭산적조림 크랜베리멸치볶음 도라지유자청무침 배추김치	밥/양송이버섯죽 유부미소국 닭가슴살냉채 참치옥수수볶음 열무김치지짐 배추김치	밥/흑임자죽 감자고추장찌개 순살코다리찜 우민찌두부조림 마늘쫄앙념무침 배추김치
	토란대볶음	동치미	모듬콩조림	오이지무침	생깻잎지	다시마튀각	방풍나물무침
간식	달콤한베지밀	배도라지즙	그릭요거트	아몬드브리즈	마시는샐러드쥬스	닥터캡슐	홍삼즙
정성이 가득한 점심	서리태밥/새우살죽 홍합탕 깻잎닭갈비 메밀전병 취나물무침 배추김치	곤드레나물밥/전복죽 소고기미역국 레몬임연수구이 뿌리채소조림 참나물오징어무침 배추김치	현미밥/낙지야채죽 유채된장국 삼겹살고사리볶음 건새우호박채전 상추쌈&참치쌈장 배추김치	보리밥/닭야채죽 잔치국수 치킨까스&콘소스 들깨버섯볶음 봄동된장무침 배추김치	흑미밥/계란죽 꽃게해물탕 돈육김치찜 모듬소세지볶음 부추오이스틱무침 총각김치	차조밥/홍합야채죽 육개장 적어양념조림 단호박튀김 과일겉절이 배추김치	기장밥/계란죽 북어채무국 쭈돈불고기 게맛살계란전 꼬시래기야채무침 배추김치
	적양배추피클	호박오가리나물	마늘고추장아찌	더덕무침	감자전	가지나물	양배추숙쌈
간식	햇배	사과빵&우유	케익&과일쥬스	단감	찐고구마&식혜	녹차카스테라&쥬스	포도요거트
건강을 생각 하는 저녁	밥/단호박죽 사골국 가자미호박조림 양송이그린빈스볶음 꼬막야채무침 배추김치	밥/소고기야채죽 김치순두부찌개 떡갈비불야채조림 오색잡채 단배추나물 배추김치	밥/북어채죽 맑은콩나물국 카레닭살볶음 우엉어묵조림 꽃맛살샐러드 배추김치	밥/옥수수죽 오리탕 숙주오징어볶음 시금치계란찜 치커리생채 배추김치	밥/애호박야채죽 시래기된장국 아귀불고기 표고탕수 마늘쫄땅콩조림 배추김치	밥/들깨죽 바지락미역국 소고기알배추볶음 새우젓호박볶음 올방개묵무침 배추김치	밥/브로컬리당근죽 김치수제비국 닭볶음탕 건새우파리고추볶음 콩나물김가루무침 배추김치
	곱게다진깍두기	낙지젓무침	미나리초무침	무나물볶음	팽이미역줄기볶음	무말랭이진미채무침	오이소박이
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,꼬막:국산,적어:포르투갈,섭산적:돈육,국산(국산) 코다리: 러시아,동태:러시아,가자미:수입,임연수:미국,아귀:국산,메밀전병:돈육(국산),떡갈비불:돈육,우육(국산),치킨까스:닭(국산)						
알림							

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