

주간식단표

기간 : 2022.11.7-11.13

	11/7 (월)	11/8 (화)	11/9 (수)	11/10 (목)	11/11 (금)	11/12 (토)	11/13 (일)
아침	수수죽/잡곡밥 들깨미역국 코다리양념구이 열무나물 오이지무침 배추김치	누룽지죽/잡곡밥 감자국 메추리알조림 숙갓나물 수삼배유자청무침 배추김치	옥수수죽/잡곡밥 크림스프 미트볼케찹조림 비타민나물 파래자반 배추김치	들깨죽/잡곡밥 호박젓국찌개 다진소고기볶음 쪽파김가루무침 김 배추김치	참치죽/잡곡밥 소고기무국 계란찜 고사리나물 깻잎지 배추김치	수삼대추죽/잡곡밥 홍합무국 우민씨두부조림 도라지나물 다시마튀각 배추김치	치아씨죽/잡곡밥 크림스프 베이컨스크램블에그 모듬콩조림 무짬지무침 배추김치
간식	요플레	고단백음료	요플레	고단백음료	두유	요플레	고단백음료
점심	녹두죽/잡곡밥 가쓰오장국 함박스테이크/소스 샐러드파스타 무피클 배추김치	모듬콩죽/잡곡밥 나주곰탕 가자미구이 콩나물무침 오징어젓갈무무침 배추김치/깍두기	팔죽/잡곡밥 순두부맑은국 닭불고기 시금치나물 목이버섯무침 배추김치	동충하초죽/잡곡밥 추어탕 녹두전 브로콜리샐러드 양파장아찌 배추김치	팔죽/잡곡밥 소고기미역국 잡채/등갈비찜 오이양파무침 차돌박이샐러드 배추김치	계란죽/잡곡밥 맑은부대찌개 임연수어구이 연근조림 얼갈이배추나물 배추김치	단호박죽/잡곡밥 미소된장국 돼지고기카레볶음 가지나물 양배추샐러드 배추김치
간식	감귤	바나나	메론	연시	바나나	황도통조림	배
저녁	흑임자죽/잡곡밥 청국장찌개 전복채소볶음 청경채나물 김 배추김치	전복내장죽/잡곡밥 북어국 쭈꾸미볶음 숙주나물 토마토샐러드 배추김치	소고기죽/잡곡밥 아욱된장국 콩치통조림조림 우영채볶음 돌나물사과무침 배추김치	날치알죽/잡곡밥 만두국 삼치조림 연두부/양념간장 참나물무침 배추김치	귀리죽/잡곡밥 콩비지찌개 가오리찜 잔멸치호두조림 봄동나물 배추김치	고구마죽/잡곡밥 계란파국 닭짜장볶음 청포묵무침 비타민사과무침 배추김치	브로콜리죽/잡곡밥 대구맑은국 파채바삭불고기 감자채볶음 근대나물 배추김치
원산지	쌀 국내산	자숙전복/소고기 국내산	미트볼(돈육) 국산	소고기/삼치 국내산	소고기/돼지고기 국내산	소고기/닭 국내산	베이컨(돈육) 국산
	코다리 러시아산	오징어젓갈(오징어) 국내산	순두부(대두) 국내산	미꾸라지 국내산	참치캔(가다랑어) 원양산	홍합살 국내산	두부(대두) 국내산
	유부(대두) 외국산	북어채 러시아산	닭/소고기 국내산	굴림만두(돈육) 국산	콩비지(대두) 국내산	두부(대두) 국내산	돼지고기 국내산
	함박스테이크(돈육) 국산	두부(대두) 국내산	콩치통조림(콩치) 대만산	감자(소면)배추고추(채) 국산	백김치(배추) 국내산	소시지(돈육/계육) 국산	바삭불고기(돈육) 국산
	우육 호주산	쭈꾸미 베트남산	떡(쌀) 외국산	연두부(대두) 국내산			
	두부(대두) 국내산	배추김치(배추/고추) 국산	백부김치(배추/무) 국내산	깍두기(무/고추분) 국산			

식단은 식자재 수급상황에 따라 변동될 수 있습니다.