

남가좌뷰티플 식단표 (2023년 4월)

요 일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
일 자	2023-04-01					
중 식						잡곡밥/감자브로컬리죽
						물만두국
						두부너비아니조림
						고구마간장조림
						근대나물
						배추김치
간식						단호박찜&보리차
석 식						잡곡밥/밤죽
						육개장
						닭살단호박조림
						브로콜리된장무침
						불어묵볶음
						배추김치
일 자	2023-04-03	2023-04-04	2023-04-05	2023-04-06	2023-04-07	2023-04-08
중 식	잡곡밥/누룽지죽	잡곡밥/쇠고기미역죽	잡곡밥/누룽지죽	잡곡밥/해물죽	잡곡밥/두부황태죽	잡곡밥/쇠고기미역죽
	배추국	어묵국	홍합미역국	맑은무채국	해물순두부국	시래기된장국
	함박스테이크야채조림	대구조림	소불고기	훈제오리야채볶음	돈불고기	닭살토마토소스조림
	천사채샐러드	청포묵&양념장	한식잡채	느타리볶음	마카로니샐러드	맛살숙주무침
	미역줄기볶음	표고버섯볶음	꽃맛살샐러드	근대무침	참나물무침	두부숙갓무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
간식	황도통조림	머핀&옥수수차	토마토	배	찐감자&보리차	연양갱
석 식	잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/닭고기맛죽	잡곡밥/표고버섯죽	잡곡밥/7곡식죽	잡곡밥/시금치새우죽	잡곡밥/닭고기맛죽
	홍합미역국	순두부찌개	북어국	감자된장국	부대찌개	어묵국
	닭살데리야끼조림	돈육채피망볶음	통그랑뎡조림	떡갈비조림	짜장소스	돈육야채볶음
	맛김	그린빈스볶음	곤약무조림	계란찜	단무지채무침	감자간장조림
	돌나물&초장	도라지볶음	오징어젓갈무침	마늘쫀진새우볶음	열무된장무침	아삭이고추무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
일 자	2023-04-10	2023-04-11	2023-04-12	2023-04-13	2023-04-14	2023-04-15
중 식	잡곡밥/검은깨죽	잡곡밥/누룽지죽	잡곡밥/누룽지죽	잡곡밥/두부황태죽	잡곡밥/쇠고기미역죽	잡곡밥/감자브로컬리죽
	유부장국	아욱된장국	냉이된장국	콩나물국	숙된장국	해물순두부국
	돈불고기	마파두부	뼈없는닭갈비	떡갈비조림	고등어조림	오삼불고기
	무생채	고사리볶음	유채나물	표고버섯볶음	치커리생채	감자양파볶음
	상추겉절이&양념장	청경채나물	맛살브로콜리볶음	열갈이나물	무나물볶음	우엉조림
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
간식	후렌치토스트	딸기	찐계란&옥수수차	단호박샐러드무스	핫케이크&옥수수차	사과
석 식	잡곡밥/표고버섯죽	잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/시금치새우죽	잡곡밥/닭고기맛죽	잡곡밥/밤죽
	미역미소국	콩비지찌개	육개장	감자고추장찌개	청국장국	호박된장국
	통그랑뎡조림	닭안심데리야끼조림	제육볶음	두부데리야끼조림	돈채표고볶음	닭살카레
	연두부&양념장	콩나물무침	가지볶음	건새우호박볶음	비엔나소시지볶음	메추리알장조림
	무른강낭콩조림	취나물	고구마순볶음	참나물	양배추나물	근대나물
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
일 자	2023-04-17	2023-04-18	2023-04-19	2023-04-20	2023-04-21	2023-04-22
중 식	잡곡밥/감자브로컬리죽	잡곡밥/검은깨죽	잡곡밥/누룽지죽	잡곡밥/해물죽	잡곡밥/두부황태죽	잡곡밥/쇠고기미역죽
	유부된장국	물만두국	콩비지찌개	육개장	근대된장국	토속된장국
	대구조림	소불고기	훈제오리단호박찜	돈육채피망볶음	떡갈비조림	돈채청경채볶음
	맛김	무나물볶음	오복채무침	가지볶음	어묵야채볶음	실파귀가루무침
	갯감지	열갈이나물	비름나물	그린샐러드&흑임자소스	양배추&쌈장	오이무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
간식	꿀호떡&옥수수차	바나나	호빵&보리차	옥수수스프	오븐에구운도넛&보리차	키위
석 식	잡곡밥/밤죽	잡곡밥/표고버섯죽	잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/7곡식죽	잡곡밥/시금치새우죽	잡곡밥/닭고기맛죽
	참치김치국	맑은순두부국	홍합미역국	된장찌개	시래기된장국	미소미역국
	제육볶음	돈살브로컬리볶음	미트볼야채조림	오징어야채볶음	돈육야채볶음	뼈없는닭갈비
	양파장아찌	냉이된장무침	두부숙갓무침	매콤불어묵볶음	짜장소스	감자간장조림
	야채계란찜	느타리버섯볶음	숙주나물	유채나물	단호박조림	콩나물무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
일 자	2023-04-24	2023-04-25	2023-04-26	2023-04-27	2023-04-28	2023-04-29
중 식	잡곡밥/검은깨죽	잡곡밥/검은깨죽	잡곡밥/누룽지죽	잡곡밥/해물죽	잡곡밥/두부황태죽	잡곡밥/검은깨죽
	청국장국	해물순두부국	근대된장국	유부미소국	건새우토국	유부된장국
	순살닭갈비	제육볶음	두부너비아니조림	오삼불고기	통그랑뎡조림	오징어양배추두루치기
	베이컨계란찜	근대나물	건새우무나물볶음	단무지채무침	곤약무조림	도토리묵&양념장
	마늘쫀절치볶음	메추리알장조림	꽃맛살샐러드	느타리볶음	치커리나물	콩나물무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
간식	딸기	밤만주	크림스프	찐감자&보리차	바나나	삶은달걀&보리차
석 식	잡곡밥/표고버섯죽	잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/7곡식죽	잡곡밥/시금치새우죽	잡곡밥/7곡식죽
	배추국	아욱된장국	홍합미역국	감자된장국	부대찌개	아욱된장국
	고등어조림	닭살카레	떡갈비조림	마파두부	돈불고기	돈육김치찜
	오이지야채무침	양상추&요거트드레싱	미역줄기볶음	열무나물	양파장아찌	계란찜
	무생채	무른강낭콩조림	고구마순볶음	오징어젓갈무침	고사리볶음	오이볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

원산지표 소고기-호주산,돼지고기/불고기,채,민짜-아일랜드산/갈비-미국산,닭/가슴살,도리육-브라질산,정육-국내산,오리-국내산,갈치-모코로산,곰치캔-외국산,가자미-미국

참치캔-원양산,꾸꾸미/낙지-베트남,고등어/삼치-국내산,꽃게/미꾸라지/조기-중국산,동태-미국산,코다리-러시아산,오징어-칠레산,두부-외국산,콩 날콩가루-중국산

배추김치-배추:국내산,고춧가루:중국산,쌀/누룽지-국내산,아귀-중국산

※ 상기 식단은 식자재 수급사정에 따라 변동이 있을 수 있습니다.