

10월 중식 식단표

	월	화	수	목	금	토
날짜				1	2	3
중식				돈육속주볶음	닭볶음탕	생선조림
				깎풍기	오색모듬전	콩나물
				파리어묵볶음	김자반볶음	상추
				양념깻잎지	오이매실짬아찌	고사리나물
				배추김치	배추김치	김치
				순두부찌개	아욱된장국	추어탕
목화간식				야채죽	흑미편빵	고구마
날짜	5	6	7	8	9	10
중식	무나물	돈까스	제육볶음	짜장덮밥	호박나물	뽕락구이
	고추	비엔나어묵볶음	버섯곤약조림	햄전	콩나물	두부조림
	콩나물	양배추케요샐러드	다시마채무침	숙주미나리나물무침	김치	계절나물
	오이무침	멸치고추장볶음	무생채	단무지	김	명엽채볶음
	김치	배추김치	배추김치	열무얼갈이김치		배추김치
	복어국	육개장	홍합살미역국	부대찌개	추어탕	황태해장국
목화간식	우유콘프라이트	핫도그+케첩	편고구마	버섯죽	빵 우유	떠먹는요구르트
날짜	12	13	14	15	16	17
중식	간장닭볶음	갈치구이	돈육브로콜리볶음	오리훈제신김치조림		제육볶음
	미트볼	건설우무조림	치킨너겟	두부+양념장	비	팽이게살볶음
	모듬캠핑소시지	어묵볶음	파리고추멸치조림	새송이햄볶음	빔	계절나물
	깻순매실청무침	계절나물	미역오이초무침	미역줄기나물	밥	미니도시락김
	배추김치	배추김치	배추김치	열무얼갈이김치		배추김치
	소고기미역국	감자된장국	복어해장국	닭곰탕		시래기된장국
목화간식	모닝빵+요구르트	야채죽	과배기	단호박죽	찐감자	바나나
날짜	19	20	21	22	23	24
중식	돈육족찜	치킨	소불백	닭카레		가자미구이
	김말이튀김	파리고추매추리알장조림	동그랑땡강정	너비아니	돼지고기	두부스테이크
	청포묵부추무침	멕시코샐러드	양배추초무침	도토리묵+양념장	(외국인:참치)	가지볶음
	멸치볶음	오이무침	양념깻잎지	상추겉절이	참치	진미채볶음
	열무얼갈이김치	배추김치	배추김치	배추김치	찌개	배추김치
	콩나물김치국	꽃게알탕	바지락살미역국	소고기무국		순두부찌개
목화간식	꿀호떡+두유	김가루주먹밥	연두부	팔죽	떠먹는요구르트	방울토마토
날짜	26	27	28	29	30	31
중식	닭볶음탕	자반고등어구이	제육볶음	돈육신김치볶음		순대볶음
	게맛살강정	모듬소시지볶음	식빵	두부+양념장	빠	계란장조림
	계절나물	부추애그볶음	어묵볶음	옛날소세지전	다	미역줄기볶음
	오징어젓갈	명엽채볶음	견과류실치볶음	계절나물	귀	열무된장무침
	배추김치	배추김치	배추김치	열무얼갈이김치	감자탕	배추김치
	바지락탕	애호박찌개	콩나물국	건설우미역국		김치어묵탕
목화간식	야채죽	단호박편빵	순두부죽	핫도그+케첩	굴	두유

* 식단표는 식자재 수급 사정에 의해 변경 될 수 있습니다.