

12월 식단표

담당자	KS푸드
김민화	

	요일	월	화	수	목	금	토
	날짜	1	2	3	4	5	6
첫째주	중식	둘째브로콜리죽	단호박죽	새우살죽순죽	녹두죽	흑임자죽	바지락콩나물죽
		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
		김치콩나물국	된장국	차돌순두부찌개	홍합탕	된장국	나가사끼짬뽕
		생선까스&콘소스	바베큐폭잡스테이크	조기구이	둘째백달갈비	생야채비빔밥	후르츠탕수육
		어묵볶음	쌈아연근조림	감자채행볶음	숙갓두부볶음	스크램블에그	모듬버섯볶음
		그린야채유자샐러드	숙주나물	물미역초무침	양념갯잎짬	약고추장	콩자반
		제철나물	제철나물	제철나물	제철나물	김가루	제철나물
둘째주	중식	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
		찐계란/이오	잔치국수	찰순대찜	한입찐빵튀김	과일	카스타드/음료
		8	9	10	11	12	13
		모듬해물죽	단호박죽	홍합살채소죽	녹두죽	소고기죽	주꾸미야채죽
		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
		전주식콩나물국밥	소고기미역국	청양크림미트볼	된장국	꽃게탕	콩가루배추국
		오리훈제야채무침	고등어구이	추어탕	닭볶음탕	돈육김치볶음	돈버섯덮밥
셋째주	중식	참치무조림	소시지야채볶음	아몬드멸치볶음	야채게란찜	온두부	꿀단호박찜
		양념고추지무침	콩나물무침	김구이	숙주나물	팽이미역줄기볶음	무생채
		제철나물	제철나물	제철나물	제철나물	제철나물	제철나물
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
		천마차/만쥬	찐고구마	떡만두국	김말이튀김	과일	도넛/음료
		15	16	17	18	19	20
		영양닭죽	단호박죽	크래미죽	녹두죽	표고죽	흑임자죽
넷째주	중식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
		된장국	바지락조개탕	굴미역국	된장국	어묵탕	파송송계란국
		콩불고기	수제두부커들렛&소스	소불고기	코다리조림	훈어야채무침	치킨시금치카레
		도토리묵&양념장	불어묵고추장조림	한식잡채	새우살무나물	양념계란장	해물동그랑땡
		토란대나물	오복지	숙주나물	푸실리콘샐러드	콩나물무침	단무지무침
		제철나물	제철나물	제철나물	제철나물	제철나물	제철나물
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
다섯째주	중식	요플레/쌀과자	과일	식혜	둘째수제비	한도그	호떡/음료
		22	23	24	25	26	27
		홍합살채소죽	단호박죽	낙지죽	녹두죽	소고기죽	모듬해물죽
		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
		매생이떡국	청국장찌개	치킨너겟&머스타드	된장국	건새우미역국	감자수제비
		파인한박스스테이크	안동찜닭	대구지리	오징어야채볶음	고등어무조림	족발야채무침
		연두부&양념장	맛살버섯볶음	고사리볶음	감자고로케&소스	산적데리야끼	청포묵김가루무침
다섯째주	중식	숙주나물	해초야채무침	흑임자연근샐러드	돌김자반	콩나물무침	강낭콩조림
		제철나물	제철나물	제철나물	숙주나물	제철나물	제철나물
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
		찐계란/이오	타코야끼	찐고구마	프렌치토스트	과일	천마차/만쥬
		29	30	31			
		표고죽	단호박죽	영양닭죽			
		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥			
다섯째주	중식	된장국	해물순두부백탕	수제고구마튀김			
		돈육간장불고기	묵은지등뼈찜	육개장			
		우렁살초무침	동그랑땡전	두부양념조림			
		호두멸치볶음	콩나물무침	나비지			
		제철나물	제철나물	제철나물			
		배추김치	배추김치	배추김치			
		카스타드/음료	김치어묵국수	찰밥			

* 식단은 식자재 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

*원산지:쌀(밥,죽,누룽지-국내산(떡국:수입산), 김치-배추:중국산(고추가루:중국산), 콩(두부,순두부)-중국산,닭-국내산(닭정육:브라질산),

오리-국내산(훈제오리:수입산), 소고기-호주산, 돼지고기-국내산(돈육전지,돈목뼈-미국산), 오징어-페루산, 주꾸미-베트남산,

꽃게,조기,아귀,미꾸라지,장어-중국산, 고등어,삼치,전복-국내산, 가자미,대구,대구목살,코다리,동태-러시아산