

♥ 주간 식단표 ♥

담당자	대표
임세진	가시문

구분	08월 07일(월)	08월 08일(화)	08월 09일(수)	08월 10일(목)	08월 11일(금)	08월 12일(토)	08월 13일(일)
아침	잡곡밥 순두부찌개	잡곡밥 유부된장국	잡곡밥 콩나물국	잡곡밥 두부새우젓국	잡곡밥 토란국	잡곡밥 돈육김치찌개	잡곡밥 누룽지탕
	단호박조림	메추리알장조림	참치야채볶음	돈육장조림	해물야채볶음	연두부*양념장	감자장조림
	연근조림	감자채볶음	명엽채볶음	가지양파볶음	고사리볶음	햄야채볶음	토하젓무침
	브로콜리무침	꼬시래기무침	구이김	도라지나물	양배추된장나물	미역초무침	숙주나물.
점심	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	옥수수죽	단호박죽	게살죽	야채죽	브로콜리죽	닭기름살죽	흑임자죽
	626kcal/25g	629kcal/26g	625kcal/25g	626kcal/24g	626kcal/25g	625kcal/26g	625kcal/25g
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	*말복* 잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
점심	팽이버섯무국	쇠고기미역국	나가사끼짬뽕국	닭곰탕	청국장찌개	순두부계란국	들깨무채국
	키레소스	동태무조림	제육김치볶음	닭곰탕	고기산적야채조림	대구무조림	안동찜닭
	어묵야채볶음	청포묵무침	토란대볶음	도토리묵무침	임지송이볶음	고구마대볶음	우영채조림
	단무지무침	애호박볶음	오이생채	양파장아찌	브로콜리무침.	콩나물무침.	쌈배추나물.
저녁	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	야채죽	낙지죽	옥수수죽	브로콜리죽	흑임자죽	녹두죽	단호박죽
	635kcal/29g	630kcal/29g	630kcal/27g	630kcal/26g	632kcal/27g	631kcal/27g	629kcal/26g
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
저녁	오징어무국	북어계란국	어묵무국	콩비지찌개	바지락미역국	부대찌개	우렁된장국
	비엔나야채볶음	닭볶음탕	민찌두부조림	가자미구이	제육볶음	계란장조림	탕수육*소스
	사모사튀김	건새우마늘종볶음	오색모듬전	불어묵야채볶음	애호박볶음.	느타리버섯볶음	미역줄기볶음
	콩나물무침	쌈배추나물	숙주나물	바지락무나물	깻잎장아찌	자반무침	무생채
저녁	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	브로콜리죽	녹두죽	닭가슴살죽	계란죽	순두부죽	게살죽	야채죽
저녁	629kcal/28g	630kcal/29g	630kcal/26g	632kcal/25g	630kcal/26g	630kcal/25g	631kcal/26g

쌀-국내산, 돼지고기-국내산, 오리-국내산, 김치-중국산, 소고기-호주산, 닭고기-국내산(정육:브리질산), 고등어-국내산, 낙지-인도네시아산, (미꾸라지, 꽃게,조기)-중국산, 돈등뼈-국내산, 탕수육,돈까스-돼지고기&닭고기:국내산, (고기산적,헬,동그랑땡,미트볼,치킨가스,비엔나)-닭고기&돼지고기:국내산, 떡갈비-돼지고기(국내산,외국산), 간풍기-닭고기(국내산), 오징어까스-오징어(수입산), 두부(콩)-수입산, 동태,코다리-러시아산, 오징어-페루산&칠레산, (불동,쌈배추,겉절이배추)-국내산, (오징어젓갈,토하젓,꿀꾸기젓)-중국산, 갈치속젓-갈치(국내산), 고춧가루-중국산, 쌀가루-국내산(단팔죽&단호박죽사 ** 위 메뉴는 식재료의 수급 상태 및 영양실 사정에 따라 달라질 수 있습니다. (영양사: 임세진) **