



주간식단표



일시: 2019.4.22 ~ 2019.4.28

*원산지: 쌀(국내산) 김치(국내산) 쇠고기(국내산,호주산) 돼지고기(국내산) 닭고기(국내산) 천일염(국내산)

	월요일(4/22)	화요일(4/23)	수요일(4/24)	목요일(4/25)	금요일(4/26)	토요일(4/27)	일요일(4/28)
아침	잡곡밥/김치	잡곡밥/김치	잡곡밥/흰죽,김치	잡곡밥/김치	잡곡밥/흰죽,김치	잡곡밥/김치	잡곡밥/흰죽,김치
	전복죽	소고기야채죽	북어국	마죽	콩나물김치국	옥수수죽	소고기무국
	얼갈이국	미역미소국	닭살야채볶음	배추된장국	계란볶음	얼갈이된장국	꽁치무조림
	오징어젓	장조림	어묵볶음	온두부/양념장	호박새우젓볶음	김부각	어묵마늘쫑볶음
	백나박김치	동치미	짜사이무침	나박김치	시금치무침	동치미	유채나물무침
원산지	오징어-원양산	소고기-호주산	북어채-러시아산,닭-국내산				소고기-호주산
점심	잡곡밥/야채죽,김치	잡곡밥/애호박죽,김치	잡곡밥/옥수수죽,김치	잡곡밥/시금치죽,김치	잡곡밥/야채죽,김치	잡곡밥/멸치죽,김치	잡곡밥/야채죽,김치
	계란파국	닭장각탕	된장찌개	부대찌개	쑥갓우동	열무된장국	미역국
	열무비빔밥	코다리조림	삼겹살마늘볶음	닭볶음탕	타코야끼	돈사태찜	생선까스/소스
	계란후라이/양념장	감자조림	상추쌈/쌈장	두부조림	단무지,락교	알감자조림	치커리유자무침
	시즈닝웨지	숙주나물	부추양파무침	시금치무침		콩나물무침	마파두부
원산지	소고기-호주	닭-국내산,코다리-러시아산	삼겹살-독일산	닭-국내산		돈육-국내산	소고기-호주산
간식	대추차/초코우유	우유/과일푸딩	두유/씨리얼,우유	대추차/케익,과일	요플레/롤케익,요구르트	생강차/오렌지	두유/바나나
저녁	잡곡밥/흰죽,김치	잡곡밥/흰죽,김치	잡곡밥/흰죽,김치	잡곡밥/흰죽,김치	잡곡밥/흰죽,김치	잡곡밥/흰죽,김치	잡곡밥/흰죽,김치
	소고기무국	콩나물국	무들깨국	청국장찌개	콩비지찌개	부추다슬기국	순두부찌개
	소고기 가지볶음	떡갈비조림	탕수육/소스	임연수조림	김치전	닭봉조림	치킨강정
	순대야채볶음	순대볶음	해초면무침	비빔만두	가지나물	느타리야채볶음	꽃맛살샐러드
	무생채	청경채나물	콩나물무침	마늘쫑무침	오이지무침	미역줄기볶음	오이무침
원산지	소고기-호주					닭-국내산	닭-국내산

*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

* 한국인 1일 영양권장량에 의해 열량 1,800kcal, 단백질 60g 이상 지급



