



주간식단표



일시: 2019.5.20 ~ 2019.5.26

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

	월요일(5/20)	화요일(5/21)	수요일(5/22)	목요일(5/23)	금요일(5/24)	토요일(5/25)	일요일(5/26)
아침 	잡곡밥/김치 흑임자죽 팽이미소국 오징어젓 백나박김치	잡곡밥/김치 전복죽 배추된장국 장조림 동치미	잡곡밥/흰죽, 김치 들깨미역국 공치무조림 어묵볶음 짜사이무침	잡곡밥/김치 타락죽 근대된장국 온두부/양념장 나박김치	잡곡밥/흰죽, 김치 어묵국 닭살야채볶음 섭산적조림 가지나물	잡곡밥/김치 콩죽 미역미소국 김부각 동치미	잡곡밥/흰죽, 김치 열갈이국 계란찜 고춧잎나물 베이키드빈스
원산지	오징어-원양산	소고기-호주산		소고기-호주산		닭-국내산	
점심 	잡곡밥/야채죽, 김치 수제비국 섭산적조림 해초면무침 숙주나물무침	잡곡밥/애호박죽, 김치 유채국 불고기 상추쌈 청포묵무침	잡곡밥/옥수수죽, 김치 백짬뽕국 짜장면 탕수육/소스 단무지	잡곡밥/시금치죽, 김치 미소미역국 열무비빔밥 계란후라이 김말이튀김	잡곡밥/야채죽, 김치 된장찌개 콩나물밥/부추장 미트볼조림 깻잎나물	잡곡밥/멸치죽, 김치 감자탕 어묵볶음 닭가슴살냉채 시금치무침	잡곡밥/야채죽, 김치 시래기된장국 제육볶음 상추쌈 콩나물무침
원산지							
간식	대추차/호박죽	우유/약과	두유/오렌지	대추차/케익, 과일	요플레/옥수수찜	냉감차/카스타드, 요구르트	두유/바나나
저녁 	잡곡밥/흰죽, 김치 시금치된장국 닭볶음탕 느타리버섯볶음 치커리겉절이	잡곡밥/흰죽, 김치 아욱국 부추전 참치김치볶음 온두부	잡곡밥/흰죽, 김치 콩비지찌개 떡갈비조림 마파두부 열갈이된장무침	잡곡밥/흰죽, 김치 콩나물국 고추잡채 꽃빵 오이무침	잡곡밥/흰죽, 김치 근대국 돈사태찜 도토리묵무침 청경채겉절이	잡곡밥/흰죽, 김치 우렁살된장찌개 생선까스/소스 양상추샐러드 어묵볶음	잡곡밥/흰죽, 김치 미역국 소시지야채볶음 연근조림 애호박볶음
원산지							

*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

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



