



# 주간식단표



일시: 2019.6.10 ~ 2019.6.16

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

	월요일(6/10)	화요일(6/11)	수요일(6/12)	목요일(6/13)	금요일(6/14)	토요일(6/15)	일요일(6/16)
<b>아침</b> 	잡곡밥/김치 전복죽 배추국 오징어젓 백나박김치	잡곡밥/김치 흑임자죽 얼갈이된장국 장조림 동치미	잡곡밥/흰죽, 김치 유부된장국 닭살무화과조림 꽃맛샐러드 근대나물무침	잡곡밥/김치 표고야채죽 아욱된장국 온두부/양념장 나박김치	잡곡밥/흰죽, 김치 된장찌개 그린빈스햄볶음 청포묵무침 유채나물무침	잡곡밥/김치 삼계죽 근대국 김부각 동치미	잡곡밥/흰죽, 김치 배추된장국 콩치무조림 죽순들깨나물 어묵볶음
원산지	오징어-원양산	소고기-호주산	닭가슴살-국내산	소고기-호주산		닭-국내산	
<b>점심</b> 	잡곡밥/야채죽, 김치 근대국 열무비빔밥 계란후라이 야채튀김	잡곡밥/애호박죽, 김치 미역국 궁중잡채 갈비찜 청경채된장무침	잡곡밥/옥수수죽, 김치 부대찌개 오코노미야끼 가든샐러드 고소아게/오리엔탈소스	잡곡밥/시금치죽, 김치 우거지콩나물국 안동찜닭 시금치무침 계란찜	잡곡밥/야채죽, 김치 소고기무국 돈육두루치기 상추쌈 우영채조림	잡곡밥/멸치죽, 김치 동태찌개 닭봉조림 해파리무침 콩나물무침	잡곡밥/야채죽, 김치 수제비국 치킨텐더/머스타드 새송이볶음 숙주나물무침
원산지	소고기-호주산	소고기-호주산		닭-국내산	소고기-호주, 돈육-국내산	동태-러시아산, 닭-국내산	닭-국내산
<b>간식</b>	대추차/롤케익	우유/수박	두유/카스타드, 요구르트	대추차/씨리얼, 우유	요플레/호박집	생강차/바나나	두유/요플레
<b>저녁</b> 	잡곡밥/흰죽, 김치 어묵국 해물동그랑땡 알감자조림 마늘찜된장무침	잡곡밥/흰죽, 김치 아욱국 코다리조림 상추겉절이 메밀전병	잡곡밥/흰죽, 김치 유채된장국 돈사태무조림 감자조림 도라지나물	잡곡밥/흰죽, 김치 복어국 소채가지볶음 마파두부 호박새우젓볶음	잡곡밥/흰죽, 김치 스프 생선가스/소스 크림소스스파게티 베이트드빈스	잡곡밥/흰죽, 김치 들깨미역국 야채고기말이 느타리야채볶음 시금치고추장무침	잡곡밥/흰죽, 김치 돈육김치찌개 자반구이 참치야채볶음 온두부/양념장
원산지		코다리-러시아산	돈육-국내산	복어-러시아산, 소고기-호주산			돈육-국내산

\*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

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







