



주간식단표

결 재	담당	팀장	사무국장	센터장



일시: 2017.10.23 ~ 2017.10.29

*원산지: 쌀(국내산) 김치(배추:국내산,고추가루: 국내산,중국산) 천일염(국내산)

	월요일(10/23)	화요일(10/24)	수요일(10/25)	목요일(10/26)	금요일(10/27)	토요일(10/28)	일요일(10/29)
아침 	잡곡밥/흰죽,김치 근대국 계란찜 맛김 숙주나물	잡곡밥/흰죽,김치 호박고추장찌개 코다리조림 어묵채피망볶음 유채나물	잡곡밥/흰죽,김치 소고기탕국 참치야채볶음 꽃맛살샐러드 도토리묵무침	잡곡밥/흰죽,김치 다시마어묵국 계란볶음 김자반 오징어젓무침	잡곡밥/흰죽,김치 우거지국 닭살야채볶음 어묵볶음 오복지무침	잡곡밥/흰죽,김치 복어국 소채표고볶음 깻잎나물 죽순들깨무침	잡곡밥/흰죽,김치 콩나물김치국 햄야채볶음 두부조림 새우젓무침
원산지		코다리-러시아산	국거리-한우			복어-러시아산, 소고기- 호주산	
점심 	오곡밥/야채죽,김치 물만두국 콩나물밥 메밀전병 오이무침	잡곡밥/애호박죽,김치 알탕 치킨텐더 어묵볶음 청경채나물	잡곡밥/옥수수죽,김치 된장찌개 보쌈 무생채,무쌈 야채스틱	흑미밥/시금치죽,김치 미소된장국 아보카도새우볶음밥 해물콩나물찜 시금치겉절이	닭-국내산 잔치국수 열무김치 단무지 단호박샐러드	찰조밥/멸치죽, 김치 돈육김치찌개 계란찜 탕수육,소스 오이부추무침	잡곡밥/야채죽,김치 근대국 주꾸미볶음 함박스테이크조림 시금치무침
원산지	소고기-호주산,돈육-국 내산	대구알-러시아산	돈육-국내산			돈육-국내산	주꾸미-베트남산
간식	매실차/요플레	두유/카스텔라,요구르트	매실차/홍시	두유/초코우유	매실차/글	요플레 /고구마	두유/바나나
저녁 	잡곡밥/흰죽,김치 무채국 깻잎전 골뱅이무침 숙주나물	잡곡밥/흰죽,김치 청국장찌개 마파두부 콩나물무침 연근조림	잡곡밥/흰죽,김치 순두부찌개 부추전 비빔만두 해초무침	잡곡밥/흰죽,김치 콩나물국 제육볶음 상추쌈/쌈장 올방개묵,양념장	잡곡밥/흰죽,김치 수제비국 섭산적조림 애호박나물 취나물무침	잡곡밥/흰죽,김치 배추된장국 돈사태찜 새송이볶음 비타민겉절이	잡곡밥/흰죽,김치 버섯전골 닭볶음탕 무숙채 숙갓나물
원산지	돈육-국내산	돈육-국내산	돈육-국내산	돈육-국내산	돈육,계육-국내산	돈육-국내산	닭-국내산

*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

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



