



주간식단표

결	담당	팀장	사무국장	센터장
재				



일시: 2017.11.20 ~ 2017.11.26

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

	월요일(11/20)	화요일(11/21)	수요일(11/22)	목요일(11/23)	금요일(11/24)	토요일(11/25)	일요일(11/26)
아침 	잡곡밥/흰죽,김치 배추국 햄벅스테이크조림 미니새송이조림 근대나물무침	잡곡밥/흰죽,김치 아욱국 햄야채볶음 청포묵무침 시금치나물	잡곡밥/흰죽,김치 버섯전골 메란곤약장조림 도라지나물 깻묵양념장	잡곡밥/흰죽,김치 어묵국 소고기장조림 오이생채 맛김	잡곡밥/흰죽,김치 시금치국 코다리조림 숙갓두부무침 오복지무침	잡곡밥/흰죽,김치 콩나물국 콩치무조림 물미역무침 연두부/양념장	잡곡밥/흰죽,김치 시래기국 제육불고기 무생채 마늘쫀무침
원산지	돈육-국내산		메추리알-국내산, 돈육-국내산	소고기-호주	코다리-러시아산	콩치-원양산	돈육-국내산
점심 	오곡밥/야채죽,김치 된장찌개 돈갈비찜 오이무침 숙주나물	잡곡밥/애호박죽,김치 미소미역국 카레라이스 단무지 조각케익	잡곡밥/옥수수죽,김치 근대국 보쌈 무생채 배추쌈/쌈장	흑미밥/시금치죽,김치 알탕 계란찜 연어샐러드 호박새우젓볶음	찰밥/야채죽,김치 설렁탕 김치전 얼갈이 겉절이 도토리묵무침	찰조밥/멸치죽, 김치 물만두국 생선커틀릿/소스 감자조림 잔멸치조림	잡곡밥/야채죽,김치 순두부국 닭봉간장조림 미역줄기볶음 시금치고추장조림
원산지	돈갈비-국내산	돈육-국내산	돈육-국내산	대구알-원양산, 연어-질레사	사골-한우		닭-국내산
간식	오미자차/고구마찜	두유/글	매실차/오뜨,요구르트	두유/딸기우유	유자차/카스타드,요구르트	요플레 /호박죽	두유/바나나
저녁 	잡곡밥/흰죽,김치 소고기무국 이면수구이 연두부/양념장 콩나물무침	잡곡밥/흰죽,김치 감자국 닭볶음탕 유채나물 시래기지짐	잡곡밥/흰죽,김치 열무장국 궁중잡채 두부조림 숙갓겉절이	잡곡밥/흰죽,김치 된장찌개 자반고등어구이 감자버터볶음 얼갈이된장무침	잡곡밥/흰죽,김치 미역국 참치야채볶음 비빔만두 죽순들깨무침	잡곡밥/흰죽,김치 두부김치국 너비아니구이 콩나물맛살무침 어묵볶음	잡곡밥/흰죽,김치 호박된장국 탕수육/소스 깻잎나물 콘샐러드
원산지	소고기-국내산	닭-국내산	소고기-호주	고등어-국내		돈육-국내산	돈육-국내산

*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

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



