



# 주간식단표

결 재	담당	팀장	사무국장	센터장



일시: 2017.11.27 ~ 2017.12.3

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

	월요일(11/27)	화요일(11/28)	수요일(11/29)	목요일(11/30)	금요일(12/1)	토요일(12/2)	일요일(12/3)
<b>아침</b> 	잡곡밥/흰죽,김치 유채된장국 사태조림 도토리묵무침 청경채나물	잡곡밥/흰죽,김치 돈육김치찌개 닭살야채볶음 건파래볶음 미역줄기볶음	잡곡밥/흰죽,김치 어묵국 미트볼조림 마늘쫀된장무침 청포묵무침	잡곡밥/흰죽,김치 시금치국 장조림 어묵볶음 연두부/양념장	잡곡밥/흰죽,김치 콩나물국 계란찜 장뚝뚝이 오징어젓무침	잡곡밥/흰죽,김치 얼갈이된장국 우채표고볶음 공치무조림 오복지무침	잡곡밥/흰죽,김치 우렁된장찌개 해물전조림 꽃맛샐러드 해초무침
원산지	돈육-국내산	돈육-국내산, 닭-국내산	돈육-국내산	돈육-국내산	소고기-호주산	소고기-호주산	
<b>점심</b> 	오곡밥/야채죽,김치 들깨미역국 나시고랭 단무지 춘권	잡곡밥/애호박죽,김치 육개장 제육볶음 느타리버섯볶음 치커리유자무침	잡곡밥/옥수수죽,김치 계란파국 콩나물밥/양념장 치킨텐더 볶은김치/온두부	흑미밥/시금치죽,김치 근대국 공치무조림 잡채 물미역무침	찰밥/야채죽,김치 미소미역국 카레라이스 단무지 메밀전병	찰조밥/멸치죽, 김치 된장찌개 우사태찜 치커리겉절이 마파두부	잡곡밥/야채죽,김치 미역국 닭봉조림 호박나물 가지민씨나물
원산지		소고기-호주산, 돈육-국내산	소고기-호주산, 닭-국내산	콩채-원양산, 소고기-호주산	돈육-국내산	소고기-호주산	닭-국내산
<b>간식</b>	오미자차/홍시	두유/카스텔라,요구르트	매실차/찐빵	두유/굴	유자차/머핀,요구르트	요플레 /바나나	두유/요플레
<b>저녁</b> 	잡곡밥/흰죽,김치 순두부백탕 코다리무조림 탕수육 명엽채볶음	잡곡밥/흰죽,김치 버섯매운탕 훈제오리볶음 콩나물무침 무쌈	잡곡밥/흰죽,김치 굴국 돈까스/소스 가든샐러드/키위드레싱 단호박샐러드	잡곡밥/흰죽,김치 유부된장국 불고기 시금치무침 김부각	잡곡밥/흰죽,김치 들깨무국 닭볶음탕 가지나물 실치볶음	잡곡밥/흰죽,김치 홍합살무국 호박채전 오징어야채볶음 시금치나물	잡곡밥/흰죽,김치 호박젓국 갈치무조림 두부조림 유채나물무침
원산지	코다리-러시아산, 돈육-국내산	훈제오리-국내산	돈육-국내산	소고기-호주산	닭-국내산	오징어-원양산	갈치-파키스탄

\*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

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







