



주간식단표

결 재	담당	팀장	사무국장	센터장



일시: 2017.1.16 ~ 2017.1.22

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

	월요일(1/16)	화요일(1/17)	수요일(1/18)	목요일(1/19)	금요일(1/20)	토요일(1/21)	일요일(1/22)
아침 	잡곡밥/흰죽, 김치 미역국 오리훈제볶음 오징어젓 콩나물무침	잡곡밥/흰죽, 김치 어묵국 갈치조림 김자반 명엽채볶음	잡곡밥/흰죽, 김치 두부호박젓국 소고기장뚝뚝이 어묵볶음 느타리아채볶음	잡곡밥/흰죽, 김치 버섯찌개 스팸구이 연두부/양념장 청경채나물	잡곡밥/흰죽, 김치 북어국 메란장조림 햄야채볶음 참나물무침	잡곡밥/흰죽, 김치 호박새우젓국 닭가슴살장조림 새송이야채볶음 미역줄기볶음	잡곡밥/흰죽, 김치 유부된장국 코다리무조림 맛김 가지나물
원산지							
점심 	오곡밥/야채죽, 김치 김치수제비국 돈채피망우스터볶음 꽃빵 유채나물	잡곡밥/애호박죽, 김치 육개장 콩치조림 순대볶음 시금치무침	잡곡밥/옥수수죽, 김치 짬봉국 짜장면 단무지 메밀전병	흑미밥/시금치죽, 김치 굴국 돈갈비찜 청포묵무침 치커리겉절이	찰밥/야채죽, 김치 순두부국 꽃게무침 탕수육/소스 고사리나물	찰조밥/멸치죽, 김치 근대국 이면수구이 도토리묵무침 봄동나물	잡곡밥/야채죽, 김치 돈육김치찌개 불고기 어묵마늘쫀볶음 무숙채
원산지							
간식	대추차/굴	두유/황도캔	생강차/호박죽	두유/바나나	생강차/도너츠, 요구르트	요플레 / 검은콩우유	두유/홍시
저녁 	잡곡밥/흰죽, 김치 다시마무국 제육볶음 두부조림 브로콜리/초장	잡곡밥/흰죽, 김치 청국장 가지민씨볶음 미트볼조림 근대나물	잡곡밥/흰죽, 김치 얼갈이국 김치참치볶음 온두부 계란찜	잡곡밥/흰죽, 김치 감자국 닭볶음탕 숙주나물무침 멸치볶음	잡곡밥/흰죽, 김치 우거지국 해물콩나물찜 크림소스파스타 도라지무침	잡곡밥/흰죽, 김치 콩나물국 마파두부 해파리무침 알감자조림	잡곡밥/흰죽, 김치 아욱국 닭간장조림 단호박샐러드 오이무침
원산지							

*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

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



