



주간식단표

| | | | | |
|--------|----|----|------|-----|
| 결 재 | 담당 | 팀장 | 사무국장 | 센터장 |
| | | | | |



일시: 2018.2.12 ~ 2018.2.18

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

| | 월요일(2/12) | 화요일(2/13) | 수요일(2/14) | 목요일(2/15) | 금요일(2/16) | 토요일(2/17) | 일요일(2/18) |
|---------------|--|--|--|--|--|--|--|
| 아침 | 김치 매생이죽 배추된장국 오징어젓갈 동치미 | 잡곡밥/흰죽,김치 다슬기부추국 해물전조림 김구이 고사리나물 | 김치 녹두죽 근대국 나박김치 연두부/양념간장 | 잡곡밥/흰죽,김치 단배추국 오리훈제볶음 새송이볶음 유채나물 | 김치 떡만두국 불고기 고사리나물 숙주나물무침 | 잡곡밥/흰죽,김치 사골우거지국 닭봉조림 어묵볶음 미역줄기볶음 | 잡곡밥/흰죽,김치 북어국 공치무조림 도토리묵무침 근대나물 |
| 원산지 | 오징어-원양산 | | | 오리-국내산 | 국거리-한우,불고기-호주산 | 닭-국내산 | 북어-러시아산 |
| 점심 | 오곡밥/야채죽,김치 닭장각탕 알감자조림 계란찜 오이달래무침 | 잡곡밥/애호박죽,김치 비지찌개 생선까스/소스 꽃맛살무침 짜사이무침 | 잡곡밥/옥수수죽,김치 들깨미역국 코다리조림 민짜가지볶음 물이역무침 | 흑미밥/시금치죽,김치 아욱국 조기찜 깻잎전 오이도라지무침 | 찰밥/야채죽,김치 소고기무국 갈비찜 잡채 도라지무침 | 찰조밥/멸치죽, 김치 육개장 제육볶음 해파리무침 사과치커리무침 | 잡곡밥/야채죽,김치 굴메생이국 탕수육/소스 알감자조림 봄동나물 |
| 원산지 | 닭-국내산 | 돈육-국내산 | 코다리-러시아산,소고기-호주산 | 조기-기니산 | 국거리-한우,갈비-뉴질랜드산, 잡채-호주산 | 국거리-한우, 돈육-국내산 | |
| 간식 | 우유/배 | 유자차/푸딩 | 우유/초콜릿 | 매실차/사과 | 두유/약식,수정과 | 요플레 /배 | 두유/굴 |
| 저녁 | 잡곡밥/흰죽,김치 부대찌개 너비아니구이 연근조림 콩나물무침 | 잡곡밥/흰죽,김치 된장찌개 미트볼조림 순대볶음 미나리숙주무침 | 잡곡밥/흰죽,김치 유부국 제육고추장볶음 상추쌈/쌈장 오이무침 | 잡곡밥/흰죽,김치 꽃게탕 계란찜 밀전병 방풍나물 | 잡곡밥/흰죽,김치 소고기미역국 섭산적조림 생선전 시금치무침 | 잡곡밥/흰죽,김치 순두부국 함박스테이크조림 해물청경채볶음 오이무침 | 잡곡밥/흰죽,김치 아욱국 닭볶음탕 두부조림 청경채겉절이 |
| 원산지 | | | 돈육-국내산 | 꽃게-중국산 | 국거리-한우 | | 닭-국내산 |

*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

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



