



주간식단표

결	담당	팀장	사무국장	센터장
재				



일시: 2018.2.26 ~ 2018.3.4

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

	월요일(2/26)	화요일(2/27)	수요일(2/28)	목요일(3/1)	금요일(3/2)	토요일(3/3)	일요일(3/4)
아침 	김치/잡곡밥 참치야채죽 얼갈이국 오징어젓무침 동치미	잡곡밥/흰죽,김치 근대국 고추잡채 꽃빵 숙주나물무침	김치/잡곡밥 소고기타락죽 알배추국 오복지무침 나박김치	잡곡밥/흰죽,김치 어묵국 떡갈비조림 파래돌자반 유채나물	김치/잡곡밥 녹두죽 근대국 닭가슴살장조림 동치미	잡곡밥/흰죽,김치 들깨무국 코다리조림 연근조림 얼갈이겉절이	잡곡밥/흰죽,김치 호박된장국 훈제오리볶음 가지나물 짜사이무침
원산지		돈육-국내산	소민찌-호주산		닭-국내산	코다리-러시아산	오리-국내산
점심 	오곡밥/야채죽,김치 순두부국 콩나물밥/달래장 계란찜 물미역무침	잡곡밥/애호박죽,김치 꽃게탕 닭봉조림 단호박샐러드 시금치무침	잡곡밥/옥수수죽,김치 국수장국 단무지 샌드위치	흑미밥/시금치죽,김치 매생이국 탕수육/소스 궁중잡채 콩나물무침	야채죽,김치 오곡밥 시금치나물,숙주나물 취나물,건가지나물,다래 순 미역국	찰조밥/멸치죽, 김치 건새우아욱국 불고기 명이나물 두부조림	잡곡밥/야채죽,김치 수제비국 감자조림 밀전병만두 숙주나물
원산지	소민찌-호주산	꽃게-중국산, 닭-국내산		민찌-호주산	소고기-한우	소고기-호주산	
간식	우유/글	유자차/카스텔라,요구르트	우유/딸기우유	매실차/배	두유,부럼/동지팔죽	요플레 /바나나	두유/글
저녁 	잡곡밥/흰죽,김치 어묵국 소고기가지볶음 느타리아채볶음 마늘쫀무침	잡곡밥/흰죽,김치 콩나물국 섭산적조림 순대찜 오이무침	잡곡밥/흰죽,김치 돈육김치찌개 도토리묵무침 이면수국이 무생채	잡곡밥/흰죽,김치 북어콩나물국 제육볶음 꽃맛살볶음 오이달래무침	잡곡밥/흰죽,김치 얼갈이된장국 닭볶음탕 햄야채볶음 참나물겉절이	잡곡밥/흰죽,김치 시금치된장국 가자미구이 돌나물,초장 맛김	잡곡밥/흰죽,김치 들깨미역국 사태무조림 청포묵무침 콩나물무침
원산지	소고기-호주산		돈육-국내산	북어채-러시아산	닭-국내산		소고기-호주산

*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

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



