



주간식단표



일시: 2018.4.23 ~ 2018.4.29

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

	월요일(4/23)	화요일(4/24)	수요일(4/25)	목요일(4/26)	금요일(4/27)	토요일(4/28)	일요일(4/29)
아침 	김치/잡곡밥 소고기야채죽 얼갈이된장국 오징어젓 백나박김치	잡곡밥/흰죽,김치 흑임자죽 두부미소국 연두부&양념장 동치미	김치/잡곡밥 아욱된장국 계란찜 참치야채볶음 김구이	잡곡밥/흰죽,김치 소고기미역죽 근대된장국 짜사이무침 나박김치	김치/잡곡밥 열무된장국 콩치무조림 햄야채볶음 오복지무침	잡곡밥/흰죽,김치 버섯굴죽 콩나물국 닭살장조림 동치미	잡곡밥/흰죽,김치 소고기무국 닭살야채볶음 메밀묵김치무침 오이부추무침
원산지	소고기-호주산			소고기-호주산	콩치-원양산	닭-국내산	닭-국내산
점심 	잡곡밥/야채죽,김치 시금치국 돈갈비찜 새송이볶음 돌나물&초장	잡곡밥/애호박죽,김치 콩비지찌개 달래계란찜 코다리조림 고춧잎무침	잡곡밥/옥수수죽,김치 어묵국 꽃게무침 두릅무침 콩나물무침	잡곡밥/시금치죽,김치 들깨미역국 제육볶음 우렁강된장/머위잎 알감자조림	잡곡밥/야채죽,김치 국수장국 단무지 고추잡채 꽃빵	잡곡밥/멸치죽, 김치 사골만두국 소채피망볶음 어묵볶음 시금치무침	잡곡밥/야채죽,김치 미역국 고등어조림 민짜가지볶음 얼갈이무침
원산지	돈갈비-국내산	코다리-러시아산	꽃게-중국산	돈육-국내산	속고기-호주산	소고기-호주산	고등어-국내산
간식	우유/호박죽	유자차/물만두	우유/토마토	매실차/과일푸딩	두유/샌드위치	요플레 /바나나	두유/오렌지
저녁 	잡곡밥/흰죽,김치 콩나물김치국 너비아니구이 멸치꽃고추조림 숙주나물무침	잡곡밥/흰죽,김치 북어국 닭볶음탕 도토리묵무침 시금치무침	잡곡밥/흰죽,김치 시래기된장국 오리주물럭 돈채숙주볶음 깨순나물	잡곡밥/흰죽,김치 돈육김치찌개 탕수육 우엉조림 근대나물	잡곡밥/흰죽,김치 순두부찌개 부추전 감자조림 오이무침	잡곡밥/흰죽,김치 냉이된장찌개 돈사태김치찜 해물스크럼블에그 치커리무침	잡곡밥/흰죽,김치 김치국 버섯탕수 두부조림 근대나물
원산지		북어채-러시아산,닭-국내산	오리-국내산, 돈채-국내산	돈육-국내산	돈육-국내산	돈육-국내산	

*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

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



