



주간식단표

결 재	담당	팀장	사무국장	센터장



일시: 2018.4.9 ~ 2018.4.15

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

	월요일(4/9)	화요일(4/10)	수요일(4/11)	목요일(4/12)	금요일(4/13)	토요일(4/14)	일요일(4/15)
아침 	김치/잡곡밥 흑임자죽 배추국 오징어젓무침 백나박김치	잡곡밥/흰죽, 김치 시금치국 계란찜 참치야채볶음 도라지오이무침	김치/잡곡밥 녹두죽 미소팽이된장국 오복지무침 동치미	잡곡밥/흰죽, 김치 아욱국 콩치무조림 시금치무침 오이지무침	김치/잡곡밥 소고기야채죽 유채된장국 연두부&양념장 나박김치	잡곡밥/흰죽, 김치 순두부찌개 섭산적조림 새우젓호박볶음 김구이	잡곡밥/흰죽, 김치 조갯살미역국 장독뚝이 닭봉조림 해초무침
원산지							
점심 	잡곡밥/야채죽, 김치 닭장각탕 코다리조림 감자조림 숙주나물	잡곡밥/애호박죽, 김치 부대찌개 닭볶음탕 방풍나물 명엽채볶음	잡곡밥/옥수수죽, 김치 미역국 꽃비빔밥 단무지 고로케튀김	잡곡밥/시금치죽, 김치 육개장 마파두부 치킨가라아게 호박나물	잡곡밥/야채죽, 김치 된장찌개 삼겹살마늘볶음 상추쌈/쌈장 두릅나물	잡곡밥/멸치죽, 김치 근대국 비빔만두 방어조림 부추양파무침	잡곡밥/야채죽, 김치 열무된장국 돈사태찜 감자조림 짜사이무침
원산지							
간식	우유/카스텔라, 요구르트	유자차/딸기우유	우유/과일푸딩	매실차/씨리얼&우유	두유/바나나	요플레 /호박죽	두유/오렌지
저녁 	잡곡밥/흰죽, 김치 소고기무국 우채가지볶음 순대야채볶음 무생채	잡곡밥/흰죽, 김치 콩나물국 제육볶음 부추양파무침 모듬쌈	잡곡밥/흰죽, 김치 수제비국 떡갈비조림 새송이야채볶음 숙주나물	잡곡밥/흰죽, 김치 무들깨국 돈사태조림 청경채나물 어묵마늘쫄볶음	잡곡밥/흰죽, 김치 돈육김치찌개 탕수육&소스 알감자조림 실치볶음	잡곡밥/흰죽, 김치 굴국 닭살겨자채 고사리들깨나물 꽃맛살무침	잡곡밥/흰죽, 김치 어묵국 생선까스&소스 치커리유자무침 두부조림
원산지							

*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

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



