



주간식단표



일시: 2018.5.21 ~ 2018.5.27

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

	월요일(5/21)	화요일(5/22)	수요일(5/23)	목요일(5/24)	금요일(5/25)	토요일(5/26)	일요일(5/27)
아침 	김치/잡곡밥 소고기야채죽 근대국 오징어젓무침 백나박치	잡곡밥/흰죽,김치 흑임자죽 계란파국 도토리묵양념장 동치미	김치/잡곡밥 복어국 닭살굴소스볶음 도시락김 유채나물	잡곡밥/흰죽,김치 소고기타락죽 유채된장국 연두부&양념 나박김치	김치/잡곡밥 근대국 공치무조림 두부조림 알감자조림	잡곡밥/흰죽,김치 매생이죽 배추된장국 닭살장조림 동치미	잡곡밥/흰죽,김치 들깨무국 차돌박이양파볶음 김치볶음 온두부
원산지	소고기-호주산		닭-국내산	소고기-호주산		닭-국내산	소고기-호주산
점심 	잡곡밥/야채죽,김치 팽이미소국 짜장면 물만두튀김 단무지	잡곡밥/애호박죽,김치 고추장찌개 제육볶음 배추쌈/쌈장 어묵마늘쫀볶음	잡곡밥/옥수수죽,김치 버섯전골 오리훈제부추볶음 메밀전병 단호박샐러드	잡곡밥/시금치죽,김치 콩비지찌개 계란찜 주꾸미볶음 오이무침	잡곡밥/야채죽,김치 열무된장국 보쌈 무생채 무쌈/보쌈김치	잡곡밥/멸치죽, 김치 알탕 메밀묵무침 자반고등어조림 콩나물무침	잡곡밥/야채죽,김치 아욱국 돈갈비조림 미역줄기볶음 오이부추무침
원산지	돈육-국내산	돈육-국내산	소고기-호주산,오리-국내산	돈육-국내산, 주꾸미-베트남산	돈육-국내산	자반고등어-국내산	돈육-국내산
간식	우유/호박찜	유자차/황도	우유/과일,케익	매실차/물만두	두유/바나나	요플레 /토마토	두유/오렌지
저녁 	잡곡밥/흰죽,김치 콩나물국 사태김치찜 오이참나물무침 어묵볶음	잡곡밥/흰죽,김치 스프 햄벅스테이크 미트소스파스타 치커리유자청무침	잡곡밥/흰죽,김치 미역국 탕수육/소스 애호박나물 콘샐러드	잡곡밥/흰죽,김치 청국장찌개 소채표고볶음 콩나물겨자채 브로콜리새우살볶음	잡곡밥/흰죽,김치 꽃게탕 닭봉간장조림 시래기멸치지짐 숙주나물	잡곡밥/흰죽,김치 수제비국 버섯불고기 비타민겉절이 오이지무침	잡곡밥/흰죽,김치 닭곰탕 코다리조림 타코야끼 마늘쫀무침
원산지	돈육-국내산		소고기-호주산	소고기-호주산	꽃게-중국산	소고기-호주산	코다리-러시아산

*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

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



