



주간식단표

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



일시: 2018.6.18 ~ 2018.6.24

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

| | 월요일(6/18) | 화요일(6/19) | 수요일(6/20) | 목요일(6/21) | 금요일(6/22) | 토요일(6/23) | 일요일(6/24) |
|---------------|--|--|--|--|--|---|--|
| 아침 | 김치/잡곡밥 녹두죽 배추국 오징어젓 백나박김치 | 잡곡밥/흰죽,김치 흑임자죽 콩나물국 김자반 동치미 | 김치/잡곡밥 근대국 닭가슴살무화과조림 스팸야채볶음 열무나물무침 | 잡곡밥/흰죽,김치 소고기죽 들깨미역국 연두부&초간장 나박김치 | 김치/잡곡밥 순두부찌개 콩치무조림 죽순들깨나물 오이지무침 | 잡곡밥/흰죽,김치 굴매생이죽 유부국 도토리묵무침 동치미 | 잡곡밥/흰죽,김치 소고기미역국 소채표고볶음 숙갓두부무침 깻잎지무침 |
| 원산지 | | | | | | | |
| 점심 | 잡곡밥/야채죽,김치 미소미역국 짜장면 만두튀김 단무지 | 잡곡밥/애호박죽,김치 부대찌개 치킨가라아케 계란찜 숙주나물무침 | 잡곡밥/옥수수죽,김치 닭장각탕 코다리조림 가지나물 콩나물맛살겨자채 | 잡곡밥/시금치죽,김치 우거지콩나물국 돈육두루치기 명이나물 두부조림 | 잡곡밥/야채죽,김치 오이미역냉국 불고기 호박새우젓나물 파채무침 | 잡곡밥/멸치죽, 김치 수제비국 훈제오리부추볶음 무쌈/쌈장 콩나물무침 | 잡곡밥/야채죽,김치 알탕 닭볶음탕 새송이볶음 짜사이무침 |
| 원산지 | | | | | | | |
| 간식 | 우유/카스타드,요구르트 | 우유/황도 | 유자차/씨리얼,우유 | 매실차/오렌지 | 두유/바나나 | 요플레 /감자찜 | 두유/토마토 |
| 저녁 | 잡곡밥/흰죽,김치 소고기무국 야채고기말이 알감자조림 시금치무침 | 잡곡밥/흰죽,김치 아욱국 제육볶음 치커리무침 메밀전병 | 잡곡밥/흰죽,김치 어묵국 사태무조림 도라지나물 종상추겉절이 | 잡곡밥/흰죽,김치 스프 생선까스/소스 베이크드빈스 망고양상추샐러드 | 잡곡밥/흰죽,김치 유채된장국 닭봉당면조림 참치김치볶음 온두부 | 잡곡밥/흰죽,김치 돈육김치찌개 삼치조림 느타리아채볶음 시금치겉절이 | 잡곡밥/흰죽,김치 북어국 햄벅스테이크 어묵볶음 마늘쫀든장무침 |
| 원산지 | | | | | | | |

*상기식단은 시장 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

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



