



주간식단표

| 구분 | 행복을 여는 아침  | 평성이 가득한 점심  | 건강을 생각하는 저녁  | 식재료 원산지 |
|------|---|--|---|---|
| 6/28 | 백미밥/잡곡밥 콩나물국 계란야채찜 미트볼조림 강된장찌개 배추김치/물김치 | 백미밥/잡곡밥 고니알탕 코다리강정 열무얼갈이자작김치 뽕뽕이강된장찌개 배추김치/물김치 | 백미밥/잡곡밥 누룽지탕 쇠고기채버섯볶음 도라지오이생채 김구이/간장 배추김치/물김치 | 쇠고기 수입 (호주산) |
| 6/29 | 백미밥/잡곡밥 콩나물국 스크램블에그 양배추오이생채 가지나물볶음 배추김치/물김치 | 흑미밥/잡곡밥 수제비국 오리불고기 상추쌈/양념장 깐싹파김치 배추김치/물김치 | 백미밥/잡곡밥 들깨감자국 고구마줄기조갯살볶음 적어양념구이 두부조림 배추김치/물김치 | 돼지고기 국내산 |
| 6/30 | 백미밥/잡곡밥 감자양파국 완자어묵파리조림 연두부/양념장 오이나물볶음 배추김치/물김치 | 백미밥/잡곡밥 멸치국수 조미김 돈민찌무조림 배추김치/물김치 | 백미밥/잡곡밥 들깨미역국 카레 미니새송이볶음 부추젓국무침 배추김치/물김치 | 닭 국내산 |
| 7/1 | 백미밥/잡곡밥 들깨시락국 이면수무조림 콩나물무침 깻잎지무침 배추김치/물김치 | 기장밥/잡곡밥 장어국 잡채 얼갈이겉절이 순두부강된장찌개 배추김치/물김치 | 백미밥/잡곡밥 양송이스프 손두부/양념장 단호박조림 열무된장무침 배추김치/물김치 | 오리고기 국내산 |
| 7/2 | 백미밥/잡곡밥 두부된장국 가자미무조림 무숙채 양념깻잎지 배추김치/물김치 | 녹두찰밥/잡곡밥 닭무곰탕 적어구이/양념장 일미무침 어묵청피망볶음 배추김치/물김치 | 백미밥/잡곡밥 만두김치국 계란야채찜 콩나물무침 오징어젓무무침 배추김치/물김치 | 쌀 국내산 |
| 7/3 | 백미밥/잡곡밥 순두부찌개 코다리무조림 얼갈이된장찌개 새우젓호박볶음 배추김치/물김치 | 백미밥/잡곡밥 쇠고기미역국 돈육불고기 상추쌈/양념장 된장고추지 백김치/물김치 | 백미밥/잡곡밥 감자호박된장국 돈채숙주볶음 배추나물무침 두부양념구이 배추김치/물김치 | 식육 가공품 국내산 |
| 7/4 | 백미밥/잡곡밥 무채들깨국 햄감자조림 미역오이나물 완자어묵볶음 배추김치/물김치 | 기장밥/잡곡밥 얼갈이된장국 오만디콩나물찜 숙갓두부무침 강된장찌개 배추김치/물김치 | 백미밥/잡곡밥 크림스프 닭가슴살야채볶음 숙주미나리나물 돌나물오이생채 배추김치/물김치 | 배추김치, 열무김치, 물김치, 알타리 배추(국내산) 고추가루(국내80%, 중국20%) |
| 김치전 | 흰죽 | 게살죽 | 흰죽 | |

* 위 메뉴는 식자재 수급 상황에 따라 변경 될 수 있습니다.