

주간식단표

구분	행복을 여는 아침 	정성 가득한 점심 	오후 간식	건강을 위한 저녁 	저녁간식	식재료 원산지	
11/22	일반식	백미밥/시금치죽 재첩국 이면수무조림 오징어젓무무침 새송이버섯볶음 배추김치/물김치	잡곡밥/녹두죽 삼색수제비국 오징어야채순대볶음 생갯잎지 단호박샐러드 배추김치/물김치	마가렛트	백미밥/새우죽 두부된장국 갈치조림 쥐포채볶음 배추나물무침 배추김치/물김치	플레인 요거트	식재료 원산지 쇠고기 수입 (호주산)
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	무당	백미밥/잡곡밥	무당	
11/23	일반식	백미밥/치즈죽 어묵국 계란야채찜 적어구이 양념갯잎지 배추김치/물김치	기장밥/야채죽 피모시조개된장국 돈등뼈김치찜 파래김구이/간장 겨울초겉절이 배추김치/물김치	단호박죽	백미밥/견과죽 양송이스프 참미더덕콩나물찜 우민찌가지볶음 얼갈이된장찌개 배추김치/물김치	시리얼 요거트	돼지고기 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	무당	백미밥/잡곡밥	무당	
11/24	일반식	백미밥/닭죽 콩나물국 어묵양파볶음 오징어젓무무침 얼갈이된장찌개 배추김치/물김치	기장밥/단호박죽 비빔밥 계란후라이 홍합살탕국 돈민찌볶음 배추김치/물김치	해쉬브라운튀김	백미밥/팔죽 북어포계란국 쇠고기불고기 겨울초오이겉절이 양배추쌈/양념장 배추김치/물김치	바나나 요거트	닭 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	무당	백미밥/잡곡밥	무당	
11/25	일반식	백미밥/사골야채죽 쇠고기미역국 갈치무조림 콩나물무침 된장고추지 배추김치/물김치	기장밥/흑임자죽 육개장 잠채 떡볶이 멸치파리볶음 배추김치/물김치	찐고구마	백미밥/소고기죽 시락국 두부퓌나물무침 얼갈이된장찌개 참치양배추볶음 배추김치/물김치	딸기찜 요거트	오리고기 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	무당	백미밥/잡곡밥	무당	
11/26	일반식	백미밥/흰죽 감자양파국 쇠고기민찌양배추볶음 계란야채말이 강된장찌개 배추김치/물김치	잡곡밥/땅콩죽 꽃게된장국 오징어회무침 통배추전/양념장 시금치나물무침 배추김치/물김치	바나나	기장밥/흑임자죽 물만두국 갈치조림 단호박찜 무생채 배추김치/물김치	플레인 요거트	쌀 국내산
	당뇨식	차조밥/잡곡밥	차조밥/잡곡밥	wo	차조밥/잡곡밥	무당	
11/27	일반식	백미밥/소고기죽 콩나물국 두부양념조림 얼갈이된장찌개 양념갯잎지 배추김치/물김치	기장밥/견과죽 장어국 돈육두루치기 알배추쌈/쌈장 숙주나물무침 배추김치/물김치	옥수수스프	백미밥/야채죽 시락국 미트볼야채조림 건취나물볶음 우민찌가지볶음 배추김치/물김치	아로니아 요거트	국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	무당	백미밥/잡곡밥	무당	
11/28	일반식	백미밥/검은깨죽 북어포계란국 계란야채찜 가자미구이 된장고추지 배추김치/물김치	차조밥/단호박죽 들깨미역국 쇠고기불고기 콩나물무침 오이양파생채 배추김치/물김치	김치전	백미밥/견과죽 팽이버섯된장국 어묵양파볶음 배추나물무침 무생채 배추김치/물김치	플레인 요거트	배추, 무(국내산)고추, 가루(국내산 100%) 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	무당	백미밥/잡곡밥	무당	

* 위 메뉴는 식자재 수급 상황에 따라 변경 될 수 있습니다.