

2021년 8월 1주 주간메뉴표

	월(8/2)		화(8/3)		수(8/4)		목(8/5)		금(8/6)		토(8/7)		일(8/8)	
아침	수수밥	누룽지죽	흑미밥	누룽지죽	보리밥	누룽지죽	기장밥	누룽지죽	현미밥	누룽지죽	수수밥	누룽지죽	흑미밥	누룽지죽
	근대국		매생이국		순두부조갯살국		홍합탕		무쇠고기국		콩가루배추국		건새우근대국	
점심	돈장조림		쇠고기굴소스볶음		닭찜		돈사태찜		순살아귀양념		가자미양념		돈장조림	
	어묵야채볶음		가지나물		숙갓나물		감자채볶음		느타리채볶음		고사리들깨나물		취나물	
10시간식	도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김	
	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치
별량/단백질	611kcal	24.7g	535kcal	21.4g	607kcal	28.7g	638kcal	22.4g	591kcal	21.1g	488kcal	20.3g	575kcal	21.8g
3시 간식	일반 바나나+우유		일반 오렌지+플레인		일반 청포도+액티비아		일반 바나나+베지밀A		일반 수박		일반 청포도+플레인		일반 파인애플(캔)+플레인	
	당뇨 바나나+우유		당뇨 오렌지+플레인		당뇨 청포도+액티비아		당뇨 바나나+베지밀A		당뇨 수박		당뇨 청포도+플레인		당뇨 토마토+플레인	
저녁	<미트프리의 날> 기장밥	새우살죽	현미밥	호두죽	수수밥	밤죽	흑미밥	단호박죽	보리밥	버섯죽	기장밥	밤죽	현미밥	호두죽
	버섯야채카레국	감자버섯국	북어채국		냉면		부대찌개		해물된장찌개		어묵국		육개장	
원산지	생두부+볶은김치		닭강정		제육더덕무침		삼치양념		돈까스+소스		쇠고기야채볶음		갈치카레구이	
	양상추샐러드		오이지무침		상추치커리무침		천사채샐러드		시금치나물		콩나물무침		들깨무나물	
월 산 지	도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김	
	깍두기		배추김치		열무김치		배추김치		배추김치		배추김치		배추김치	
별량/단백질	747kcal	21.3g	653kcal	32.1g	860kcal	31.8g	781kcal	26.4g	695kcal	28.0g	580kcal	28.4g	618kcal	27.1g
원산지	일반 크림스프		일반 카스타드+녹차		<간식선택의날>		일반 찐감자+옥수수차		일반 카스테라+우유		일반 찐단호박+프레주빈주시		일반 마들렌+옥수수차	
	당뇨 크림스프		당뇨 찐고구마+녹차		일반:단호박죽 또는 짜장라면		당뇨 찐감자+옥수수차		당뇨 찐고구마+우유		당뇨 찐단호박+프레주빈주시		당뇨 찐감자+옥수수차	
원산지	데이케어 크림스프		데이케어 오렌지+플레인		당뇨:단호박죽		데이케어 바나나+베지밀A		데이케어 카스테라+우유		데이 찐단호박+프레주빈주시			
	보리밥	야채죽	기장밥	버섯죽	현미밥	야채죽	수수밥	호두죽	흑미밥	새우살죽	보리밥	야채죽	기장밥	버섯죽
원산지	팽이유부왜된장국		시금치국		청국장찌개		아욱국		미역고기국		만두국		북어채국	
	동태양념		고등어묵은지찜		조기구이		부추떡갈비		임연수된장구이		연어구이		닭도리탕	
원산지	마늘쫄소세지볶음		탕평채		오이숙장아찌		새송이메알조림		연근조림		참나물		미역오이초무침	
	도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김	
원산지	배추김치		배추김치		배추김치		배추김치		배추김치		배추김치		배추김치	
	별량/단백질	609kcal	26.4g	581kcal	24.8g	562kcal	33.4g	564kcal	26.2g	547kcal	22.7g	665kcal	35.4g	733kcal
원산지	밥	배추김치, 깍두기, 열무김치	쇠고기(국,죽,볶음)	돼지(돈등뼈,찌개,볶음,장조림,민짜)	스모크햄,비엔나	닭(국,볶음,죽)	훈제오리	만두	두부,연두부,순두부	청국장,콩비지				
	백미,잡곡:국내산	배추,무,열무,고추가루:국내산	한우,국내산	국내산	돈육:국내산	국내산	국내산	돈육:국내산	대두:외국산	대두:국내산				
	가자미	조기	아귀	삼치,고등어	새우살	갈치	임연수	코다리	동태	북어채	낙지	오징어		
	외국산	중국산	중국산	국내산	베트남산	외국산	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	베트남산	칠리산		

◎ 이 식단은 식재료 수급에 따라 변경될 수 있습니다.