



주간식단표



쌀(여주쌀), 배추김치(탕 및 찌개포함), 돼지고기, 소고기(한우), 닭고기, 오리고기 - 국내산

구분	조 식	중 식	석 식
3/9 월	수 수 밥 무다시마국 불 고 기 계란찜 도시락김 물 김 치	<미트프리의 날> 달래된장찌개 생두부+볶음김치 잡 채 도시락김 배추김치	보 리 밥 팽이유부왜된장국 돈사태찜 고등어유구이(국내산) 도시락김 배추김치
3/10 화	흑 미 밥 아 옥 국 조기구이(중국산) 닭 찜 도시락김 물 김 치	현 미 밥 북어채국(러시아산) 짜장제육볶음 봄동겉절이 도시락김 열무김치	기 장 밥 순두부찌개(대두:외국산) 코다리양념(러시아산) 취 나 물 도시락김 배추김치
3/11 수	보 리 밥 된장찌개 쇠고기야채볶음 갈치구이(외국산) 도시락김 물 김 치	수 수 밥 육 개 장 오징어숙회+브로콜리초장 깨끗이들깨나물 도시락김 배추김치	현 미 밥 숙음배추국 부추떡갈비 가자미양념(외국산) 도시락김 배추김치
3/12 목	기 장 밥 유채된장국 임연수구이(러시아산) 무숙장아찌 도시락김 물 김 치	흑 미 밥 썩두부된장국(대두:외국산) 매운돈사태찜 참치야채샐러드 도시락김 배추김치	수 수 밥 무쇠고기국 삼치된장구이(국내산) 시금치나물 도시락김 배추김치
3/13 금	현 미 밥 콩비지찌개(대두:국내산) 돈장조림 느타리채볶음 도시락김 물 김 치	보 리 밥 콩나물국 쭈꾸미야채볶음(베트남산) 계란말이 도시락김 배추김치/직원:깍두기	흑 미 밥 미역고기국 갈치카레구이(외국산) 가지나물 도시락김 배추김치
3/14 토	수 수 밥 청국장찌개 피망채고기볶음 건새우호박볶음 도시락김 물 김 치	기 장 밥 감자수제비국 순살아귀찜(중국산) 미트볼간장조림(돈육:국내산) 도시락김 배추김치	보 리 밥 봄동된장국 버섯불고기 고구마샐러드 도시락김 배추김치
3/15 일	흑 미 밥 두부채새우젓국(대두:외국산) 가자미구이(외국산) 시래기들깨나물 도시락김 물 김 치	현 미 밥 아 옥 국 제육김치볶음 미역오이초무침 도시락김 열무김치	기 장 밥 어묵국(연육:베트남산) 쇠고기야채볶음 참 나 물 도시락김 배추김치

구분	10시 간식	3시 간식
월	일반 : 딸기+액티비아 당뇨 : 딸기+액티비아	일반 : 크림스프 당뇨 : 크림스프
화	일반 : 바나나+우유 당뇨 : 바나나+우유	일반 : 단호박죽 (데이케어) 바나나+베지밀A 당뇨 : 단호박죽
수	일반 : 딸기+플레인 당뇨 : 딸기+플레인	< 간식 선택의 날 > 일반 : 찐고구마+옥수수차 또는 홍련볼+옥수수차 당뇨 : 찐고구마+옥수수차
목	일반 : 바나나+베지밀A 당뇨 : 바나나+베지밀A	일반 : 찐감자+우영차 (데이케어) 딸기+우유 당뇨 : 찐감자+우영차
금	일반 : 오렌지+플레인 당뇨 : 오렌지+플레인	일반 : 팥죽 당뇨 : 팥죽
토	일반 : 딸기+액티비아 당뇨 : 딸기+액티비아	일반 : 롤케익+아침햇살 당뇨 : 찐단호박+녹차
일	일반 : 파인(통)+플레인 당뇨 : 토마토+플레인	일반 : 마들렌+옥수수차 당뇨 : 찐고구마+옥수수차

◆ 상기 메뉴는 영양팀 사정에 의하여 변경 될 수 있습니다 ◆