



## 주간식단표



**쌀(국내산),배추김치(탕및찌개포함-배추,고춧가루),돼지고기,소고기(한우), 닭고기, 오리고기 - 국내산**

| 구분        | 조 식   | 중 식   | 석 식   |
|-----------|---|---|---|
| 9/21<br>월 | 수 수 밥<br>큰 대 국<br>코다리양념(러시아산)<br>햐야채볶음(돈육:국내산)<br>도시락김<br>물 김 치<br>배추김치 | <미트프리의 날><br>냉 면<br>오징어까스(오징어:중국산)<br>햇고구마순볶음<br>도시락김<br>배추김치       | 보 리 밥<br>어 목 국<br>쇠고기야채볶음<br>마늘종볶음<br>도시락김<br>배추김치      |
| 9/22<br>화 | 흑 미 밥<br>시금치국<br>조기구이(중국산)<br>새송이메알조림<br>도시락김<br>물 김 치<br>배추김치          | 현 미 밥<br>팽이유부왜된장국<br>더덕삼겹살주물럭<br>깻잎나물/직원:모듬쌈<br>도시락김<br>배추김치        | 기 장 밥<br>감자수제비국<br>아귀양념(중국산)<br>청경채나물<br>도시락김<br>배추김치   |
| 9/23<br>수 | 보 리 밥<br>아 옥 국<br>연어구이<br>연두부(대두:외국산)+양념<br>도시락김<br>물 김 치<br>배추김치       | 수 수 밥<br>오징어된장국(칠레산)<br>닭 강 정<br>권맛살샐러드<br>도시락김<br>배추김치             | 현 미 밥<br>무쇠고기국<br>임연수양념(러시아산)<br>얼무나물<br>도시락김<br>배추김치   |
| 9/24<br>목 | 기 장 밥<br>두부채새우젓국(대두:외국산)<br>돈장조림<br>참 나 물<br>도시락김<br>물 김 치<br>배추김치      | 흑 미 밥<br>쇠고기배추국/직원:돈육김치찌개<br>동태살마요네즈(러시아산)<br>오이지무침<br>도시락김<br>배추김치 | 수 수 밥<br>미 역 국<br>버섯불고기<br>계 란 찜<br>도시락김<br>배추김치        |
| 9/25<br>금 | 현 미 밥<br>숙음배추국<br>가지미구이(외국산)<br>가지나물<br>도시락김<br>물 김 치<br>배추김치           | 보 리 밥<br>풀무원콩비지찌개(국내산)<br>낙지야채볶음(베트남산)<br>계란말이<br>도시락김<br>배추김치      | 흑 미 밥<br>호박된장국<br>닭 찜<br>도토리묵야채무침<br>도시락김<br>배추김치       |
| 9/26<br>토 | 수 수 밥<br>무쇠고기국<br>갈치구이(외국산)<br>숙주당근나물<br>도시락김<br>물 김 치<br>배추김치          | 기 장 밥<br>미역조갯살국<br>돈갈비찜<br>오이도라지생채<br>도시락김<br>배추김치                  | 보 리 밥<br>버섯들깨탕<br>코다리양념(러시아산)<br>숙음배추나물<br>도시락김<br>배추김치 |
| 9/27<br>일 | 흑 미 밥<br>감자부추계란국<br>불 고 기<br>참 나 물<br>도시락김<br>물 김 치<br>배추김치             | 현 미 밥<br>차돌박이된장찌개<br>순살아귀찜(중국산)<br>고사리들깨나물<br>도시락김<br>열무김치          | 기 장 밥<br>콩나물국<br>삼치데리야끼구이(국내산)<br>콩나물무침<br>도시락김<br>배추김치 |

| 구분 | 10시 간식                         | 3시 간식   |
|----|--------------------------------|---|
| 월  | 일반 : 청포도+액티비아<br>당뇨 : 청포도+액티비아 | 일반 : 크림스프<br>당뇨 : 크림스프                            |
| 화  | 일반 : 바나나+우유<br>당뇨 : 바나나+우유     | 일반 : 찐고구마+녹차      데이케어) 바나나+우유<br>당뇨 : 찐고구마+녹차    |
| 수  | 일반 : 청포도+플레인<br>당뇨 : 청포도+플레인   | <간식선택의날><br>일반 : 단호박죽 또는 짜장라면<br>당뇨 : 단호박죽        |
| 목  | 일반 : 사과+액티비아<br>당뇨 : 사과+액티비아   | 일반 : 찐감자+옥수수차      데이케어) 사과+액티비아<br>당뇨 : 찐감자+옥수수차 |
| 금  | 일반 : 바나나+베지밀A<br>당뇨 : 바나나+베지밀A | 일반 : 카스테라+옥수수차<br>당뇨 : 찐고구마+옥수수차                  |
| 토  | 일반 : 오렌지+플레인<br>당뇨 : 오렌지+플레인   | 일반 : 찐단호박+아침햇살<br>당뇨 : 찐단호박+녹차                    |
| 일  | 일반 : 청포도+액티비아<br>당뇨 : 청포도+액티비아 | 일반 : 마들렌+옥수수차<br>당뇨 : 찐감자+옥수수차                    |

◆ 상기 메뉴는 영양팀 사정에 의하여 변경 될 수 있습니다 ◆