



# 주간식단표



쌀(경기미), 배추김치(당및찌개포함-배추,고춧가루), 돼지고기, 소고기(한우), 닭고기, 오리고기 - 국내산

| 구분       | 조 식  | 중 식   | 석 식  |
|----------|--|---|--|
| 2/1<br>월 | 수수밥/누룽지죽<br>아 옥 국<br>오이숙장아찌<br>갈치양념(외국산)<br>도시락김<br>백김치/물김치            | <미트프리의 날><br>기장밥/새우살죽(베트남산)<br>두부왜된장국(대두:외국산)<br>토마토버섯소파게티<br>고르곤졸라피자<br>도시락김<br>배추김치 | 보리밥/밤죽<br>등태찌개(러시아산)<br>쇠고기야채볶음<br>가지나물<br>도시락김<br>배추김치              |
| 2/2<br>화 | 흑미밥/누룽지죽<br>풀무원콩비지찌개(대두:국내산)<br>임연수구이(러시아산)<br>열무나물<br>도시락김<br>백김치/물김치 | 현미밥/버섯죽<br>냉 이 국<br>매운돈사태찜<br>계란찜<br>도시락김<br>배추김치                                     | 기장밥/전복죽<br>무쇠고기국<br>고등어묵은지찜(국내산)<br>호박볶음<br>도시락김<br>배추김치             |
| 2/3<br>수 | 보리밥/누룽지죽<br>콩가루배추국<br>순살아귀양념(중국산)<br>시금치나물<br>도시락김<br>백김치/물김치          | 수수밥/야채죽<br>어묵국(연육:외국산)<br>버섯불고기/직원:떡볶이+순대<br>봄동나물<br>도시락김<br>열무김치/직원:깍두기              | 현미밥/호두죽<br>미역국<br>조기구이(중국산)<br>깻잎들깨나물<br>도시락김<br>배추김치                |
| 2/4<br>목 | 기장밥/누룽지죽<br>유채된장국<br>오이숙장아찌<br>코다리양념(러시아산)<br>도시락김<br>백김치/물김치          | 흑미밥/자연송이버섯죽<br>오징어찌개(오징어:칠레산)<br>돈까스+소스<br>양상추샐러드<br>도시락김<br>배추김치                     | 수수밥/새우살죽(베트남산)<br>순두부찌개(대두:외국산)<br>가자미구이(외국산)<br>취나물<br>도시락김<br>배추김치 |
| 2/5<br>금 | 현미밥/누룽지죽<br>북어채국(러시아산)<br>돈장조림<br>가지나물<br>도시락김<br>백김치/물김치              | 보리밥/쇠고기죽<br>차돌된장찌개<br>낙지야채볶음(베트남산)<br>마늘쫀소세지볶음<br>도시락김<br>배추김치                        | 흑미밥/단호박죽<br>매생이국<br>삼치묵은지찜(국내산)<br>계란말이<br>도시락김<br>배추김치              |
| 2/6<br>토 | 수수밥/누룽지죽<br>두부채새우젓국(대두:외국산)<br>사태알감자조림<br>청경채나물<br>도시락김<br>백김치/물김치     | 기장밥/밤죽<br>시래기수제비국<br>임연수구이(러시아산)<br>참스테이크<br>도시락김<br>배추김치                             | 보리밥/야채죽<br>감자부추계란국<br>닭 찜<br>잔멸치견과류조림<br>도시락김<br>배추김치                |
| 2/7<br>일 | 흑미밥/누룽지죽<br>아 옥 국<br>갈치양념(외국산)<br>햄야채볶음(돈육:국내산)<br>도시락김<br>백김치/물김치     | 현미밥/호두죽<br>콩나물국<br>쇠고기굴소스볶음<br>연어구이<br>도시락김<br>배추김치                                   | 기장밥/자연송이버섯죽<br>시금치국<br>등태양념(러시아산)<br>돼지고기숙주볶음<br>도시락김<br>배추김치        |

| 구분 | 10시 간식                           | 3시 간식   |
|----|----------------------------------|---|
| 월  | 일반 : 딸기+액티비아<br>당뇨 : 딸기+액티비아     | 일반 : 크림스프<br>당뇨 : 크림스프                            |
| 화  | 일반 : 바나나+우유<br>당뇨 : 바나나+우유       | 일반 : 찐감자+녹차      데이케어) 바나나+우유<br>당뇨 : 찐감자+녹차      |
| 수  | 일반 : 굴+플레인<br>당뇨 : 굴+플레인         | 일반 : 찐단호박+옥수수차      또는 봉어빵+옥수수차<br>당뇨 : 찐단호박+옥수수차 |
| 목  | 일반 : 딸기+우유<br>당뇨 : 딸기+우유         | 일반 : 팔죽      데이케어) 딸기+우유<br>당뇨 : 팔죽               |
| 금  | 일반 : 망고(캔)+액티비아<br>당뇨 : 사과+액티비아  | 일반 : 롤케익+우영차<br>당뇨 : 찐고구마+우영차                     |
| 토  | 일반 : 바나나+우유<br>당뇨 : 바나나+우유       | 일반 : 단호박죽<br>당뇨 : 단호박죽                            |
| 일  | 일반 : 파인애플(캔)+플레인<br>당뇨 : 토마토+플레인 | 일반 : 마들렌+옥수수차<br>당뇨 : 찐고구마+옥수수차                   |

◆ 상기 메뉴는 영양팀 사정에 의하여 변경 될 수 있습니다 ◆