



# 주간식단표



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

구분	조 식	중 식	석 식
6/28 월	수수밥/누룽지죽 미역국 버섯불고기 동태양념(러시아산) 도시락김 백김치/물김치	<미트프리의 날> 기장밥/새우살죽(베트남산) 콩국수(대두:중국산) 간풍두부(대두:중국산) 상추치커리무침 도시락김 깍두기	보리밥/야채죽 시래기국 닭찜 고사리들깨나물 도시락김 배추김치
6/29 화	흑미밥/누룽지죽 무쇠고기국 갈치구이(외국산) 시금치나물 도시락김 백김치/물김치	현미밥/야채죽 콩나물국 짜장제육볶음 꽃맛살샐러드 도시락김 배추김치	기장밥/버섯죽 아욱국 가지미양념(외국산) 가지나물 도시락김 배추김치
6/30 수	보리밥/누룽지죽 팽이유부돼진장국 장조림 참나물 도시락김 백김치/물김치	수수밥/밤죽 돈육카레국/죽:감자실파계란국 동태전(러시아산) 오이지무침 도시락김 배추김치	현미밥/단호박죽 콩가루배추국 부추떡갈비 잔멸치견과류조림 도시락김 배추김치
7/1 목	기장밥/누룽지죽 매생이고기국 순살아귀양념(중국산) 호박볶음 도시락김 백김치/물김치	흑미밥/야채죽 된장찌개 닭갈비 참치야채샐러드 도시락김 열무김치	수수밥/호두죽 버섯들깨탕 고등어유자구이(국내산) 시금치나물 도시락김 배추김치
7/2 금	현미밥/누룽지죽 순두부찌개(대두:외국산) 돈사태찜 감자채볶음 도시락김 백김치/물김치	보리밥/버섯죽 콩나물국 오징어야채볶음(칠레산) 마늘쫄소세지볶음 도시락김 배추김치	흑미밥/새우살죽(베트남산) 유채된장국 갈치양념(외국산) 햇고구마순볶음 도시락김 배추김치
7/3 토	수수밥/누룽지죽 북어채국(러시아산) 쇠고기야채볶음 숙음배추나물 도시락김 백김치/물김치	기장밥/밤죽 미역국 삼치목은지찜(국내산) 계란찜 도시락김 배추김치	보리밥/야채죽 게살연두부탕 제육볶음 숙주당근나물 도시락김 배추김치
7/4 일	흑미밥/누룽지죽 아욱국 조기구이(중국산) 고사리들깨나물 도시락김 백김치/물김치	현미밥/호두죽 어묵국(연육:베트남산) 돈사태고구마찜 오이도라지생채 도시락김 열무김치	기장밥/버섯죽 청국장찌개(대두:국내산) 훈제오리+쌈채소 코다리양념(러시아산) 도시락김 배추김치

구분	10시 간식	3시 간식
월	일반 : 바나나+우유 당뇨 : 바나나+우유	일반 : 크림스프 당뇨 : 크림스프
화	일반 : 수박 당뇨 : 수박	일반 : 찐감자+액티비아 (데이케어) 수박 당뇨 : 찐감자+액티비아
수	일반 : 오렌지+플레인 당뇨 : 오렌지+플레인	일반 : 찐고구마+녹차 또는 순대+녹차 당뇨 : 찐고구마+녹차
목	일반 : 바나나+우유 당뇨 : 바나나+우유	일반 : 팔죽 (데이케어) 바나나+우유 당뇨 : 팔죽
금	일반 : 수박 당뇨 : 수박	일반 : 카스테라+우유 당뇨 : 찐고구마+우유
토	일반 : 망고(캔)+액티비아 당뇨 : 사과+액티비아	일반 : 단호박죽 당뇨 : 단호박죽
일	일반 : 파인애플(캔)+플레인 당뇨 : 토마토+플레인	일반 : 마들렌+옥수수차 당뇨 : 찐감자+옥수수차

◆ 상기 메뉴는 영양팀 사정에 의하여 변경 될 수 있습니다 ◆