

주간식단표

식단일자 2021.03.01~2021.03.07

구분	조식	중식	석식	간식
3/01(월)	잡곡밥 어묵무국 고사리한우볶음 시금치무침 김치	잡곡밥 아욱된장국 코코넛새우까스 어린잎방울토마토샐러드 김치	잡곡밥 오징어무국 닭살채소볶음 콩나물무침&구이김 김치	<오후간식> 사과 <야간간식> 홍삼음료(활력)
3/02(화)	잡곡밥 만두국 우엉채조림&구이김 호박새우젓볶음 김치	잡곡밥 추어탕 크런치연어링튀김&소스 무말랭이무침 김치	잡곡밥 돈육호박감자고추장찌개 참치채소볶음 계란후라이 김치	<오후간식> 비요뜨 <야간간식> 우유
3/03(수)	잡곡밥 소고기무국 비엔나파프리카볶음 돌파래자반 김치	잡곡밥 순두부김치국 피망잡채&꽃빵 취나물무침 김치	프랑크소세지오므라이스 계란파국 단호박고구마샐러드 배1쪽 김치	<오후간식> 스낵과자&주스 <야간간식> 우유
3/04(목)	잡곡밥 콩비지찌개 멸치호두살볶음 세발나물무침 김치	잡곡밥 열갈이된장국 삼겹살구이&상추 부추양배추적채샐러드 김치	잡곡밥 들깨미역국 고등어무조림 브로콜리두부무침 김치	<오후간식> 미니피자&주스 <야간간식> 우유
3/05(금)	잡곡밥 복어채무국 야채계란찜&구이김 느타리버섯행볶음 김치	떡라면 단무지 김치	잡곡밥 열갈이된장국 오징어채소볶음 배샐러드 김치	<오후간식> 오렌지 <야간간식> 우유
3/06(토)	잡곡밥 콩나물김치국 오미산적 청경채나물무침 김치	잡곡밥 근대된장국 돈까스&소스 국물떡볶이 김치	잡곡밥 무채들깨국 쇠고기야채볶음 사과치커리생채 김치	<오후간식> 스낵과자&주스 <야간간식> 우유
3/07(일)	잡곡밥 달래호박두부된장국 어묵파프리카볶음 무채장아찌&구이김 김치	두부새싹비빔밥&계란후라이 유부팽이버섯미소국 찐만두 진미채무침 김치	잡곡밥 도토리묵온국 야채고로켓 옥수수콘샐러드 김치	<오후간식> 바나나 <야간간식> 우유

식단표는 식재료 수급사정에 따라 변경될 수 있습니다.