

# 주간식단표

식단일자 2021.03.15~2021.03.21

구분	조식	중식	석식	간식
3/15(월)	잡곡밥 호박감자두부된장국 훈제오리아채볶음 청경채나물무침 김치	잡곡밥 등뼈감자탕 어묵파프리카볶음 방풍나물무침 김치	잡곡밥 유부주머니무국 짜장떡볶이 파인애플1조각 스파게티&피클(나쟁가정식)	<오후간식> 스넥과자&주스 <야간간식> 우유
3/16(화)	잡곡밥 소고기미역국 참치야채볶음 콩나물무침 김치	잡곡밥 무채들깨국 돈육표고버섯두루치기&상추 영양부추적채샐러드 김치	잡곡밥 닭곰탕&소면사리 새우감자말이&소스 시금치무침 김치	<오후간식> 대저토마토 치킨&콜라(나쟁) <야간간식> 우유
3/17(수)	잡곡밥 돈육김치찌개 호박표고버섯볶음 명엽채조림&구이김 김치	곤드레밥&부추장 우렁호박감자된장국 탕평채 무말랭이무침 김치	잡곡밥 소고기무국 고등어무조림 사과치커리샐러드 김치	<오후간식> 피자(후원)&콜라 <야간간식> 우유
3/18(목)	잡곡밥 한우사골곰탕 깻잎전 세발나물무침 김치	계란라면 삼각김밥 단무지	잡곡밥 열갈이된장국 돈육수육&쌈장 숙두당근채무침 김치	<오후간식> 바나나 <야간간식> 우유
3/19(금)	잡곡밥 콩나물국 미트볼피망조림 취나물무침 김치	잡곡밥 햄모듬찌개 삼치카레구이 숙주오이당근맛살무침 김치	참치마요덮밥 팽이두부미소국 닭봉조림 모듬피클 스파게티(알콩가정식)	<오후간식> 오뜨&우유 <야간간식> 떠먹는 요구르트
3/20(토)	잡곡밥 만두국 두부조림 돌파래자반 김치	잡곡밥 아욱된장국 삼겹살구이&상추 오이양파무침 김치	잡곡밥 미니국수 삼치카레구이 브로콜리두부무침 김치	<오후간식> 안흥짬뽕&우유 <야간간식> 두유
3/21(일)	잡곡밥 순두부김치국 야채계란찜 멸치호두살볶음 김치	소불고기덮밥 유부팽이미소국 미니핫도그&케찹 오렌지그린샐러드 김치	잡곡밥 감자국 연어까스&소스 옥수수콘코울슬로 김치	<오후간식> 스넥과자&주스 <야간간식> 우유

식단표는 식재료 수급사정에 따라 변경될 수 있습니다.