



# 주간식단표



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

구분	조 식	중 식	석 식
12/7 월	수 수 밥 유채된장국 조기구이(중국산) 돈사태찜 도시락김 물 김 치	<미트프리의날> 기 장 밥 두부버섯카레국(대두:외국산) 감자치즈프라이 브로컬리+초장 도시락김 배추김치	보 리 밥 시래기수제비국 코다리양념(러시아산) 훈제오리+쌈채소 배추김치
12/8 화	흑 미 밥 북어채국(러시아산) 장 조 림 콩나물무침 도시락김 물 김 치	현 미 밥 매생이고기국 간소새우(베트남산) 과일샐러드 도시락김 배추김치	기 장 밥 아 옥 국 고등어묵은지찜(국내산) 가지나물 도시락김 배추김치
12/9 수	보 리 밥 콩가루배추국 쇠고기야채볶음 가자미구이(외국산) 도시락김 물 김 치	수 수 밥 달래두부된장찌개(대두:외국산) 매운돈갈비찜 어묵야채볶음(연육:외국산) 도시락김 배추김치	현 미 밥 육 개 장 순살아귀양념(중국산) 오이지무침 도시락김 배추김치
12/10 목	기 장 밥 봄등된장국 임연수구이(러시아산) 피망채고기볶음 도시락김 물 김 치	흑 미 밥 콩나물국 낙지야채볶음(베트남산) 계 란 찜 도시락김 배추김치	수 수 밥 시래기수제비국 삼치유자구이(국내산) 장 조 림 도시락김 배추김치
12/11 금	현 미 밥 오징어된장국(오징어:칠레산) 돈사태고구마찜 숙갓두부무침 도시락김 물 김 치	보 리 밥 미 역 국 오고노미야끼 닭도리탕 도시락김 배추김치	흑 미 밥 아 옥 국 버섯불고기 갈치구이(모로코산) 도시락김 배추김치
12/12 토	수 수 밥 청국장찌개(대두:국내산) 동태양념(러시아산) 스크램블에그(행돈육:국내산) 도시락김 물 김 치	기 장 밥 풀무원콩비지찌개(대두:국내산) 물만두라비올라(돈육:국내산) 고사리들깨나물 도시락김 배추김치	보 리 밥 팽이유부왜된장국 조기구이(중국산) 고추잡채 도시락김 배추김치
12/13 일	흑 미 밥 시래기국 돈장조림 임연수구이(러시아산) 도시락김 물 김 치	현 미 밥 홍합탕(중국산) 한방사태찜 에너타리개소스무침 도시락김 배추김치	기 장 밥 시금치국 고등어묵은지찜(국내산) 닭살야채볶음 도시락김 배추김치

구분	10시 간식	3시 간식
월	일반 : 사과+우유 당뇨 : 사과+우유	일반 : 크림스프 당뇨 : 크림스프
화	일반 : 굴+플레인 당뇨 : 굴+플레인	일반 : 찐단호박+옥수수차    데이케어) 굴+플레인 당뇨 : 찐단호박+옥수수차
수	일반 : 바나나+베지밀A 당뇨 : 바나나+베지밀A	< 간식 선택의 날 > 일반 : 찐감자+녹차    또는 사리곰탕면 당뇨 : 찐감자+녹차
목	일반 : 굴+플레인 당뇨 : 굴+플레인	일반 : 단호박죽    데이케어) 딸기+우유 당뇨 : 단호박죽
금	일반 : 망고(캔)+액티비아 당뇨 : 딸기+액티비아	일반 : 찐고구마+옥수수차 당뇨 : 찐고구마+옥수수차
토	일반 : 바나나+우유 당뇨 : 바나나+우유	일반 : 마들렌+아침햇살 당뇨 : 찐단호박+녹차
일	일반 : 굴+플레인 당뇨 : 굴+플레인	일반 : 카스테라+우유 당뇨 : 찐고구마+우유

◆ 상기 메뉴는 영양팀 사정에 의하여 변경 될 수 있습니다 ◆