

♥ 식단표 ♥

	11월04일(월)	11월05일(화)	11월06일(수)	11월07일(목)	11월08일(금)
중 식			<ul style="list-style-type: none"> • 잡곡밥 • 소고기미역국 5,6,16 • 연양불고기 5,6,10,15 • 오리훈제/머스타드 1,5,6 • 오이초무침 5,6 • 배추김치 6,9 • 망고푸딩 	<ul style="list-style-type: none"> • 잡곡밥 • 미소된장국 5,6 • 돼지고기사태찜 5,6,10,13 • 피자카츠 2,5,6,9,10,12 • 건파래볶음 5 • 도토리묵무침 5,6 • 볶음김치 6,9 	<ul style="list-style-type: none"> • 잡곡밥 • 순두부찌개 1,5,6 • 닭불고기 5,6,15 • 만두강정 5,6,10,12 • 감자채볶음 5,6 • 배추김치 6,9 • 명엽채볶음 5,6
영 양 성 분			에너지(kcal) 745.76 당질(g) 97.76 단백질(g) 28.20 지질(g) 27.52 비타민A(R.E) 140.96 티아민(mg) 0.34 리보플라빈(mg) 0.19 비타민C(mg) 13.56 칼슘(mg) 194.64 철분(mg) 7.75	에너지(kcal) 714.09 당질(g) 101.32 단백질(g) 32.46 지질(g) 20.34 비타민A(R.E) 236.55 티아민(mg) 0.29 리보플라빈(mg) 0.33 비타민C(mg) 23.61 칼슘(mg) 208.02 철분(mg) 7.67	에너지(kcal) 724.00 당질(g) 98.56 단백질(g) 42.44 지질(g) 17.80 비타민A(R.E) 174.84 티아민(mg) 0.36 리보플라빈(mg) 0.31 비타민C(mg) 30.71 칼슘(mg) 235.39 철분(mg) 6.37

위 식단은 식자재 수급상황에 따라 달라질 수 있습니다.

♥ 식품알레르기정보 ♥	♥ 원산지정보 ♥
(1)난류 (2)우유 (3)메밀 (4)땅콩 (5)대두 (6)밀 (7)고등어 (8)게 (9)새우 (10)돼지고기 (11)복숭아 (12)토마토 (13)아황산류 (14)호두 (15)닭고기 (16)쇠고기 (17)오징어 (18)조개류(굴,전복,홍합포함) (19)잣	쌀 : 국내산 김치(배추) : 국내산 / 김치(고춧가루) : 국내산 돼지고기 : 국내산 / 소고기 : 국내산 닭 절단육 : 국내산 / 닭 정육 : 국내산 / 오리고기 : 국내산 고춧가루 : 국내산 오징어, 고등어, 삼치 : 국내산 / 낙지, 꽃게 : 중국산 콩, 두부류 : 국내산