

♥ 식단표 ♥

	9월16일(월)	9월17일(화)	9월18일(수)	9월19일(목)	9월20일(금)
중 식				<ul style="list-style-type: none"> • 잡곡밥 • 바지락미역국 5,6,18 • 돈육불고기 5,6,9,10 • 해물완자 1,5,6,16,17 • 단무지채김가루무침 13, • 배추김치 6,9 • 요거트푸딩 2 	<ul style="list-style-type: none"> • 잡곡밥 • 참치찌개 5,6,9 • 함박스테이크 1,2,5,6,10,15,16,18 <ul style="list-style-type: none"> • 감자채볶음 5 • 양배추샐러드 1,5,16 • 배추김치 6,9 • 도시락김
영 양 성 분				에너지(kcal) 714.06 당질(g) 100.46 단백질(g) 36.24 지질(g) 17.33 비타민A(R.E) 71.71 티아민(mg) 1.09 리보플라빈(mg) 0.32 비타민C(mg) 16.97 칼슘(mg) 160.06 철분(mg) 6.90	에너지(kcal) 729.73 당질(g) 99.14 단백질(g) 22.61 지질(g) 27.06 비타민A(R.E) 392.94 티아민(mg) 0.73 리보플라빈(mg) 0.28 비타민C(mg) 40.21 칼슘(mg) 106.73 철분(mg) 4.66

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