

♥ 식단표 ♥

	2월03일(월)	2월04일(화)	2월05일(수)	2월06일(목)	2월07일(금)
중 식	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 어묵탕 2,5,6,7,15,16,18 · 맛밤스테이크 1,5,6,10,12,16 · 메추리알장조림 1,5,6 · 건파래볶음 5 · 배추김치 6,9 · 초코머핀 1,2,5,6 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 유부된장국 1,2,5,6,7,15,16,18 · 오리훈제볶음 1,2,5,6,9,18 · 칠리새우 5,6,9,12,17 · 특수야채샐러드 5,6,13 · 배추김치 6,9 · 망고푸딩 2 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 부대찌개 1,2,5,6,9,10,15,16,18 · 돈육불고기 5,6,9,10,18 · 팍콘치킨강정 1,2,5,6,12,15,16 · 참나물오이초무침 5,6 · 깍두기 6,9 · 국화빵 2,6 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 소고기미역국 2,5,6,15,16,18 · 닭불고기 5,6,9,15,18 · 사천탕수육 5,6,9,10,12,15,18 · 숙주미나리무침 · 배추김치 6,9 · 미니핫도그/케찹 1,2,5,6,10,12,18 	
영 양 성 분	에너지(kcal) 817.3 당질(g) 120.9 단백질(g) 34.4 지질(g) 22.4 비타민A(R.E) 271.6 티아민(mg) 0.3 리보플라빈(mg) 0.3 비타민C(mg) 76.7 칼슘(mg) 122.1 철분(mg) 4.4	에너지(kcal) 785.7 당질(g) 120.4 단백질(g) 37.8 지질(g) 17.4 비타민A(R.E) 176.2 티아민(mg) 3.0 리보플라빈(mg) 0.4 비타민C(mg) 39.0 칼슘(mg) 356.2 철분(mg) 4.9	에너지(kcal) 806.5 당질(g) 113.0 단백질(g) 37.3 지질(g) 23.7 비타민A(R.E) 258.1 티아민(mg) 0.4 리보플라빈(mg) 0.9 비타민C(mg) 45.2 칼슘(mg) 152.7 철분(mg) 5.7	에너지(kcal) 820.0 당질(g) 121.3 단백질(g) 20.1 지질(g) 29.2 비타민A(R.E) 332.5 티아민(mg) 44.0 리보플라빈(mg) 0.2 비타민C(mg) 16.2 칼슘(mg) 255.4 철분(mg) 4.0	

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)계 (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(백미,흑미,현미,보리) : 국내산 / 쌀가공품(떡류) : 국내산 / 배추김치 : 배추(국내산), 고춧가루(국내산) 돼지고기 : 국내산 / 소고기 : 국내산 / 닭고기 : 국내산 / 오리훈제 : 오리고기(국내산) 맛밤스테이크 : 돼지고기(국내산) / 칠리새우 : 새우(베트남산) / 부대찌개 : 돼지고기(국내산) 팍콘치킨 : 닭고기(국내산) / 탕수육 : 돼지고기(국내산), 닭고기(국내산) 콩, 두부류 : 국내산 / 고춧가루 : 국내산