

 <b>주간식단표</b> 2012년5월14일 ~ 5월20일		결재	담당	사무국장	원장
			신미영		
날짜 요일	아침	점심	저녁	간식	
14 / 월	잡곡밥 근대된장국 오징어볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 쇠고기미역국 고등어조림 쫄면야채무침 배추김치	잡곡밥 콩나물국 동그랑땡전 햄야채볶음 배추김치	초코파이.음료수	
15 / 화	잡곡밥 배추된장국 비엔나소세지볶음 새송이버섯조림 배추김치	잡곡밥 아욱국 돼지족/새우젓 부추겉절이/모듬쌈 배추김치/	잡곡밥 된장찌개 가지미조림 상추겉절이 오이무침	바나나	
16 / 수	잡곡밥 북어국 김구이 가지나물 배추김치	잡곡밥 어묵국 함박스테이크/소스 도라지무침 배추김치	잡곡밥 청국장 계란말이 마늘쫄무침 배추김치	황기젤리	
17 / 목	잡곡밥 된장미역국 비름나물무침 동그랑땡전 배추김치	잡곡밥 순두부찌개 제육볶음 도토리묵야채무침 배추김치	잡곡밥 김치찌개 두부매콤조림 궁중떡볶음 배추김치	빵	
18 / 금	잡곡밥 쇠고기무국 미역줄기볶음 콩자반 배추김치	잡곡밥 유부우동국 닭갈비/모듬쌈 새우살호박볶음 배추김치	잡곡밥 맑은콩나물국 멸치조림 미트소스스파게티 배추김치	요플레	
19 / 토	잡곡밥 아욱국 도라지무침 연근땅콩조림 배추김치	해물칼국수 상추겉절이 배추김치	잡곡밥 두부전골 호박볶음 깻잎지/두부새우튀김 배추김치	과자	
20 / 일	빵. 우유	잡곡밥 두부전골 모듬쌈/떡갈비 배추김치	잡곡밥 얼갈이된장국 숙주나물 돈육장조림 배추김치	황기젤리	

식단표는 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

밀알한마음센터