

11월 중식 식단표

	월	화	수	목	금
	11월 1일	11월 2일	11월 3일	11월 4일	11월 5일
중식	찰현미밥 쇠고기미역국5.6.13.16 한식잡채5.6.10.13 미트볼케첩조림 1.2.5.6.10.12.13 부추양파무침5.6.13 배추김치9.13 과일	흑미밥 시래기된장국5.6.13 고구마닭조림5.6.13.15 우유크림볼1.2.5.6.13 콩나물무침5.6.13 무막김치9.13 요구르트2	백미밥(보조밥) 유부미소국5.6.13 로제스파게티5.6.10.12.13 고구마치즈돈까스/브라운소스 1.2.5.6.10.12.13 삼색수제피클5.6.13 배추김치9.13 버터롤/달기잼1.2.5.6.13	수수밥 무채맑은국5.6.13 돈육야채볶음5.6.10.13 소떡소떡1.5.6.10.12.13 실곤약야채무침5.6.13 배추김치9.13 오렌지쥬스	차조밥 돈육김치찌개5.6.10.13 잡채어묵물/양념장1.2.5.6.13 메추리알버섯곤약장조림 1.5.6.10.13 마카로니샐러드1.5.6.10.12.13 배추김치9.13 과일
	11월 8일	11월 9일	11월 10일	11월 11일	11월 12일
중식	기장밥 닭곰탕5.6.13.15 마파두부5.6.10.13 갈집비엔나피망볶음 5.6.10.12.13 잔멸치마늘종볶음5.6.13 배추김치9.13 과일	찰현미밥 맑은콩나물국5.6.13 돈육고추장불고기5.6.10.13 펜네토마토샐러드5.6.10.13 양배추찜/쌈장5.6.12.13 배추김치9.13 사과쥬스	수수밥 북어무우국5.6.13 간종기1.2.5.6.12.15 불어묵갈감자조림5.6.13 갯순치커리무침5.6.13 배추김치9.13 과일	찰현미밥 사골수제비국5.6.13.16 엽기떡볶이/치즈크림소스 1.2.5.6.10.12.13 미니핫도그/케첩 1.2.5.6.10.12.13 줄면야채무침5.6.13 배추김치9.13 초코우유2.5.6.13	차조밥 쇠고기무우국5.6.13.16 돈육굴소스피망볶음5.6.10.12.13 꽃빵/양념장5.6.13 어묵야채볶음5.6.13 배추김치9.13 짜먹는요구르트2
	11월 15일	11월 16일	11월 17일	11월 18일	11월 19일
중식	수수밥 참치햄두부찌개5.6.10.13 삼치옛장구이1.2.5.6.13 날치알달걀찜5.6.13 구운김/양념장5.6.13 배추김치9.13 과일	혼합잡곡밥 근대된장국5.6.13 찜닭/납작당면5.6.13.15 치커리무우조림5.6.13 라이스찰고구마볼1.2.5.6.13 배추김치9.13 요구르트2	백미밥 순두부짬뽕국5.6.13 탕수육1.2.5.6.10.13 짜장소스5.6.10.13 스틱단무지부추무침5.6.13 배추김치9.13 식혜5.6.13	혼합잡곡밥 콩나물김치국5.6.13 단호박사태조림5.6.13 감자채볶음5.6.13 갯잎겉절이5.6.13 배추김치9.13	흑미밥 사골조랭이떡국5.6.10.13 생선까스/머스터드소스 1.2.5.6.13 호박후랑크볶음5.6.10.12.13 오이상추무침5.6.13 배추김치9.13 사과푸딩
	11월 22일	11월 23일	11월 24일	11월 25일	11월 26일
중식	백미밥 모듬어묵탕5.6.13 돈육김치두루치기5.6.10.13 일식두부튀김/미소간장 5.6.10.13 새송이굴소스볶음5.6.13 깍두기9.13 과일	차조밥 아육국5.6.13 닭꼬치구이/데리,마요소스 5.6.10.13 돈육민짜감자조림5.6.10.13 숙주미나리무침5.6.13 배추김치9.13 포도쥬스	백미밥 부대찌개5.6.10.13 새우가스/타르소스 1.2.5.6.9.13.16 달걀장조림1.2.5.6.13 건파래볶음5.6.13 무막김치9.13 과일	수수밥 설렁탕/소면5.6.13.16 오징어초무침5.6.13.17 물만두/양념장5.6.10.12.13 고구마크로켓/케첩 1.2.5.6.10.12.13 깍두기9.13 요구르트2	흑미밥 미소국5.6.13 닭볶음탕5.6.12.15 야채카레소스1.2.5.6.10.13 양배추채샐러드/흑임자드레싱 5.6.13 배추김치9.13 과일
	11월 29일	11월 30일	12월 1일	12월 2일	12월 3일
중식	수수밥 육개장5.6.13.16 야끼만두/소스1.2.5.6.10.13 오징어떡볶음5.6.13.15 카카오키스텔라1.2.5.6.13 깍두기9.13 요거트2	혼합잡곡밥 찜뽕탕5.6.13.17.18 꺾바로우탕수1.2.5.6.10.12.13 청경채겉절이5.6.13 푸실리토마토샐러드5.6.13 무막김치9.13 과일	흑미밥 북어계란국 돈육버섯불고기5.6.10.13 레몬쌈무/쌈장5.6.13 고구마탕5.6.13 배추김치9.13 푸딩5.6.13	백미밥 쇠고기시래기국5.6.13.16 미트볼바베큐소스콘조림 5.6.10.12.13 어떡햄어떡햄5.6.10.13 딸기드레싱샐러드1.2.5.6.13 배추김치9.13 과일	수수밥 맑은미역국5.6.13 고구마찜닭/당면5.6.13.16 야채크로켓/아일랜드소스 1.2.5.6.13 무나물5.6.13 배추김치9.13 바나나우유2

<식재료 원산지>* 쌀-국내산 * 김치(배추,고춧가루)-국내산 * 소고기/가공품-국내산 * 돼지고기/가공품- 국내산(단,스팸,베이컨은 외국산) * 닭고기/가공품- 국내산 * 오리고기/가공품-국내산 * 동태-러시아산 * 오징어-원양산(단,오징어까스는 칠레산/진미채는 페루산) * 고등어/갈치/꽃게/참조기-국내산 * 두부(대두)- 외국산 <알레르기 표시 사항정보>1. 난류 2. 우유및유제품 3. 메밀 4. 땅콩 5. 대두 6.밀 7. 고등어 8. 게 9. 새우 10. 돼지고기 11. 복숭아 12. 토마토 13. 아황산염 14. 호두 15. 닭고기 16.소고기 17.오징어 18. 조개류 19.갯

*위 식단은 업체 사정 및 물품 수급사정에 의해 변경 될 수도 있습니다.