

천마생활관 학생식당 메뉴

2023. 3. 1 - 15

구분			1일 (수)	2일 (목)	3일 (금)	4일 (토)	5일 (일)
아침 식사			쌀밥+잡곡밥 냉이된장찌개 닭살고구마조림 계란찜*김구이 콩나물무침 배추김치	쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,치커리생채 낙지젓무침 깍두기	크로와상,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 시리얼,요거트 햄구이.피클,굴통조림 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 북어계란국 치킨너겟*허니머스터드 햄감자채볶음 시금치나물 깍두기	쌀밥+잡곡밥 순두부찌개 메추리알장조림 콩치김치조림 무생채 배추김치
egg meal			삶은계란*우유	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유
점심 식사			<<양식DAY>> 내가만든유부초밥 어묵국 돈까스 쫄면야채무침*사각단무지 우유 과일쥬스	쌀밥+잡곡밥 떡만두국 중화닭살볶음 골뱅이무침 배추김치 우유 치즈핫도그	<<분식DAY>> 잔치국수*양념장 한우등심주물럭 야채튀김 배추김치 우유 굴	자장밥 참치김치찌개 매운닭볶음탕 간장진미채무침 배추김치 우유 하우스딸기	<<골비빔밥DAY>> 참치마요비빔밥 돈육김치찌개 계란후라이*초고추장 배추김치 우유 닭꼬치
salad meal			훈제오리샐러드	닭다리살구이샐러드	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드	닭다리살구이샐러드
저녁 식사			쌀밥+잡곡밥 삼겹김치짜글이*김가루 차돌박이숙주볶음 스팸구이 배추김치 바나나우유/두유	<<덮밥DAY>> 카레라이스 김치수제비국 치킨가라아게 깍두기 딸기우유/두유	쌀밥+잡곡밥 우렁된장찌개 닭다리살고추장구이 임연수튀김 석박지 우유/두유	쌀밥+잡곡밥 갈비우거지국 돼지갈비김치찜 오징어젓무침 깍두기 요구르트/두유	쌀밥+잡곡밥 병천순대국밥 제육볶음 조기튀김 깍두기 우유/두유
salad meal			단호박샐러드	고구마샐러드	모듬과일샐러드	블루베리망고샐러드	고구마샐러드
snack time			초코바	허쉬초콜릿	간식빵	굴	웰치스
café			포도쥬스/커피	망고쥬스/커피	레몬에이드/커피	오렌지쥬스/커피	포도쥬스/커피

*위식단은시장(급식)상황에따라변경될수있음

밥,죽,누룽지:쌀(현미,흑미,잡쌀):국내산/배추김치(배추,고추가루:국내산)/소고기,돼지고기,닭고기,오리고기:국내산/콩(두부):외국산/민물장어:국내산/낙지:베트남산, 명태,동태,코다리,명란:러시아산/고등어:국내산/갈치:국내산/오징어:국내산/꽃게:국내산/참조기:국내산

천마생활관 학생식당 메뉴

2023. 3. 1 - 15

구분	6일 (월)	7일 (화)	8일 (수)	9일 (목)	10일 (금)	11일 (토)	12일 (일)
아침 식사	쌀밥+잡곡밥 매운소고기감자국 비엔나소시지볶음 명란젓무침 연두부찜 깍두기	베이글,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 베이컨구이,피클,파인칸 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 배추콩나물된장국 소고기메추리알장조림 햄감자볶음 시금치나물 열무김치	쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,치커리생채 낙지젓무침 깍두기	크로와상,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 햄구이.피클,황도 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 고등어김치조림 멸치견과류조림 스팸구이 깍두기	쌀밥+잡곡밥 시금치된장국 오리불고기 계란찜 돌자반 깍두기
egg meal	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유
점심 식사	쌀밥+잡곡밥 미역국 돈까스 국물떡볶이*삶은계란 깍두기 우유 김말이튀김	쌀밥+잡곡밥 콩나물국 한돈제육보쌈*쌈,야채 문어야채무침 보쌈김치 우유 소떡소떡	쌀밥+잡곡밥 육개장 한우주물럭 쌈야채,콩나물,쌈무 파김치/배추김치 우유 감자튀김*케첩	해물굴소스볶음밥 매운버섯샤브샤브국 훈제닭다리구이 까르보나라떡볶이 배추김치 우유 파인애플	<<덮밥DAY>> 짜장밥 해물짬뽕국 탕수육 단무지무침 우유 조각케익	<<분식DAY>> 내가만든유부초밥 유부우동*생와사비 숯불맛닭다리구이 단무지무침 우유 오프룩	<<분식DAY>> 어묵국수*양념장 훈제등갈비구이 왕만두찜 배추겉절이 우유 과일
salad meal	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드	BLT샐러드	에그&콘 샐러드	리코타치즈 샐러드	훈제오리샐러드	닭다리살구이샐러드
저녁 식사	<<덮밥DAY>> 전복해물장탕밥 모듬햄부대찌개 갈비만두 배추김치 아몬드브리즈/두유	쌀밥+잡곡밥 떡국 뿌링클치킨*양념소스 연어구이*어니언소스 무초절임*깍두기 초코우유/두유	쌀밥+잡곡밥 김치수제비국 삼겹살구이*야채구이 쌈야채*명이나물*생와사비 파김치*묵은지 바나나우유/두유	쌀밥+잡곡밥 장각백숙*참쌀죽 간소새우 부추무침*고추지무침 무석박지 딸기우유/두유	치킨데리야끼덮밥 비지찌개 안심돈강정 사각어묵볶음 깍두기 요구르트/두유	쌀밥+잡곡밥 대파해장국 돼지갈비찜 참치감자조림 배추김치 우유/두유	카레라이스 계란파국 파닭치킨 연두부찜 무초절임 우유/두유
salad meal	모듬과일샐러드	블루베리망고샐러드	토마토양상추샐러드	과일(키위만다린)샐러드	새우 샐러드	단호박샐러드	고구마샐러드
snack time	도넛	쁘띠첼	바나나	맥스봉	아이스크림	허쉬초콜릿	초코바
café	망고쥬스/커피	레몬에이드/커피	포도쥬스/커피	망고쥬스/커피	레몬에이드/커피	오렌지쥬스/커피	포도쥬스/커피

*위식단은시장(급식)상황에따라변경될수있음

밥,죽,누룽지-쌀(현미,흑미,참쌀):국내산/배추김치(배추,고추가루:국내산)/소고기,돼지고기,닭고기,오리고기:국내산/콩(두부):외국산/민물장어:국내산/낙지:베트남산, 명태,동태,코다리,명란:러시아산/고등어:국내산/갈치:국내산/오징어:국내산/꽃게:국내산/참조기:국내산

천마생활관 학생식당 메뉴

2023. 3. 1 - 15

구분	13일 (월)	14일 (화)	15일 (수)				
아침 식사	쌀밥+잡곡밥 전복미역국 어묵볶음 계란찜 참나물생채 배추김치	카스텔라,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 베이컨구이.피클,파인통조림 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 무채들깨국 비엔나소시지볶음 메추리알장조림 도토리묵무침 배추김치				
egg meal	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유				
점심 식사	쌀밥+잡곡밥 아구탕 안동찜닭 무생채*새우왕교자 알타리김치 우유 오렌지	<<일품요리>> 스팸김치덮밥*치즈가루 차돌짬뽕국 닭다리살데리야끼구이 단무지무침 우유 감자고로케	<<분식DAY>> 삼겹살김치볶음밥 얼큰샤브국 마늘간장치킨 무초절임 콜라 햇바				
salad meal	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드	BLT샐러드				
저녁 식사	쌀밥+잡곡밥 삼겹김치짜글이*김가루 중화풍매운닭살볶음 스팸구이 배추김치 아몬드브리즈/두유	쌀밥+잡곡밥 갈비탕 돈육안심돈강정 순대야채볶음 깍두기 초코우유/두유	쌀밥+잡곡밥 김치콩나물국 돼지등심양념구이 쌈야채*양파절임 배추김치 바나나우유/두유				
salad meal	모듬과일샐러드	블루베리망고샐러드	토마토양상추샐러드				
snack time	간식빵	바나나	완제쿠키				
café	망고쥬스/커피	레몬에이드/커피	포도쥬스/커피				

*위식단은시장(급식)상황에따라변경될수있음

밥,죽,누룽지-쌀(현미,흑미,찰쌀):국내산/배추김치(배추,고추가루:국내산)/소고기,돼지고기,닭고기,오리고기:국내산/콩(두부):외국산/민물장어:국내산/낙지:베트남산,
명태,동태,코다리,명란:러시아산/고등어:국내산/갈치:국내산/오징어:국내산/꽃게:국내산/참조기:국내산