

천마생활관 학생식당 메뉴

2023. 3. 16. - 31

구분				16(목)	17일 (금)	18일 (토)	19일 (일)
아침 식사				쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,치커리생채 오징어젓무침 깍두기	베이글,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 브로컬리스프,요거트 햄구이,파인통조림 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 어묵국 고등어감자조림 스팸구이 오이지무침 깍두기	쌀밥+잡곡밥 우렁된장찌개 오리불고기 깻잎지무침 계란장조림 배추김치
egg meal				구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유
점심 식사				쌀밥+잡곡밥 꽃게된장국 한돈수육*양파절임 조기튀김*깻잎지 보쌈김치 우유 파인애플슬라이스	쌀밥+잡곡밥 김치수제비국 카레라이스 치킨가라아게 배추김치 우유 소떡소떡	<<양식DAY>> 내가만든유부초밥 왕새우튀김우동 훈제닭다리구이 단무지무침 우유 떠먹는요구르트	쌀밥+잡곡밥 콩나물국 돈육찜스테이크 해쉬브라운포테이토*케첩 코우슬로*감자샐러드 오이피클*깍두기 캔음료
salad meal				에그&콘 샐러드	리코타치즈 샐러드	훈제오리샐러드	닭다리살구이샐러드
저녁 식사				쌀밥+잡곡밥 미소된장국 한우갈비찜 쭈꾸미야채볶음 배추김치 딸기우유/두유	한우불고기덮밥 황태소고기미역국 매운참치두부조림 사각어묵볶음 깍두기 요구르트/두유	쌀밥+잡곡밥 대파해장국 LA갈비구이 오징어튀김 배추김치 우유/두유	쌀밥+잡곡밥 매운소고기감자국 삼겹살*모듬야채구이 야채콩나물무침*상추,깻잎 배추김치 우유/두유
salad meal				과일(키위만다린)샐러드	새우 샐러드	단호박샐러드	고구마샐러드
snack time				완제쿠키	아이스크림	완제쿠키	초코바
café				망고쥬스/커피	레몬에이드/커피	오렌지쥬스/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

천마생활관 학생식당 메뉴

2023. 3. 16. - 31

구분	20일 (월)	21일 (화)	22일 (수)	23일 (목)	24일 (금)	25일 (토)	26일 (일)
아침 식사	쌀밥+잡곡밥 북어국 햄감자채볶음 계란찜 호박느타리볶음 알타리지짐	롤케익,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 햄구이,황도통조림 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	<<한식VS샌드위치>> 완제샌드위치*아임리얼쥬스 VS 쌀밥+잡곡밥 해물순두부찌개,깍두기 스팸구이,돌자반,콩나물무침	쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,봄동무침 낙지젓무침 깍두기	베이글,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 시리얼,요거트 베이컨,굴통조림 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 소고기무장국 비엔나피망볶음 시금치나물 메추리알장조림 배추김치	쌀밥+잡곡밥 콩나물국 오리햄구이 감자어묵볶음 가자미튀김 알타리김치
egg meal	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유
점심 식사	<<분식DAY>> 어묵국 꼬마참치김밥 순대야채볶음 단무지/배추김치 우유 포도	<<덮밥DAY>> 미소된장국 오므라이스*케찹 소세지구이*떡갈비조림 배추김치 우유 오렌지	쌀밥+잡곡밥 크림스프 토마토스파게티 함박스테이크*고구마샐러드 단무지*깍두기 우유 마카롱	<<비빔밥DAY>> 콩나물비빔밥(콩나물밥*참기름) 고기간장*계란후라이*김가루) 김치수제비 한우버섯불고기*배추김치 우유 아이스딸기크림치즈경단	쌀밥+잡곡밥 냉이된장국 삼겹살*야채구이 쌈야채*명이나물 배추김치 우유 치즈핫도그	쌀밥+잡곡밥 잔치국수 후라이드윙튀김 참치감자조림 단무지무침*배추김치 우유 얼려먹는요구르트	<<중식DAY>> 삼겹살자장밥 차돌짬뽕국 탕수육 단무지*배추김치 우유 아이스홍시
salad meal	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드	BLT샐러드	에그&콘 샐러드	리코타치즈 샐러드	훈제오리샐러드	닭다리살구이샐러드
저녁 식사	쌀밥+잡곡밥 장각백숙*참쌀죽 조기튀김*명란군만두 상추겉절이*마늘장아찌 무석박지 아몬드브리즈/두유	<<덮밥DAY>> 치킨마요덮밥 모듬햄부대찌개 두부김치*가지나물 배추김치 초코우유/두유	쌀밥+잡곡밥 콩가루배추국 매운돼지갈비찜 임연수튀김 배추김치 바나나우유/두유	쌀밥+잡곡밥 돼지삼겹김치찌개 안동찜닭 새우왕교자 깍두기 딸기우유/두유	쌀밥+잡곡밥 갈비우거지국 너비아니구이 고등어조림*달래오이무침 깍두기 요구르트/두유	쌀밥+잡곡밥 부대찌개 뿌링클치킨 쫄면야채무침 돌자반*깍두기 우유/두유	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 제육볶음*갈릭디핑소스 치즈관자그라탕*깻잎쌈,쌈무 배추김치 우유/두유
salad meal	모듬과일샐러드	블루베리망고샐러드	토마토양상추샐러드	과일(키위만다린)샐러드	새우 샐러드	단호박샐러드	고구마샐러드
snack time	간식빵	쁘띠첼	바나나	간식빵	아이스크림	팩음료	완제쿠키
café	망고쥬스/커피	레몬에이드/커피	포도쥬스/커피	망고쥬스/커피	레몬에이드/커피	오렌지쥬스/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

천마생활관 학생식당 메뉴

2023. 3. 16. - 31

구분	27일 (월)	28일 (화)	29일 (수)	30일 (목)	16일 (금)		
아침 식사	쌀밥+잡곡밥 매운감자국 오리불고기 계란찜 콩나물무침 배추김치	카스테라,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼.요거트 햄구이,포도통조림 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	<<한식VS샌드위치>> 완제샌드위치*아임리얼쥬스 VS 쌀밥+잡곡밥 북어국,도라지오이무침 닭살야채볶음,배추김치	쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,배추겉절이 오징어젓무침 깍두기	베이글,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 시리얼,요거트 베이컨,굴통조림 전복죽.토마토 사과양상추샐러드		
egg meal	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	구운계란*우유	삶은계란*우유		
점심 식사	<<덮밥day>> 스팸마요덮밥 육개장 매운등갈비구이 배추김치 우유 내가만든핫도그	새우볶음밥 콩나물국 짜장소스 훈제오리구이*쌈무 배추김치 우유 토마토꿀절임	<<내가만든또띠아>> 소불고기vs치킨텐더 양상추,피망,토마토,치즈 오이피클/쌀밥,배추김치 la갈비우거지국 우유 파인애플슬라이스	마파두부덮밥 쇠고기미역국 한우등심주물럭*쌈야채 봄동겉절이 배추김치 우유 감자튀김*갈릭소스,케찹	<<비빔밥DAY>> 참치마요비빔밥 돈육김치찌개 계란후라이*비빔나물 고추장*배추김치 우유 조각케익		
salad meal	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드	BLT샐러드	에그&콘 샐러드	리코타치즈 샐러드		
저녁 식사	쌀밥+잡곡밥 얼큰한우콩나물배추국 삼겹제육볶음 쌈야채*쌈무 배추김치 아몬드브리즈/두유	<<비빔밥DAY>> 버터장조림비빔밥 은소장조림,버터,계란,무말랭 오징어찌개 떡볶이*순대*깍두기 초코우유/두유	쌀밥+잡곡밥 조갯살된장찌개 닭볶음탕 연어구이*어니언소스 배추김치 바나나우유/두유	콩나물밥*양념장 얼갈이된장국 매운오리불고기 한섬만두 배추김치 딸기우유/두유	쌀밥+잡곡밥 병천순대국*겉들이 제육김치볶음 한우잡채 깍두기 요구르트/두유		
salad meal	모듬과일샐러드	블루베리망고샐러드	토마토양상추샐러드	과일(키위만다린)샐러드	새우 샐러드		
snack time	간식빵	곤약젤리	바나나	간식빵	완제쿠키		
café	망고쥬스/커피	레몬에이드/커피	포도쥬스/커피	망고쥬스/커피	레몬에이드/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:중국산