

천마생활관 학생식당 메뉴

2023. 6. 1 - 15

구분				1일 (목)	2일 (금)	3일 (토)	4일 (일)
아침 식사				쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,부추무침 낙지젓무침 깍두기	롤케익,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 햄구이,피클,파인캔 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 우채볶음 돌자반,상추무침 떡갈비 깍두기	쌀밥+잡곡밥 소고기무장국 제육김치볶음 두부조림 스펀구이 배추김치
egg meal				구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유
점심 식사				쌀밥+잡곡밥 수박화채 한돈보쌈*쌈야채 골뱅이야채무침*소면 보쌈김치 우유 꽃빵튀김*연유	내가만든유부초밥 냉모밀 닭꼬치 치즈감자고로케 볶음김치*단무지 우유 과일주스	쌀밥+잡곡밥 만두국 매운갈비찜*하트떡 간장진미채무침 열무배추물김치 우유 뿌링소떡소떡	<<양식DAY>> 햄버거빵,함박스테이크 양상추,피망,토마토,치즈 오이피클/2종소스 쌀밥*오징어찌개 웰치스-청포도맛 감자튀김*케첩
salad meal				크래미&에그&콘 샐러드	리코타치즈샐러드	훈제오리샐러드	닭다리살구이샐러드
저녁 식사				쌀밥+잡곡밥 순두부찌개*오징어젓무침 한우등심주물럭 쌈야채*명이나물*생와사비 파김치*묵은지 딸기우유/두유	쌀밥+잡곡밥 갈비우거지국 닭다리후라이*2종소스 오이양파생채 깍두기 요구르트/두유	쌀밥+잡곡밥 콩나물국 연양식바삭불고기*쌈야채 코다리강정 깍두기 우유/두유	쌀밥+잡곡밥 우렁된장찌개 매운닭볶음탕 조기튀김*파채무침 석박지 우유/두유
salad meal				모짜렐라볼샐러드	새우 샐러드	단호박샐러드	고구마샐러드
snack time				간식빵/커피	커피	커피	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. 6. 1 - 15

구분	5일 (월)	6일 (화)	7일 (수)	8일 (목)	9일 (금)	10일 (토)	11일 (일)
아침 식사	쌀밥+잡곡밥 매운소고기감자국 공치김치조림 비엔나소시지볶음 명란젓무침 깍두기	카스테라,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 브로컬리스프,요거트 햄구이,피클,파인캔 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 근대된장국 닭살고구마간장조림 용가리치킨너겟 콩나물무침 깍두기	쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,오이생채 낙지젓무침 깍두기	롤케익,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 브로컬리스프,요거트 햄구이,피클,파인캔 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 동태탕 떡갈비-고기야채말이 팬이버섯베이컨볶음 돌자반 배추김치	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 고등어김치조림 멸치견과류조림 스팸구이 깍두기
egg meal	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유
점심 식사	쌀밥+잡곡밥 냉미역국 삼겹살야채구이*쌈야채 콩나물무침 알타리김치 우유 뉴욕핫도그	쌀밥+잡곡밥 아구탕 두부김치 애호박새우젓볶음 파김치/배추김치 우유 과일주스	열무비빔밥 도토리묵냉국 차돌박이숙주볶음*양파절임 계란후라이 콩나물,열무김치*고추장 우유 꽃빵튀김*연유	쌀밥+잡곡밥 능이버섯장각백숙 제육볶음*쌈야채 부추무침*고추지무침 무석박지 우유 콘치즈군만두	쌀밥+잡곡밥 쌀국수 돈육바삭불고기 짜조*스위트칠리소스 배추김치 아이스티 과일주스	쌀밥+잡곡밥 야채스프*모닝빵 고구마치즈등심돈까스 쫄면야채무침 사각단무지 우유 군고구마*허니버터	해물굴소스볶음밥 미숫가루 대패삼겹살*야채구이 쌈야채*쌈무 배추김치 우유 파인애플슬라이스
salad meal	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드	BLT샐러드	크래미&에그&콘 샐러드	리코타치즈샐러드	훈제오리샐러드	닭다리살구이샐러드
저녁 식사	<<뿔밥DAY>> 치킨데리야끼뿔밥 모듬햄부대찌개 군만두 배추김치 아몬드브리즈/두유	쌀밥+잡곡밥 떡국 버팔로링구이 순대곱창야채볶음 무초절임*배추김치 초코우유/두유	쌀밥+잡곡밥 들깨수제비국 쭈삼불고기 크림떡볶이 깍두기 바나나우유/두유	쌀밥+잡곡밥 오징어물회 치즈닭갈비볶음*깻잎,쌈무 갈치튀김*와사비장 배추김치 딸기우유/두유	쌀밥+잡곡밥 짜글이된장찌개 매운갈비찜 시금치나물 배추김치 요구르트/두유	쌀밥+잡곡밥 대파해장국 안동찜닭 햄감자채볶음 배추김치 우유/두유	영양밥*부추양념장 떡만두국 뿌링클치킨 차돌누들떡볶이*메추리알 무초절임*배추김치 우유/두유
salad meal	모듬과일샐러드	블루베리망고샐러드	토마토양상추샐러드	모짜렐라볼샐러드	새우 샐러드	단호박샐러드	고구마샐러드
snack time	간식빵/커피	커피	커피	간식빵/커피	커피	커피	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. 6. 1 - 15

구분	12일 (월)	13일 (화)	14일 (수)	15일 (목)			
아침 식사	쌀밥+잡곡밥 된장찌개 소고기떡볶음 명란계란찜 시금치나물 배추김치	크로와상,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 베이컨.피클,황도 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 순두부찌개 비엔나소시지볶음 청포묵무침 매운한우불고기 배추김치	쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,상추무침 가자미튀김 배추김치			
egg meal	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유			
점심 식사	쌀밥+잡곡밥 열무김치말이국수 한돈보쌈*쌈야채 간소새우 보쌈김치 우유/과일주스	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 차돌박이숙주볶음 두부조림 배추김치 우유	쌀밥+잡곡밥 짜장밥 전복해물짬뽕국 목화송탕수육*고기만두 단무지*배추김치 우유/과일주스	쌀밥+잡곡밥 수제함박스테이크 수박화채 로제떡볶이*감자버터구이 단무지*깍두기 우유			
salad meal	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드	BLT샐러드	크래미&에그&콘 샐러드			
저녁 식사	쌀밥+잡곡밥 돼지국밥 쭈꾸미볶음*납작당면 콩나물*무쌈*깻잎*마요네즈 배추김치 우유	쌀밥+잡곡밥 갈비탕*낙지젓무침 중화풍매운닭살볶음 임연수튀김 배추김치 우유	쌀밥+잡곡밥 동태찌개 오리주물럭*쌈야채 고구마맛탕 무석박지 우유	쌀밥+잡곡밥 한우불고기전골*당면 오징어볶음 한입피자*갈릭디핑소스 오이피클*깍두기 딸기우유/두유			
salad meal	모듬과일샐러드	블루베리망고샐러드	토마토양상추샐러드	모짜렐라볼샐러드			
snack time	커피	커피	커피	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:중국산