

천마생활관 학생식당 메뉴

2023.10.2-10-12

구분							1일 (일)
아침 식사							쌀밥+잡곡밥 어묵국 떡갈비 고등어김치조림 멸치견과류조림 깍두기
egg meal							삶은계란*우유
점심 식사							<<덮밥DAY>> 김치수제비국 치킨데리야끼덮밥 단무지/배추김치 우유
salad meal							닭다리살구이샐러드
저녁 식사							쌀밥+잡곡밥 북어국 제육볶음*쌈야채 불고기피자*갈릭디핑소스 배추김치 우유
salad meal							고구마샐러드
café							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

2023.10.2-10-12

구분	2일 (월)	3일 (화)	4일 (수)	5일 (목)	6일 (금)	7일 (토)	8일 (일)
아침 식사	쌀밥+잡곡밥 김치콩나물국 비엔나소시지볶음 잔멸치볶음 깻잎지 깍두기	롤케익,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼 햄구이,포도캔 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 황태계란국 용가리치킨너겟 진미채무침 콩나물무침*돌자반 깍두기	쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,오이생채 낙지젓무침 깍두기	카스테라,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼 햄구이,파인캔 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 동태탕 떡갈비-고기야채말이 팽이버섯베이컨볶음 돌자반 배추김치	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 고등어김치조림 멸치견과류조림 스팸구이 깍두기
egg meal	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	구운계란*우유	삶은계란	삶은계란*우유	삶은계란*우유
점심 식사	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 삼겹살야채구이*쌈야채 골뱅이야채무침 파김치/김치 우유	쌀밥+잡곡밥 어묵국 등갈비김치찜 갈치튀김*와사비장 열무김치 우유	쌀밥+잡곡밥 해물순두부찌개 한돈보쌈*쌈야채 오징어볶음 보쌈김치 우유	내가만든유부초밥 크림스프 닭장각구이*감자튀김 토마토스파게티 단무지/깍두기 우유	보리열무비빔밥*고추장 감자수제비국 제육볶음*양배추쌈*우렁강된장 오징어김치전 열무김치/배추김치 우유	<<덮밥DAY>> 콩나물국 삼겹김치볶음밥 단무지/깍두기 우유	<<덮밥DAY>> 미숫가루 새우튀김카레덮밥 단무지/배추김치 우유
salad meal	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드	BLT샐러드	크래미&에그&콘 샐러드	리코타치즈샐러드	훈제오리샐러드	닭다리살구이샐러드
저녁 식사	쌀밥+잡곡밥 모듬햄부대찌개 안동찜닭 연양식바삭불고기*돌자반 무초절임*김치 우유	쌀밥+잡곡밥 우렁된장찌개 닭바베큐구이 꽃게찜 김치 우유	쌀밥+잡곡밥 장각백숙*찹쌀죽 낙지숙회*참기름장 두부조림 깐마늘지*무석박지 우유	치킨데리야끼덮밥 한우미역국 대하구이*칠리소스*초장 왕만두찜 김치 우유	쌀밥+잡곡밥 어묵국 삼겹살야채구이*쌈야채 납작왕만두*비빔야채 명이나물*배추김치 우유	쌀밥+잡곡밥 닭개장 돈육바삭불고기*쌈야채 포테이토피자*갈릭디핑소스 김치 우유	쌀밥+잡곡밥 떡만두국 안동찜닭 로제떡볶이*핫도그*설탕*케찹 무초절임*김치 우유
salad meal	모듬과일샐러드	블루베리망고샐러드	토마토양상추샐러드	모짜렐라볼샐러드	새우 샐러드	단호박샐러드	고구마샐러드
café	커피	커피	커피	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

2023.10.2-10-12

구분	9일 (월)	10일 (화)	11일 (수)	12일 (목)	13일 (금)		
아침 식사	쌀밥+잡곡밥 우렁된장찌개 비엔나소시지야채볶음 명란계란찜 콩나물무침 배추김치	롤케익,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼 햄구이,황도캔 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 해물순두부찌개 떡갈비 계란장조림 오징어젓무침 배추김치	쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,부추무침 낙지젓무침 깍두기	카스테라,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼 햄구이,포도캔 전복죽.토마토 사과양상추샐러드		
egg meal	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유		
점심 식사	쌀밥+잡곡밥 김치수제비국 한돈보쌈*쌈야채 간썬새우 김치 우유	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 쭈삼볶음*깻잎*쌈무*마요네즈 야채고로케 김치 우유	쌀밥+잡곡밥 차슈넣은돈코츠라멘 등심돈까스*소스 타코야끼 단무지/깍두기 우유	모듬카레라이스 떡만두국 닭장각구이 낙지볶음 깍두기 우유	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 제육볶음*쌈야채 대하구이 김치 우유		
salad meal	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드	BLT샐러드	크래미&에그&콘 샐러드	리코타치즈샐러드		
저녁 식사	쌀밥+잡곡밥 삼겹김치짜글이*김가루 중화풍매운닭살볶음 왕만두찜 김치 우유	쌀밥+잡곡밥 갈비탕*낙지젓무침 닭볶음탕 고등어튀김*와사비장 김치 우유	쌀밥+잡곡밥 동태찌개 돈육바삭불고기*쌈야채 참치*마요네즈*돌자반 김치 우유	쌀밥+잡곡밥 콩나물국 삼겹살야채구이*쌈야채 떡볶이*핫도그*설탕*케찹 명이나물*파김치 우유	쌀밥+잡곡밥 부대찌개 한마리통닭구이 문어숙회*초고추장 김치 우유		
salad meal	모듬과일샐러드	블루베리망고샐러드	토마토양상추샐러드	모짜렐라볼샐러드	새우 샐러드		
café	커피	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:중국산