

천마생활관 학생식당 메뉴

2024. 3. 1. - 3. 15.

| 구분 | | | | | 1일 (금) | 2일 (토) | 3일 (일) |
|----------|--|--|--|--|---|--|--|
| 아침 식사 | | | | | 롤케익,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 햄구이,피클,만다린캔 씨리얼&요거트 전복죽.토마토 사과양상추샐러드 | 쌀밥+잡곡밥 된장찌개 자반고등어구이 비엔나케찹조림 오이부추무침 포기김치 | 쌀밥+잡곡밥 참치김치찌개 훈제오리불고기 치킨너겟*소스 오이부추무침 깍두기 |
| egg | | | | | 삶은계란*우유 | 삶은계란*우유 | 삶은계란*우유 |
| 점심 식사 | | | | | 쌀밥+잡곡밥 사골곰탕(면) 한우낙지불고기 오징어야채핫바*케찹 오징어젓무말랭이무침 석박지/ 우유 | 치킨마요덮밥 팽이미소된장국 떡갈비스테이크 &새송이버섯구이 단무지부추무침 김치 / 우유 | 카레라이스 유부숙갓어묵국 뿌링클양념치킨 수제오이피클 포기김치 우유 |
| snack | | | | | 꺾어먹는요구르트 | 바나나맛우유 | 드링킹요구르트 |
| salad | | | | | 블루베리망고샐러드 | 황도치커리샐러드 | BLT샐러드 |
| 저녁 식사 | | | | | 쌀밥+잡곡밥 얼큰어묵김치전골 청양돈갈비찜(당면) 가래떡떡볶이*군만두 상추겉절이 열무김치/우유 | 쌀밥+잡곡밥 순대국*다대기*부추 안동찜닭(떡) 돈안심강정 풋고추쌈장무침 깍두기/ 우유 | 쌀밥+잡곡밥 삼겹살김치찌개 청양제육간장불고기 새우볼꼬치*칠리소스 부추양파겉절이 열무김치/우유 |
| salad | | | | | 단호박샐러드 | 고구마샐러드 | 열대과일샐러드 |

*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

2024. 3. 1. - 3. 15.

| 구분 | 4일 (월) | 5일 (화) | 6일 (수) | 7일 (목) | 8일 (금) | 9일 (토) | 10일 (일) |
|----------|---|--|--|---|--|---|---|
| 아침 식사 | 쌀밥+잡곡밥 황태계란국 제육김치볶음 스팸구이*케찹 시금치나물무침/돌자반 열무김치 | 카스테라,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 햄구이,피클, 포도캔 전복죽.토마토 사과양상추샐러드 | 쌀밥+잡곡밥 쇠고기배추된장국 오삼불고기 연두부*양념장/김구이 참나물겉절이 포기김치 | 쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이, 봄동겉절이 낙지젓무침 포기김치 | 롤케익,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 햄구이,피클,파인애플캔 씨리얼&요거트 전복죽.토마토 사과양상추샐러드 | 쌀밥+잡곡밥 순두부김치찌개 삼치구이*와사비장 비엔나케찹조림 실파무생채 열무김치 | 쌀밥+잡곡밥 두부배추된장국 오리간장불고기 치킨너겟*소스 오이부추무침 포기김치 |
| egg | 삶은계란*우유 | 삶은 계란*우유 | 삶은계란*우유 | 삶은계란*우유 | 삶은 계란*우유 | 삶은계란*우유 | 삶은 계란*우유 |
| 점심 식사 | 쌀밥+잡곡밥 한우미역국 매운등갈비찜 훈제오리불고기*머스터드 무쌈*절임깻잎 포기김치/우유 | 쌀밥+잡곡밥 육개장 한우주물럭 코코넛새우튀김*칠리 쌈야채*쌈장*명이나물 깍두기/우유 | 쌀밥+잡곡밥 목살김치찌개 LA갈비찜 문어타코야끼 돌자반볶음 열무김치/우유 | 쌀밥+잡곡밥 미소된장국 함박스테이크*데미 까르보나라스파게티 감자튀김/피클 김치/우유 | 쌀밥+잡곡밥 한방한우갈비탕 한우낙지불고기 대하구이*초장 오징어젓무말랭이무침 깍두기/우유 | 쇠고기하이라이스 시금치된장국 왕새우튀김*칠리s 스위트콘샐러드 오이피클 포기김치/우유 | 삼겹김치볶음덮밥 숙갓어묵국 치킨가라아게*마요 단무지부추무침 열무김치 우유 |
| snack | 요거특 | 파인애플꼬치 | 아이스크림(와) | 바나나우유 | 바나나 | 드링킹요구르트 | 딸기우유*초코우유 |
| salad | 케이준치킨샐러드 | 청포도리코타치즈샐러드 | 훈제연어샐러드 | 닭다리살구이샐러드 | 파인애플샐러드 | BLT샐러드 | 열대과일샐러드 |
| 저녁 식사 | 사천짜장덮밥 오징어짬뽕국 참쌀탕수육 단무지부추무침 포기김치 우유 | 쌀밥+잡곡밥 버섯된장찌개 훈제닭구이*머스터드 차돌누들떡볶이*김말이 단무지채무침 포기김치/우유 | 쌀밥+잡곡밥 스팸감자짜글이 삼겹살구이*야채구이 잡채어묵야채볶음 모듬야채쌈*쌈장 포기김치/우유 | 쌀밥+잡곡밥 한우사골떡국 치킨윙봉구이 납작군만두 &비빔야채 포기김치/우유 | 쌀밥+잡곡밥 돼지국밥 주꾸미삼겹살고추장볶음 오징어링튀김*초간장 부추양파겉절이 배추김치/우유 | 쌀밥+잡곡밥 부대찌개 파닭치킨 사각어묵야채볶음 무초절임 열무김치/우유 | 쌀밥 + 잡곡밥 호박감자수제비 돼지갈비김치찜 생선까스*타르타르s 봄동겉절이 깍두기 / 우유 |
| salad | 모듬과일샐러드 | 오렌지샐러드 | 훈제오리샐러드 | 새우샐러드 | 에그콘샐러드 | 블루베리망고샐러드 | 황도치커리샐러드 |

*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

2024. 3. 1. - 3. 15.

| 구분 | 11일 (월) | 12일 (화) | 13일 (수) | 14일 (목) | 15일 (금) | | |
|----------|--|--|---|--|---|--|--|
| 아침 식사 | 쌀밥+잡곡밥 건새우시금치국 한우낙지불고기 스팸구이*케찹 양념깻잎지 / 돌자반 포기김치 | 카스테라,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 햄구이,피클, 포도캔 전복죽.토마토 사과양상추샐러드 | 쌀밥+잡곡밥 김치콩나물국 훈제오리불고기*무쌈 모닝두부/김구이 잔멸치견과조림 열무김치 | 쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이, 봄동겉절이 낙지젓무침 깍두기 | 롤케익,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 햄구이,피클,만다린캔 씨리얼&요거트 전복죽.토마토 사과양상추샐러드 | | |
| egg | 삶은 계란*우유 | 삶은 계란*우유 | 삶은계란+우유 | 삶은 계란*우유 | 삶은계란*우유 | | |
| 점심 식사 | 쌀밥+잡곡밥 삼겹순두부김치찌개 한우갈비찜 골뱅이무침*소면 열무김치 우유 | 쌀밥+잡곡밥 우렁짜글이된장찌개 제육보쌈*무말랭이무침 쟁반막국수 모듬쌈*새우젓 보쌈김치 / 우유 | 쌀밥+잡곡밥 장각백숙*참쌀죽 장어데리야끼구이 한우불고기 무쌈*야채쌈 배추겉절이/우유 | 쌀밥+잡곡밥 해물순두부찌개 삼겹살구이*구운야채 순대야채볶음 야채쌈*쌈장 포기김치/우유 | 쌀밥+잡곡밥 제주고기국수 돼지등갈비찜 옥수수오징어핫바*소스 문어초회*초장 포기김치/우유 | | |
| snack | 씨앗호떡 | 아이스크림(구구콘) | 오프룻 | 핫도그*케찹 | 요거특 | | |
| salad | 케이준치킨샐러드 | 훈제연어샐러드 | 새우샐러드 | 파인애플샐러드 | 모짜렐라치즈샐러드 | | |
| 저녁 식사 | 소고기카레라이스 맑은유부장국 돈까스*소스 국물떡볶이 단무지 포기김치 / 우유 | 쌀밥+잡곡밥 등갈비감자탕 메로구이*와사비장 오삼불고기 오이깍둑무침 포기김치 / 우유 | 쌀밥+잡곡밥 옥수수스프 목살스테이크 해물토마토스파게티 감자불튀김*오이피클 포기김치/우유 | 쌀밥+잡곡밥 해물감자수제비 청양돈땃갈비찜 한식잡채 실파무생채 겉절이김치 / 우유 | 쌀밥+잡곡밥 차돌된장찌개 매콤불닭떡볶음 연어구이*소스 무쌈*절임깻잎 포기김치 / 우유 | | |
| salad | 모듬과일샐러드 | 청포도리코타치즈샐러드 | 메쉬드포테이토샐러드 | 과일(키위만다린)샐러드 | 단호박샐러드 | | |

*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