

천마생활관 학생식당 메뉴

2023.11. 1 - 15

구분			1일 (수)	2일 (목)	3일 (금)	4일 (토)	5일 (일)
아침 식사			쌀밥+잡곡밥 차돌된장찌개 닭살야채볶음 계란찜*돌자반 콩나물무침 배추김치	쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,치커리생채 오징어젓무침 깍두기	롤케익,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 시리얼 햄구이,파인통조림 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 순두부찌개 소고기떡볶음 공치김치조림 무생채 배추김치	쌀밥+잡곡밥 북어계란국 치킨너겟*허니머스터드 메추리알장조림 잡채 깍두기
egg meal			삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유
점심 식사			삼겹김치볶음밥 콩나물국 함박스테이크 로제떡볶이*뿌링치즈볼 단무지/김치 우유	쌀밥+잡곡밥 사골떡만두국 등갈비김치찜*넓적당면 불고기크림브리또 김치 우유	쌀밥+잡곡밥 부대찌개 곱창야채볶음 얇은피만두 김치 우유	<<덮밥day>> 콩나물국 제육김치덮밥 깍두기 우유	<<덮밥day>> 한우미역국 돈까스카레덮밥 김치 우유
salad meal			BLT샐러드	에그&콘 샐러드	리코타치즈 샐러드	훈제오리샐러드	닭다리살구이샐러드
저녁 식사			쌀밥+잡곡밥 어묵국 제육볶음*쌈야채 갈치튀김*와사비장 배추김치 우유*꺼먹는요구르트	모듬카레라이스 돈육김치찌개 la갈비구이 감자튀김*시즈닝 깍두기 우유	쌀밥+잡곡밥 얼갈이된장국 돼지갈비김치찜 참치*마요네즈*돌자반 깍두기 우유	쌀밥+잡곡밥 참치김치찌개 닭봉*윙데리아끼조림 임연수튀김 석박지 우유	쌀밥+잡곡밥 돼지국밥 두부김치 떡볶이*핫도그*설탕*케첩 깍두기 우유
salad meal			토마토양상추샐러드	모짜렐라볼샐러드	새우 샐러드	단호박샐러드	고구마샐러드
café			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

2023.11. 1 - 15

구분	6일 (월)	7일 (화)	8일 (수)	9일 (목)	10일 (금)	11일 (토)	12일 (일)
아침 식사	쌀밥+잡곡밥 매운소고기감자국 비엔나소시지볶음 훈제오리아채볶음 계란찜 깍두기	카스테라,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 햄구이,피클,파인칸 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 배추콩나물된장국 연양식바삭불고기 계란장조림 콩나물무침 열무김치	쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,도라지오이생채 낙지젓무침 깍두기	롤케익,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 베이컨.피클,황도 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 고등어감자조림 멸치견과류조림 떡갈비구이 깍두기	쌀밥+잡곡밥 시금치두부된장국 오리불고기 돌자반 소고기잡채 깍두기
egg meal	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유
점심 식사	내가만든유부초밥 어묵국 콘치즈롤가츠 토마토스파게티 배추김치/단무지 우유	쌀밥+잡곡밥 김치콩나물국 한돈보쌈*쌈야채 골뱅이야채무침*소면 보쌈김치 우유	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 치즈닭갈비*깻잎*쌈무 고등어자반튀김 파김치/배추김치 우유*씨앗호떡	쌀밥+잡곡밥 매운버섯샤브샤브국 돈육바삭불고기*파채무침 로제떡볶이*치즈스틱 배추김치 우유	해물야채볶음밥 우동 한마리통닭구이 얇은피만두 깍두기 우유	<<뎀밥DAY>> 해물짬뽕국 짜장밥 단무지/배추김치 우유	<<뎀밥DAY>> 콩나물국 스팸김치뎀밥*치즈가루 단무지무침 우유
salad meal	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드	BLT샐러드	에그&콘 샐러드	리코타치즈 샐러드	훈제오리샐러드	닭다리살구이샐러드
저녁 식사	해물잡탕밥 모듬햄부대찌개 제육볶음*양배추찜 갈비만두 배추김치 우유	쌀밥+잡곡밥 떡국 닭볶음탕 연어구이*어니언소스 무초절임*깍두기 우유	쌀밥+잡곡밥 장각백숙*참살죽 등갈비김치찜 고추장아찌*부추무침 무석박지 우유	쌀밥+잡곡밥 돈육고추장찌개 안동찜닭 시금치나물*야채튀김 깍두기 우유	쌀밥+잡곡밥 시금치된장국 삼겹살야채구이*어묵볶음 삼야채*명이나물*생와사비 파김치*묵은지 우유	쌀밥+잡곡밥 대파해장국 돼지갈비찜 탕수육 배추김치 우유	쌀밥+잡곡밥 돈육김치찌개 파닭치킨 감자만두 무초절임 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,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

2023.11. 1 - 15

구분	13일 (월)	14일 (화)	15일 (수)				
아침 식사	쌀밥+잡곡밥 김치콩나물국 용가리치킨너겟 소시지야채볶음 돌자반 배추김치	카스텔라,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 베이컨.피클,파인통조림 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 해물순두부찌개 떡갈비구이 계란장조림 콩나물무침 배추김치				
egg meal	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유				
점심 식사	쌀밥+잡곡밥 시금치된장국 삼겹야채구이*쌈야채 떡볶이*순대튀김 김치 우유*굴	쌀밥+잡곡밥 아구탕 la갈비구이 무생채*잡채 김치 우유	쌀밥+잡곡밥 콩나물국 닭장각구이*소스 낙지볶음 깍두기 우유*초코에몽				
salad meal	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드	BLT샐러드				
저녁 식사	쌀밥+잡곡밥 참치김치찌개*김가루 뼈없는안동찜닭 스팸구이*마요네즈*김가루 배추김치 우유	쌀밥+잡곡밥 갈비탕*양파절임 돈육안심돈강정 순대야채볶음 깍두기 우유	쌀밥+잡곡밥 모듬햄부대찌개 제육볶음*쌈야채 한입브리토 배추김치 우유				
salad meal	모듬과일샐러드	블루베리망고샐러드	토마토양상추샐러드				
café	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