

2월 식단표

월	화	수	목	금
	1	2	3	4
	설날	공휴일	밥 무들깨국 닭살고구마조림 견과류멸치볶음 실곤약초고추장무침 톳두부무침 김치	밥 유부된장국 제육볶음 양배추다시마쌈&쌈장 맛살계란찜 연근조림 김치
7	8	9	10	11
밥 어묵채국 미트볼데리소스조림 오징어야채무침 감자채볶음 단호박조림 김치	밥 맑은소고기무국 가자미구이&양념장 국물떡볶이 김치잡채 얼갈이겉절이 깍두기	밥 된장찌개 안동찜닭 순대강정 우영채볶음 청경채나물 김치	밥 미역국 훈제오리찜&소스 소시지구이 무쌈 알배추나물 김치	밥 맛보기우동 치킨가스&소스 불어묵조림 푸실리파스타 양배추샐러드&소스 깍두기
14	15(정월대보름)	16	17	18
밥 양배추된장국 고등어무조림 너비아니구이&소스 도토리묵&양념장 호박볶음 김치	오곡밥 두부고추장찌개 적어구이 나물(콩나물,무나물, 취나물,시금치,가지) 구운맛김/땅콩 김치	밥 봄동된장국 불닭볶음 해물완자전 야채튀김 무비트초절이 김치	밥 오징어무국 등뼈묵은지조림 두부계란찜 구운맛김 참나물오이무침 깍두기	밥 만두국 카레소스 진미채고추장무침 고구마맛탕 그린샐러드&소스 깍두기
21	22	23	24	25
밥 미역들깨국 닭안심간장조림 명엽채볶음 검은콩땅콩조림 열무무침 김치	밥 배추속대된장국 코다리콩나물찜 떡갈비스테이크 두부조림 무생채 김치	밥 맑은순두부국 제육볶음 김말이튀김 청포묵겨자냉채 동초겉절이 깍두기	밥 감자어묵국 오징어순대볶음&소면 비엔나볶음 숙갓두부무침 콩나물무침 김치	밥 미소된장국 돈가스&소스 미트소스스파게티 맛살볶음 콘샐러드 깍두기
28				
밥 계란파국 돼지고기피망볶음 동태전 파래자반 브로콜리무침 김치	<원산지> 쌀:국내산 / 김치류 : 국내산(배추:국내산, 고춧가루:국내산) / 쇠고기:호주산 / 돼지고기:국내산 / 닭고기:국내산,브라질산 / 오징어:페루산 / 고등어:국내산 / 가자미:미국산 / 코다리:러시아산 쇠고기 식육가공품:호주산 / 돼지고기 식육가공품:국내산 / 닭고기 식육가공품:국내산 / 콩:수입산			