본우리집밥

본우리집밥 주간 메뉴표

5주차 1/26~2/1

사이언스빌리지 SCIENCE VILLAGE

	01 / 26 (월)	01 / 27 (화)	01 / 28 (수)	01 / 29 (목)	01 / 30 (금)	01 / 31 (토)	02 / 01 (일)
조식 (07:30 ~ 09:00)	명란두부두루치기 계란장조림	불고기핫도그 스크램블에그	북어해장국 쭈꾸미채소볶음	단호박사태장조림 소라살야채무침	우삼겹채소볶음 바지락미역국	전복내장죽 소고기장조림	소고기들깨우거지탕 새우살새송이볶음
	호박새우젓국 느타리부추무침 포기김치	꽃맛살브로컬리볶음 명엽채견과볶음 포기김치	알감자밤조림 도토리묵오이무침 깍두기	들깨무채국 다래순나물 포기김치	야채계란찜 콩나물무침 포기김치	오징어젓무침 크랜베리감자범벅 나박물김치	몽글순두부*양념장 실곤약해초무침 깍두기
	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 쇠고기야채죽 적근대샐러드 숭늉*원두커피	쌀밥(보통,진밥) 비타민두유 감자스프 파프리카샐러드 숭늉*원두커피	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,강낭콩팥밥 흑임자죽 비타민샐러드 숭늉*원두커피	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 매생이죽 무순샐러드 숭늉*원두커피	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 버섯야채죽 새싹샐러드 숭늉*원두커피	쌀밥(보통,진밥) 비타민두유 과일 비트샐러드 숭늉*원두커피	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 낙지야채죽 슈퍼씨드샐러드 숭늉*원두커피
중식 (11:40 ~ 13:00)	오삼불고기 우엉채소잡채	직화 도가니탕 녹두전*양파채절임	가쯔오김치우동 두부카츠오코노미야끼	해물양장피 새우튀김	통대파순살닭조림 들기름막국수	꼬막비빔밥*부추장 동태포전	가자미찜*양념장 소고기잡채
	냉이된장국 봄동숙쌈*저염쌈장 포기김치	참깨시래기지짐 참나물유자무침 깍두기	청경채찜 오복지깻잎무침 백김치	나가사끼짬뽕국 지삼선(가지,감자,피망) 열무김치	건새우아욱국 쑥갓사과무침 깍두기	쪽파계란국 궁중누들떡볶음 백김치	봄동된장국 레몬해초무침 열무김치
	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 적근대샐러드 숭늉*원두커피*과일	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 파프리카샐러드 숭늉*원두커피	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,강낭콩팥밥 비타민샐러드 숭늉*원두커피*과일	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 무순샐러드 숭늉*원두커피	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 새싹샐러드 숭늉*원두커피*과일	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 비트샐러드 숭늉*원두커피	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 슈퍼씨드샐러드 숭늉*원두커피
석식 (17:40 ~ 19:10)	생일자의 날 임연수조림 곤드레나물밥*양념장	닭가슴살고추장조림 유부주머니어묵탕	삼겹시금치볶음 재첩무국	직화 낙지연포탕 수제돼지고기육전	데리야끼초생강삼치구이 애호박새우젓볶음	미니전복닭곰탕 맥적구이(돈목살)	아귀곤이콩나물찜 수제떡갈비구이
	쇠고기미역국 가지,버섯깐풍튀김 꽃상추겉절이/ 백김치	검은깨온두부 &볶음김치 궁채들깨무침	표고버섯들깨볶음 도라지무침 포기김치	연근무화과조림 부추적채무침 깍두기	병아리콩콩비지찌개 유채나물 포기김치	멸치풋고추볶음 제철식재료 섬초무침 깍두기	미역국 저속노화채소찜 포기김치
	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 적근대샐러드 숭늉*TEA	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 파프리카샐러드 숭늉*TEA	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,강낭콩팥밥 비타민샐러드 숭늉*TEA	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 무순샐러드 숭늉*TEA	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 새싹샐러드 숭늉*TEA	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 비트샐러드 숭늉*TEA	쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 슈퍼씨드샐러드 숭늉*TEA

본죽정식

별미밥

원산지

* 식자재의 원산지는 일일메뉴 게시판에 별도로 표시하였습니다.
* 알레르기 주의 메뉴가 있으니 확인바랍니다.
(난류, 우유, 메밀, 땅콩, 대두, 밀, 고등어, 게, 새우, 돼지고기, 복숭아, 토마토, 아황산류, 호두, 닭고기, 쇠고기, 오징어, 조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 잣)
* 위 식단은 식자재 수급에 따라 변경될 수 있습니다.