

GIST 제1학생식당 주간식단표

* 상기 식단은 시장 수급 상황 또는 식당 사정에 따라 달라질 수 있습니다.*

2023년 에이치비푸드시스템

★	09월 11일(월)	09월 12일(화)	09월 13일(수)	09월 14일(목)	09월 15일(금)
조식	흑미밥 얼갈이된장국 계란후라이 1 돈까스데리조림 두부조림 도시락김 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 우동장국 계란찜 1 닭도리탕 멸치볶음 오이지무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 미역국 계란후라이 1 제육볶음 콩조림 야채겉절이 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 콩나물국 계란후라이 1 고기산적구이 데알곤약조림 무말랭이무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 김치두부국 계란찜 1 비엔나새송이볶음 감자조림 미역줄기볶음 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D
	조식 셀프 즉석라면코너(라면*계란*밥*김치*시리얼*우유*토스트*야채샐러드)				
중식	흑미밥 갈비맛돈볼고기 *비빔쫄면	흑미밥 닭양멸치냉국수 *타코야끼	흑미밥 춘천닭갈비보쌈	흑미밥 대패삼겹새싹비빔밥	흑미밥 치즈오므라이스
	만두탕수 숙주겨자무침 상추겉절이 얼갈이된장국 배추김치	돈육묵은지찜 그린빈어묵볶음 야채샐러드*D 오복지무침 각두기	두부조림 팽이미역줄기볶음 쌈야채*쌈장 새우미역국 배추김치	생선까스*타르소스 감자채볶음 짜사이오이무침 콩나물국 배추김치	라파뚜이미트볼 돈민짜가지볶음 그린샐러드*D 돈육김치찌개 배추김치
고정 메뉴	 매일 직접만드는 수제돈까스정식 (수제돈까스* 스프*모닝빵*후식음료*샐러드*단무지*배추김치) 8				
석식	흑미밥 사골떡만두국 미트스파게티 치킨팝콘*머스타드 콩조림 무말랭이무침 배추김치	흑미밥 소고기부국 치킨까스*소스 계란찜 1 도토리묵야채무침 실곤약겨자채 배추김치	흑미밥 부대찌개*라면사리 돈육데알장조림 멸치볶음 해초마요무침 오이지무침 배추김치	흑미밥 유니짜장 함박참스테이크 불어묵곤약볶음 야채샐러드*D 새우미역국 배추김치	흑미밥 얼갈이된장국 제육볶음 소세지전 콩나물무침 오이고추*쌈장 배추김치

★ 원산지표시 ★

쇠고기(호주산)돈육(국내산)돈뺨(국내산)삼겹살(미국산),고등어(국내산),김치(배추,고춧가루:중국산)닭(국내산)닭정육(브라질산)쌀(국내산)

★ 알레르기유발식품 ★

①난류(egg), ②우유(milk),③메밀(buckwheat),④대두(soybean), ⑤땅콩(peanut), ⑥밀(wheat), ⑦새우(shrimp), ⑧돼지고기(pork), ⑨닭고기(chicken), ⑩쇠고기(beef), ⑪오징어(squid), ⑫고등어(mackerel) ⑬조개류(shellfish)⑭토마토(tomato)⑮야황산염(sulgate)

d



식초,레몬즙,마늘,설탕,소금,참기름,깨

e

