

GIST 제1학생식당 주간식단표

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

2023년 에이치비푸드시스템

★	09월 18일 (월)	09월 19일 (화)	09월 20일 (수)	09월 21일 (목)	09월 22일 (금)
조식	흑미밥 미역국 계란후라이 1 치킨너겟*머스타드 참치김치볶음 도시락김 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 우동장국 계란후라이 1 떡갈비구이 어묵볶음 오이지무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 얼갈이된장국 계란후라이 1 생선까스*타르소스 두부구이*양념장 무말랭이무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 콩나물국 계란후라이 1 돈육김치볶음 찢만두*양념장 멸치볶음 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 김치두부국 계란후라이 1 카레라이스 미니돈까스 상추겉절이 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D
	조식 셀프 즉석라면코너 (라면*계란*밥*김치*시리얼*우유*토스트*야채샐러드)				
중식	흑미밥 치즈부대찌개 *라면사리	흑미밥 푸팟퐁커리 *김말이튀김	흑미밥 불맛나는고추장불고기	흑미밥 맛초킹순살치킨 *김밥볶음밥	흑미밥 돼지수육국밥
	함박찹스테이크 청포묵숙주무침 레몬에이드 씬다시마*초장 배추김치	갈비등뼈찜 멸치볶음 그린샐러드*D 팽이우동장국 배추김치	유부잡채 연근흑임자무침 씬야채*쌈장 얼갈이된장국 배추김치	베이컨감자조림 콩조림 치커리유자무침 콩나물국 배추김치	돈탕수육*소스 애호박새송이볶음 상추겉절이 오복지무침 배추김치
고정 메뉴	 매일 직접만드는 수제돈까스정식(수제돈까스* 스프*모닝빵*후식음료*샐러드*단무지*배추김치) 8				
석식	흑미밥 나가사끼짬뽕국 고추소스떡갈비 조선포박조림 무말랭이무침 레몬에이드 배추김치	흑미밥 참치마요밥 돈육복은지찜 미니돈까스*케찹 오이지무침 새우미역국 깍두기	흑미밥 돼지두부찌개 찢순대*들깨초장 소세지푸실리파스타 파래구이김 야채겉절이 배추김치	흑미밥 얼갈이된장국 제육볶음 국물떡볶이 숙주나물무침 씬야채*쌈장 배추김치	흑미밥 뼈다귀해장국 치킨까스*소스 어묵야채볶음 무말랭이무침 야채샐러드*D 배추김치

★ 원산지표시 ★

쇠고기(호주산)돈육(국내산)돈뼈(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)⑮아황산염(sulphite)

d



식초,레몬즙,마늘,설탕,소금,참기름,깨

4

