

GIST 제1학생식당 주간식단표

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

2021년 10월 한빛케터링

| ★ | 10월 11일(월) | 10월 12일(화) | 10월 13일(수) | 10월 14일(목) | 10월 15일(금) |
|--|---|--|---|--|---|
| 조식 | 흑미밥 black rice 콩나물국 Bean sprouts 스크램블에그 egg 치킨까스*소스 chicken 연두부*양념장 오복지무침 배추김치 cabbage kimchi 시리얼*우유 Cereal * Milk 토스트*잼 Toast 야채샐러드*D Vegetable Salad | 흑미밥 black rice 일갈이된장국 Soybean Paste Soup 달걀후라이 egg 무메란장조림 도시락김 양념깻잎지 배추김치 cabbage kimchi 시리얼*우유 Cereal * Milk 토스트*잼 Toast 야채샐러드*D Vegetable Salad | 흑미밥 black rice 북어무채국 dried pollack 스크램블에그 egg 닭갈비 chicken 콩나물무침 peanut, 간장깻잎지 배추김치 cabbage kimchi 시리얼*우유 Cereal * Milk 토스트*잼 Toast 야채샐러드*D Vegetable Salad | 흑미밥 black rice 유부장국 Soybean Paste Soup 달걀후라이 egg 스팸구이 pork 자반볶음 Seaweed 오복지무침 radish 배추김치 cabbage kimchi 시리얼*우유 Cereal * Milk 토스트*잼 Toast 야채샐러드*D Vegetable Salad | 흑미밥 black rice 감자수제비국 Potato sujebi 스크램블에그 egg 비엔나야채볶음 pork 감자매콤조림 콩자반 bean 배추김치 cabbage kimchi 시리얼*우유 Cereal * Milk 토스트*잼 Toast 야채샐러드*D Vegetable Salad |
| | 흑미밥 black rice 콩나물국 Bean sprouts 돼지김치짜글이 pork 소세지야채볶음 pork 열무겉절이 양념깻잎지 배추김치 cabbage kimchi | 흑미밥 black rice 일갈이된장국 Soybean Paste Soup 단호박닭볶음탕 chicken 어묵잡채 fish cake,mushroom 콩나물무침 Bean sprouts, 연근조림 배추김치 cabbage kimchi | 흑미밥 black rice 북어무채국 Iried pollack soup 유산슬 돈채마늘쫄볶음 pork 열갈이나물 Cabbage 오복지무침 배추김치 cabbage kimchi | 흑미밥 black rice 유부장국 Soybean Paste Soup 제육볶음 pork 양배추쌈*쌈장 lettuce 견과류멸치볶음 Nuts,Anchovy 간장깻잎지 배추김치 cabbage kimchi | 흑미밥 black rice 감자수제비국 Potato sujebi 안동찜닭 두부구이/양념장 bean curd 브로콜리맛살볶음 Brokley 오복지 배추김치 cabbage kimchi |
| 중식 | 없음 | BLT샌드위치 크림스프 | 돈가스카레 미니장국 | 콩나물해장라면 핫도그 | 고추잡채밥 짜장소스,미니장국 |
| 석식 | 흑미밥 black rice 새우미역국 Shrimp seaweed soup 짜장소스 pork 미니탕수육 숙주나물 Bean sprouts 땅콩조림 배추김치 cabbage kimchi | 흑미밥 black rice 우동장국 udon soup 한식불고기 pork 야채비빔만두 미역줄기볶음 오복지무침 배추김치 cabbage kimchi | 흑미밥 black rice 시래기된장국 Seaweed 고추장찜닭 후랑크어묵볼볶음 pork, fish cake 청포묵김가루무침 Mung Bean Jelly,Seaweed 콩조림 배추김치 cabbage kimchi | 흑미밥 black rice 계란국 bean curd 함박스테이크 pork,beef 계란후라이 새송이피망볶음 Mushroom 땅콩조림 배추김치 cabbage kimchi | 흑미밥 black rice 버섯육개장 Mushroom, 오삼불고기 Squid,pork 야채고로케,케찹 숙주나물무침 Bean sprouts 양념깻잎지 sesame leaf 배추김치 cabbage kimchi |
| ★ 원산지 표시 ★ 쇠고기(호주산)돈육(국내산)돈뼈(국내산)삼겹살(독일산),고등어(국내산),김치(배추,고춧가루:중국산)닭(국내산)쌀(국내산) ★ 알레르기 유발식품 (Allergy-induced food labelling guedance) ★ 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(sulgite) | | | | | |