

GIST 제1학생식당 주간식단표

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

2023년 에이치비푸드시스템

★	10월 30일(월)	10월 31일(화)	11월 01일(수)	11월 02일(목)	11월 03일(금)
	흑미밥 우동장국 계란후라이 1 비엔나야채볶음 감자곤약조림 김구이 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 얼갈이된장국 계란찜 1 돈육메알장조림 오징어까스*타르소스 콩나물무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 김치두부국 계란후라이 1 제육볶음 볶음우동 야채겉절이 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 새우미역국 계란후라이 1 돈육김치볶음 탕수육*소스 찜두부*양념장 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 얼갈이된장국 계란찜 1 스팸구이*케찹 숙주나물 콩조림 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D
조식 셀프 즉석라면코너(라면*계란*밥*김치*시리얼*우유*토스트*야채샐러드)					
중식	흑미밥 치즈부대찌개 *라면사리	흑미밥 불맛돈고추장불고기	흑미밥 스팸마요덮밥	흑미밥 알리오올리오파스타 *치즈닭갈비	흑미밥 뚝배기등뼈탕 *타코야끼
	함박찹스테이크 두부조림 멸치땅콩볶음 코울슬로콘샐러드 배추김치	김가루볶음라면 쌈야채*쌈장 미나리숙주나물 얼갈이된장국 배추김치	치킨까스유린기 야채겉절이 레몬미역무침 돼지김치찌개 배추김치	그린샐러드*D 콩나물무침 무말랭이무침 새우미역국 배추김치	고기산적구이 야채겉절이 어묵볶음 레몬에이드 배추김치
고정 메뉴	 매일 직접만드는 수제돈까스정식(수제돈까스* 스프*모닝빵*후식음료*샐러드*단무지*배추김치) 8				
석식	흑미밥 사골떡만두국 갈비등뼈찜 비빔짬면 미역줄기볶음 무말랭이무침 배추김치	흑미밥 소고기부국 돈육김치찜 찜두부*양념장 어묵야채볶음 김구이 깍두기	흑미밥 얼큰짬뽕수제비 고구마닭볶음 콩나물겨자채 콩조림 쌈다시마*초장 배추김치	흑미밥 유니짜장 맛초킹돈까스 계란찜 짜사이무침 팽이우동장국 배추김치	흑미밥 얼갈이된장국 제육볶음 감자채볶음 멸치볶음 쌈야채*쌈장 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

