

주 간 예 표

한빛케터링(주) GIST 제2학생식당

구 분	11월 06일 (월)	11월 07일 (화)	11월 08일 (수)	11월 09일 (목)	11월 10일 (금)	11월 11일 (토)	11월 12일 (일)	
조식	쌀밥 & 햄야채볶음밥 10.15 우거지들깨된장국 계란후라이 1 동그랑땡야채볶음 10.15 숙주나물 배추김치	쌀밥 & 카레볶음밥 10.15 두부김치국 5 계란후라이 1 새우가스&타르S 9 맛살그린빈볶음 배추김치	쌀밥 & 굴소스볶음밥 10.15 얼큰콩나물국 계란후라이 1 미트볼야채조림 15 미나리무생채 배추김치	쌀밥 & 김치볶음밥 10.15 제육순두부국 5.10 계란후라이 1 미니돈가스&케첩 10.15 열무겉절이 배추김치	쌀밥 & 짜장볶음밥 10.15 곤약어묵국 계란후라이 1 치킨가스&머스타드 15 콩나물무침 배추김치	흑미밥 무채된장국 계란후라이 1 참치김치볶음 시래기나물 깍두기	흑미밥 미역국 계란후라이 1 제육떡볶음 10 가지나물 배추김치	
	야채샐러드 시리얼&우유 2.6 토스트&잼 6	야채샐러드 시리얼&요거트 2 토스트&잼 6	야채샐러드 시리얼&우유 2.6 토스트&잼 6	야채샐러드 시리얼&요거트 2 토스트&잼 6	야채샐러드 시리얼&우유 2.6 토스트&잼 6	야채샐러드 시리얼&우유 2.6 토스트&잼 6	야채샐러드 시리얼&우유 2.6 토스트&잼 6	야채샐러드 시리얼&우유 2.6 토스트&잼 6
중식	한식	흑미밥 우거지들깨된장국 콩나물불고기 10 양배추숙쌈&견과류쌈장 햄케찹볶음 10.15 양념깻잎지 배추김치	흑미밥 두부김치국 5 오징어야채볶음 17 감자조림 고사리나물 수제배추겉절이 열무김치	흑미밥 얼큰콩나물국 시래기등뼈찜 10 삼색묵&양념장 검정콩자반 5 고구마맛탕 배추김치	흑미밥 제육순두부국 5.10 비엔나떡볶음 10.15 매콤명엽채볶음 파리멸치조림 오이무침 배추김치	흑미밥 곤약어묵국 동태무조림 분홍소세지전&케첩 15 궁채나물 가지양파볶음 배추김치	흑미밥 부대찌개&쫄면사리 10.15 민찌두부조림 5.10 미니새송이초무침 김자반볶음 무말랭이무침 배추김치	하이라이스 미소장국 5 스크램블에그 1 볶음우동 춘권튀김&칠리S 단무지부추무침 배추김치
		일품	유부우동 감자샌드위치	온쫄면 만두튀김	짜글이찌개 5.10 김가루죽밥	고기쌀국수 10 메밀전병	오므라이스 10.15 피크닉	---
석식	흑미밥 감자수제비국 고추잡채 10 마파두부 5.10 다시마채액젓무침 감자야채샐러드 배추김치	흑미밥 바지락순두부찌개 5.18 닭간장불고기 15 볼어묵야채조림 볶음김치 오이지무침 깍두기	흑미밥 크래미계란국 돈육짜장소스 10 탕수육&후르츠S 10 부추통들깨무침 간장고추지 배추김치	흑미밥 시금치건새우된장국 9 매콤계란장조림 1 미역초무침 야채겉절이 배추김치 레몬티	흑미밥 홍합미역국 18 야채계란찜 1 어묵굴소스볶음 미나리콩나물찜 배추김치 미숫가루	흑미밥 크림스프 돈가스&오리엔탈D 10 미트볼스파게티 10.15 수제비트무피클 배추김치 후식젤리	흑미밥 맑은콩나물국 탕평채 10 김치전 간장고추지 깍두기 메밀차	

1.계란류egg 2.우유milk 3.메밀buckwheat 4.땅콩peanut 5. 대두soybean 6.밀wheat 7.고등어mackerel 8.게crab 9.새우shrimp 10.돼지고기pork 11.복숭아peach 12.토마토tomato 13.아황산류sulgite 14.호두walnut 15.닭고기chicken 16.쇠고기beef 17.오징어squid 18.조개류shellfish(굴,전복,홍합 등) 19.잣pinenut