



GIST 제1학생식당 주간식단표



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

2021년 9월 한빛케터링

| ★ | 09월 13일(월) | 09월 14일(화) | 09월 15일(수) | 09월 16일(목) | 09월 17일(금) | 09월 18일(토) | 09월 19일(일) |
|----|--|---|--|--|--|--|--|
| 조식 | 흑미밥 들깨미역국 스크램블에그 메추리알장조림 그린빈감자채볶음 콩조림 배추김치 시리얼*우유 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 만둣국 달걀후라이 비엔나케찹볶음 김자반무침 청경채겉절이 배추김치 시리얼*우유 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 우동장국 스크램블에그 스팸감자짜글이 도토리묵*양념 새콤오이지무침 배추김치 시리얼*우유 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 콩나물국 달걀후라이 햄박스테이크*소스 맛살브로콜리볶음 들깨우나물 배추김치 시리얼*우유 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 두부된장국 스크램블에그 달갈비 도시락김 마늘총무침 배추김치 시리얼*우유 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 감자수제비국 달걀후라이 무감자조림 두부양념조림 간장깻잎지 배추김치 시리얼*우유 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 새우미역국 달걀후라이 비엔나피망볶음 어묵채볶음 콩조림 배추김치 시리얼*우유 토스트*잼 야채샐러드*D |
| | 중식 | 흑미밥 들깨미역국 돈육김치볶음 후랑크볼어묵볶음 부추겉절이 연근조림 배추김치 | 흑미밥 만둣국 숯불닭볶음탕 콘맛샐러드 부추오이무침 얼갈이나물 배추김치 | 흑미밥 유부장국 크림카레라이스 소세지구이 호박새송이나물 오이지 배추김치 | 흑미밥 얼큰콩나물국 등뼈시래기찜 생양파,오이*쌈장 가지양파볶음 콩나물무침 배추김치 | 흑미밥 두부감자된장국 제육볶음 양배추찜*된장 열무나물무침 볶음김자반 배추김치 | 흑미밥 강자수제비국 안동찜닭 참치김치전 멸치볶음 해초샐러드 배추김치 |
| 일품 | 생열무 비빔밥 미니장국 | 크림파스타 새우칩 | 갈비찜덮밥 미니장국 | 콩나물해장라면 미니밥 | | ♥ | ♥ |
| 석식 | 흑미밥 감자된장국 떡갈비아채볶음 햄버섯볶음 오복지 건새우무조림 배추김치 | 흑미밥 시래기된장국 콩나물불고기 미니프렌치토스트 견과류멸치볶음 야채겉절이 배추김치 | 흑미밥 바지락살미역국 양념치킨너겟 매콤두부조림 얼갈이 된장무침 깻잎지 배추김치 | 흑미밥 복어채우국 돼지숙주볶음 야채로케*케찹 명엽채볶음 양념고추지 배추김치 | 흑미밥 버섯매운탕 치킨마스*소스 브로콜리양파볶음 연근콩조림 오리엔탈치커리무침 배추김치 | 흑미밥 콩나물국 생선마스*타르타르S 고기고추잡채 느타리버섯볶음 땅콩조림 배추김치 | 흑미밥 감자된장국 치킨마스유린기 미역줄기볶음 김자반무침 얼갈이나물 배추김치 |

★원산지표시★

쇠고기(호주산)돈육(국내산)돈뺨(수입산)삼겹살(독일산),고등어(국내산),김치(배추,고춧가루:중국산)닭(국내산)쌀(국내산)

★알레르기 유발식품 (Allergy-induced food labelling guidance)★

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)