

GIST 제1학생식당 주간식단표

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

2023년 에이치비푸드시스템

★	07월 17일(월)	07월 18일(화)	07월 19일(수)	07월 20일(목)	07월 21일(금)
조식	흑미밥 얼갈이된장국 계란후라이 1 떡갈비조림 감자채볶음 두부조림 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 김치두부국 계란후라이 1 카레라이스 치킨까스*머스타드 무말랭이무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 콩나물국 계란후라이 1 돈육불고기 애호박나물 고추된장무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 우동장국 계란후라이 1 돈육메알장조림 소세지전 오이지무침 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 미역국 계란후라이 1 참치야채볶음 후랑크어묵볶음 콩조림 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D
	조식 셀프 즉석라면코너(라면*계란*밥*김치*시리얼*우유*토스트*야채샐러드)				
중식	흑미밥 즉석~삼겹살돈육구이	흑미밥 물냉면	흑미밥 부대찌개*라면사리	흑미밥 오프라이스 *갈비순살치킨	흑미밥 짜게치
	국물떡볶이 새송이애호박나물 아삭고추양파무침 얼갈이된장국 배추김치	돈수육 부추통들깨무침 단호박범벅 오복지무침 배추김치	고기산적난자완스 감자곤약조림 깻잎겉절이 그린샐러드*D 배추김치	도토리묵야채무침 김가루숙주무침 레몬에이드 우동장국 배추김치	생선까스*타르소스 썬갠두부무침 단무지무침 파송송계란탕 배추김치
고정메뉴	 매일 직접만드는 수제돈까스정식(수제돈까스*스프*모닝빵*후식음료*샐러드*단무지*배추김치) 8				
석식	흑미밥 얼큰달걀장 돈육잡채 베이컨감자조림 무말랭이무침 오이냉국 배추김치	흑미밥 돈육두부찌개 돈탕수육*소스 냉우동샐러드 어묵야채볶음 레몬에이드 배추김치	흑미밥 콩나물국 돈육복은지찜 두부구이*양념장 미역줄기볶음 냉미숫가루 배추김치	흑미밥 수제비손만두국 미트스파게티 계란찜 콩나물겨자채 오복지무침 배추김치	흑미밥 새우미역국 비엔나메알조림 부추편순대*들깨초장 무말랭이무침 야채샐러드*D 배추김치

★ 원산지표시 ★

쇠고기(호주산)돈육(국내산)돈뺨(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

춘권재고
시래기냉동재고
돈채재고10K
오이 2K
팽이버섯 3봉
천사재4봉



식초,레몬즙,마늘,설탕,소금,참기름,깨

