

GIST 제1학생식당 주간식단표

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

2023년 에이치비푸드시스템

| ★ | 08월 28일(월) | 08월 29일(화) | 08월 30일(수) | 08월 31일(목) | 09월 01일(금) |
|-------|---|---|--|--|--|
| 조식 | 흑미밥 새우미역국 계란후라이 1 닭도리탕 애호박나물 오이무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 김치두부국 계란후라이 1 카레라이스 생선까스*타르소스 고추지무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 얼갈이된장국 계란후라이 1 콩나물돈불고기 콩조림 상추겉절이 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 우동장국 계란후라이 1 치킨너겟*머스타드 두부조림 숙주나물 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 미역국 계란찜 1 스팸구이 당면야채볶음 도시락김 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D |
| | ***조식 셀프 즉석라면코너(라면*계란*밥*김치*시리얼*우유*토스트*야채샐러드)*** | | | | |
| 중식 | 흑미밥 알마늘돈육구이쌈밥 | 흑미밥 치즈부대찌개 *라면사리 | 흑미밥 갈비양념순살치킨 *김치햄볶음밥 | 흑미밥 날치알돌비 | 흑미밥 소고기장터국밥 *사리면 |
| | 오징어볶음우동 콩나물맛살겨자채 상추*쌈장 새우미역국 배추김치 | 갈비등뼈찜 해초마요무침 치커리유자무침 레몬에이드 배추김치 | 새우무조림 유부맛살냉채 도토리묵야채무침 얼갈이된장국 배추김치 | 함박찜스테이크 새우애호박나물 시리얼단호박범벅 팽이우동장국 배추김치 | 계란찜 햄감자채볶음 냉채리콕 무말랭이무침 배추김치 |
| 고정 메뉴 |  매일 직접만드는 수제돈까스정식(수제돈까스* 스프*모닝빵*후식음료*샐러드*단무지*배추김치) 8 | | | | |
| 석식 | 흑미밥 소고기무국 백순대볶음 물만두*초간장 야채겉절이 오복지무침 배추김치 | 흑미밥 나가사끼짬뽕국 고추소스떡갈비 비빔짬뽕 가지양파볶음 오이지무침 배추김치 | 흑미밥 참치마요밥 대패삼겹돈육김치찜 짜리멸치볶음 파래구이김 콩나물국 배추김치 | 흑미밥 등뼈감자탕 치킨까스*소스 어묵야채볶음 야채겉절이 레몬에이드 배추김치 | 흑미밥 얼갈이된장국 돈육고추장불고기 소세지전 숙주나물 상추*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(sulfite)

d



식초, 레몬즙, 마늘, 설탕, 소금, 참기름, 깨

e

