

GIST 제1학생식당 주간식단표

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

2023년 에이치비푸드시스템

★	10월 16일(월)	10월 17일(화)	10월 18일(수)	10월 19일(목)	10월 20일(금)
조식	흑미밥 우동장국 계란후라이 1 참치두부조림 돈탕수육*소스 오이지무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 얼갈이된장국 계란후라이 닭도리탕 감자채볶음 무말랭이무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 김치두부국 계란후라이 1 콩나물제육볶음 콩조림 야채겉절이 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 감자호박된장국 계란후라이 1 치킨까스*머스타드 어묵볶음 숙주나물 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 콩나물국 계란찜 1 돈육김치볶음 찐두부*양념장 도시락김 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D
	조식 셀프 즉석라면코너 (라면*계란*밥*김치*시리얼*우유*토스트*야채샐러드)				
중식	흑미밥 돈육짜글이찌개	흑미밥 갈비맛돈불고기 *비빔짬뽕	흑미밥 담양멸치국수 *돈수육보쌈	흑미밥 차돌뚝배기된장찌개	흑미밥 즉석~치즈오므라이스
	함박찹스테이크 치즈떡볶이 숙주나물 그린샐러드*D 배추김치	야채춘권튀김 햄야채볶음 콩나물무침 얼갈이된장국 배추김치	알감자버터구이 멸치볶음 무말랭이무침 쌈야채*쌈장 배추김치	로제찜닭 유부잡채 야채겉절이 레몬에이드 배추김치	소세지펜네파스타 잡채해물완자전 야채샐러드*D 콩나물국 배추김치
고정 메뉴	 매일 직접만드는 수제돈까스정식 (수제돈까스* 스프*모닝빵*후식음료*샐러드*단무지*배추김치) 8				
석식	흑미밥 닭육개장 소세지계란전 호박조림 실곤약겨자채 오이지무침 배추김치	흑미밥 들깨수제비 대패삼겹돈육김치찜 두부구이*양념장 미역줄기볶음 콩조림 배추김치	흑미밥 부대찌개*라면사리 돈육메알장조림 만두탕수 오복지무침 쌈다시마*초장 배추김치	흑미밥 카레라이스 고기산적구이 멸치볶음 콩나물무생채 우동장국 배추김치	흑미밥 소고기무국 마카로니미트볼조림 감자곤약조림 숙주나물 무말랭이무침 배추김치

★ 원산지 표시 ★

쇠고기(호주산)돈육(국내산)돈뺀(국내산)삼겹살(미국산),고등어(국내산),김치(배추,고춧가루:중국산)닭(국내산)닭정육(브라질산)쌀(국내산)

★ 알레르기 유발식품 ★

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

