

GIST 제1학생식당 주간식단표

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

2023년 에이치비푸드시스템

| ★ | 10월 23일(월) | 10월 24일(화) | 10월 25일(수) | 10월 26일(목) | 10월 27일(금) |
|-------|---|---|--|--|---|
| 조식 | 흑미밥 얼갈이된장국 계란후라이 1 돈탕수육*소스 돈육두부조림 어묵야채볶음 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 콩나물국 계란후라이 고추마요떡갈비 감자조림 야채겉절이 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 김치두부국 계란후라이 1 맛초킹돈까스 마늘종새우볶음 고기손만두*양념장 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 우동장국 계란후라이 1 돈육메알장조림 동그랑땡전 시금치나물 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D | 흑미밥 새우미역국 계란찜 1 카레라이스 고기산적구이 무말랭이무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D |
| | ***조식 셀프 즉석라면코너(라면*계란*밥*김치*시리얼*우유*토스트*야채샐러드)*** | | | | |
| 중식 | 흑미밥 불맛돈불고기쌈밥 | 흑미밥 삼겹살볶음밥 *미트스파게티 | 흑미밥 바지락순두부찌개 | 흑미밥 온모밀국수 *순살치킨후라이드 | 흑미밥 똑배기돼지국밥 |
| | 만두탕수 청포묵숙주무침 쌈야채*쌈장 얼갈이된장국 배추김치 | 비엔나후랑크볶음 미역줄기볶음 그린샐러드*D 김치콩나물국 배추김치 | 갈비등뼈찜 국물떡볶이 콩나물무침 쌈다시마*초장 배추김치 | 시금치계란찜 민물새우무조림 오이지무침 그린샐러드*D 배추김치 | 생선까스*타르소스 실곤약겨자채 콩조림 무말랭이무침 배추김치 |
| 고정 메뉴 |  매일 직접만드는 수제돈까스정식 (수제돈까스* 스프*모닝빵*후식음료*샐러드*단무지*배추김치) 8 | | | | |
| 석식 | 흑미밥 등뼈감자탕 칠리간풍기 비빔짬면 마늘종새우볶음 오복지무침 배추김치 | 흑미밥 소고기떡국 함박찹스테이크 햄감자채볶음 숙주나물 무말랭이무침 배추김치 | 흑미밥 속갯어묵탕 목은지닭볶음 미니돈까스*케찹 오이지무침 파래구이김 배추김치 | 흑미밥 두부돈육찌개 치킨까스*소스 볶음라면 콩조림 짜사이단무지무침 배추김치 | 흑미밥 얼갈이된장국 돈육고추장불고기 물파래전 콩나물무침 쌈야채*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

