

GIST 제1학생식당 주간식단표

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

2023년 에이치비푸드시스템

★	10월 09일(월)	10월 10일(화)	10월 11일(수)	10월 12일(목)	10월 13일(금)
조식	유 무	흑미밥 김치두부국 계란후라이 함박찹스테이크 후랑크볼어묵볶음 오박조림 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 얼갈이된장국 계란후라이 1 생선까스*타르소스 두부조림 무말랭이무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 우동장국 계란후라이 1 비엔나메알볶음 감자조림 도토리묵야채무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 콩나물국 계란찜 1 고기산적구이 고기손만두*양념장 당면야채볶음 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D
	조식 셀프 즉석라면코너(라면*계란*밥*김치*시리얼*우유*토스트*야채샐러드)				
중식	휴 무	흑미밥 치즈부대찌개 *라면사리	흑미밥 닭칼국수	흑미밥 김밥볶음밥 *상추튀김(오징어튀김*상추)	흑미밥 대패삼겹마요덮밥
	휴 무	순대콩나물찜 멸치볶음 맹초부추전 쌈다시마*초장 배추김치	등뼈묵은지찜 콩조림 해초마요무침 레몬에이드 배추김치	돈채두부조림 숙주나물 상추*청양간장 유부우동장국 배추김치	잼샌드위치 새송이호박나물 야채겉절이 얼큰콩나물국 배추김치
고정 메뉴	 매일 직접만드는 수제돈까스정식(수제돈까스* 스프*모닝빵*후식음료*샐러드*단무지*배추김치) 8				
석식	유 무	흑미밥 사골떡만두국 미트스파게티 돈탕수육*소스 무말랭이무침 야채샐러드*D 배추김치	흑미밥 돼지두부찌개 고기산적구이 마약떡볶이 알감자엿장조림 오복지무침 배추김치	흑미밥 등뼈감자탕 치킨까스*소스 어묵야채볶음 콩조림 야채겉절이 배추김치	흑미밥 얼갈이된장국 돈육고추장불고기 치킨팝콘*머스타드 멸치볶음 무말랭이무침 배추김치

★ 원산지표시 ★

쇠고기(호주산)돈육(국내산)등뼈(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



식초,레몬즙,마늘,설탕,소금,참기름,깨

4

