

GIST 제1학생식당 주간식단표

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

2023년 에이치비푸드시스템

★	07월 03일(월)	07월 04일(화)	07월 05일(수)	07월 06일(목)	07월 07일(금)
조식	흑미밥 김치두부국 계란후라이 1 비엔나데알조림 두부멸치조림 오이지무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 우동장국 계란후라이 1 제육볶음 콩조림 상추겉절이 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 새우미역국 계란후라이 1 맛초킹돈까스 어묵볶음 콩나물무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 콩나물국 계란후라이 1 참치야채볶음 치킨너겟*머스타드 무말랭이무침 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 얼갈이된장국 계란후라이 1 닭도리탕 오박나물 오이생채 배추김치 시리얼*우유2 토스트*잼 야채샐러드*D
	조식 셀프 즉석라면코너 (라면*계란*밥*김치*시리얼*우유*토스트*야채샐러드)				
중식	흑미밥 치즈부대찌개 *라면사리 청양크림함박스테이크 잼샌드위치 그린샐러드*D 레몬에이드 배추김치	흑미밥 목은지냉국수 돈수육보쌈 미역줄기볶음 무말랭이무침 상추*쌈장 배추김치	흑미밥 푸팟퐁커리 후라이드양념순살치킨 오징어알감자조림 콩자반 새우미역국 배추김치	흑미밥 차돌박이스파게티 칠리간풍기 두부멸치조림 야채겉절이 콩나물냉국 배추김치	흑미밥 알마늘돈육구이쌈밥 계란찜 가지콩나물무침 상추*쌈장 얼갈이된장국 배추김치
	고정메뉴	 매일 직접만드는 수제돈까스정식 (수제돈까스* 스프*모닝빵*후식음료*샐러드*단무지*배추김치) 8			
석식	흑미밥 오이미역냉국 갈비등뼈찜 만두탕수 어묵볶음 오복지무침 배추김치	흑미밥 돈육김치지개 참치마요밥 돈채두부조림 숙주나물 해초샐러드 배추김치	흑미밥 얼갈이된장국 대패삼겹돈육김치찜 찜두부*양념장 유부맛살냉채 레몬에이드 배추김치	흑미밥 새우미역국 불닭볶음탕 야채춘권튀김 실곤약겨자채 야채겉절이 배추김치	흑미밥 콩나물국 유니짜장 치킨까스*머스타드 오이무침 무말랭이무침 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

준원재고

시래기냉동재고

돈재재고10K

오이 2K

팽이버섯 3봉

천사재4봉



식초,레몬즙,마늘,설탕,소금,참기름,깨

