

GIST 제 2 학생식당 주간 식단표



	7/26 월	7/27 화	7/28 수	7/29 목	7/30 금	7/31 토	8/01 일
조식	콩나물국 Bean sprouts 흰밥*햄야채볶음밥 Pork 계란후라이 egg 떡갈비구이 pork 어묵야채볶음 fish cake 볶음자반 laver 야채샐러드 vegetable 배추김치 Cabbage 시리얼*우유 Wheat*milk 토스트*잼 Wheat	새우미역국 Shrimp 흰밥*김치햄볶음밥 Pork 계란후라이 egg 햄박참스테이크 pork 호박나물 zucchini 오이무침 cucumber 야채샐러드 vegetable 배추김치 Cabbage 시리얼*우유 Wheat*milk 토스트*잼 Wheat	순두부김치국 bean curd 흰밥*새우두반장볶음밥 Shrimp 계란후라이 egg 돈육불고기 pork 소세지전 pork 고추장아찌 chili 야채샐러드 vegetable 배추김치 Cabbage 시리얼*우유 Wheat*milk 토스트*잼 Wheat	유부장국 Udon soup 흰밥*카레볶음밥 pork 계란후라이 egg 돈데알장조림 Pork.egg 숙주나물 Bean sprouts 마늘종장아찌무침 garlic scape 야채샐러드 vegetable 배추김치 Cabbage 시리얼*우유 Wheat*milk 토스트*잼 Wheat	무청시래기국 Soybean 흰밥*김가루양념밥 pork 계란후라이 egg 닭야채볶음 chicken 도시락김 laver 부추겉절이 leek 야채샐러드 vegetable 배추김치 Cabbage 시리얼*우유 Wheat*milk 토스트*잼 Wheat	7월 주말식사는 1학생식당에서 운영합니다	김치콩나물국 Bean sprouts 흑미밥 Black rice 계란후라이 egg 스팸구이 pork 콩조림 black beans 오이무침 cucumber 야채샐러드 vegetable 배추김치 Cabbage 시리얼*우유 Wheat*milk 토스트*잼 Wheat
정식	흑미밥 Black rice 콩나물국 Bean sprouts 돈육김치볶음 Pork 만두탕수 pork 연두부*양념장 bean curd 미역줄기맛살볶음 Seaweed 깍두기 radish 레몬티 Lemonl	흑미밥 Black rice 새우미역국 Shrimp 안동찜닭 chicken 대파바게트 Wheat 미나리숙주나물 water parsley 깻잎양념지 Sesame leaf 배추김치 Cabbage 수정과 Cinnamon	흑미밥 Black rice 순두부김치국 bean curd 유니카레 pork 치킨까스유린기 chicken 후랑크푸실리볶음 pork 무말랭이무침 radish 배추김치 Cabbage 레몬티 Lemonl	흑미밥 Black rice 등뼈감자탕 pork 미트볼두부볶음 Pork 돈육버섯잡채 pork Mushroom 새우호박나물 Shrimp 해초샐러드 Seaweed 배추김치 Cabbage 냉미숫가루 grain	흑미밥 Black rice 무청시래기국 Soybean 치킨까스*소스 chicken 쫄면떡볶이 Wheat 불어묵곤약볶음 fish cake 도토리묵김치무침 Acorn jello 배추김치 radish 레몬티 plum		흑미밥 Black rice 김치콩나물국 Bean sprouts 고추잡채 chili 춘권튀김 vegetable 열무된장나물 radish 오이소박*고추*쌈장 cucumber 배추김치 Cabbage
일품	BEST 새싹참치비빔밥 tuna wheat 핫도그 pork	살얼음물냉면 Wheat 숫불고기 pork	눈꽃치즈김치볶음밥 pork 그릴소세지 Cheese	BEST 짜개치 pork 야끼군만두 Wheat	오삼불고기덮밥 pork.Squid 사과피크닉 Apple juice	식단은 구매사정에 의해 변경될수 있습니다.	
석식	흑미밥 Black rice 얼큰짬뽕국 pork 생선까스*타르소스 Fish cutlets 볶음우동 Wheat 콩조림 black beans 양념고추지 chili 배추김치 Cabbage	흑미밥 Black rice 무청시래기국 Soybean 사천제육볶음 pork 고구마맛탕 sweet potato 레몬미역초무침 Seaweed 열무겉절이 radish 배추김치 Cabbage	흑미밥 Black rice 콩나물국 Bean sprouts 데리야끼닭볶음 chicken 열무비빔국수 Wheat 얼갈이된장나물 Cabbage 오복지무침 radish 배추김치 Cabbage	흑미밥 Black rice 버섯들깨탕 Mushroom 떡갈비칠리볶음 pork 오징어감자조림 Squid 파래자반볶음 laver 코울슬로샐러드 Cabbage 배추김치 Cabbage	흑미밥 Black rice 우동장국 Udon soup 돈육김치볶음 pork 야채고로케*케첩 vegetable 숙주나물 Bean sprouts 숙갓오이겉절이 Cucumber 배추김치 Cabbage	흑미밥 Black rice 새우미역국 Shrimp 닭도리탕 chicken 칠리가지탕수 eggplant 어묵야채볶음 fish cake 고추장아찌 chili 배추김치 Cabbage	

쌀(국내산) 배추김치(국, 찌개, 볶음, 반찬): 배추(중국산) 고추가루(중국산) 돈육(국내산) 돈뽀(국내산) 소고기(호주산) 삼겹살(독일산) . 닭(국내산) 고등어(국내산)

*알레르기 유발식품(Allergy-induced food labelling guidance)

1. 계란류egg 2. 우유milk 3. 메밀buckwheat 4. 땅콩Peanut 5. 대두Soybean 6. 밀Wheat 7. 고등어Mackerel 8. 게Crab 9. 새우Shrimp 10. 돼지고기Pork 11. 복숭아Peach 12. 토마토Tomato 13. 아황산류sulphite 14. 호두walnut 15. 닭고기chicken 16. 쇠고기beef 17. 오징어Squid 18. 조개류shellfish (굴, 전복, 홍합 등) 19. 잣pine nut

