

천마생활관 학생식당 메뉴

2022.11. 1 - 15

구분		1일 (화)	2일 (수)	3일 (목)	4일 (금)	5일 (토)	6일 (일)
아침 식사		단팔호빵,꿀고구마호빵 모듬빵,치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 베이컨.피클,황도 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 차돌된장찌개 닭살야채볶음 계란찜*돌자반 콩나물무침 배추김치	쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,치커리생채 오징어젓무침 깍두기	구워먹는호떡,모듬빵 치즈.버터.딸기잼*초코잼 시리얼,요거트 햄구이.피클,굴통조림 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 순두부찌개 메추리알장조림 콩치김치조림 무생채 배추김치	쌀밥+잡곡밥 북어계란국 치킨너겟*허니머스터드 소고기떡볶음 잡채 깍두기
egg meal		삶은계란*우유	삶은계란*우유	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유
점심 식사		*입사생특식제공* 마라탕*스팸튀김 닭다리바베큐소스구이 삼겹살김치볶음밥 무초절임,김치 우유 초코에몽	*입사생특식제공* 고구마치즈돈까스*유부초밥 어묵국 쫄면야채무침 단무지 우유 붕어빵	*입사생특식제공* 등갈비찜*넙적당면 사골떡만국 콤비네이션피자맛부리도 김치 우유 뿌링치즈볼	*입사생특식제공* 잔치국수*오징어김치전 얇은피만두 단무지무침 김치 우유 연시	자장밥 참치김치찌개 탕수육 간장진미채무침 김치 우유 굴	쌀밥+잡곡밥 미역국 돈까스 떡볶이*삶은계란 김치 우유 콩야채샐러트
salad meal		두부샐러드	BLT샐러드	에그&콘 샐러드	리코타치즈 샐러드	훈제오리샐러드	닭다리살구이샐러드
저녁 식사		쌀밥+잡곡밥 갈비탕*양파절임 돼지등심양념구이*쌈야채 한입브리토(고구마치즈맛) 배추김치 초코우유/두유	쌀밥+잡곡밥 삼겹김치짜글이*김가루 차돌박이숙주볶음 스팸구이 배추김치 바나나우유/두유	<<덮밥DAY>> 카레라이스*연두부찜 김치수제비국 치킨가라아게 깍두기 딸기우유/두유	쌀밥+잡곡밥 갈비우거지국 돼지갈비김치찜 낙지젓무침*마늘장아찌 깍두기 요구르트/두유	쌀밥+잡곡밥 우렁된장찌개 닭봉*윙데리아끼조림 임연수튀김 석박지 우유/두유	쌀밥+잡곡밥 순대국밥 제육김치볶음 조기튀김 깍두기 우유/두유
salad meal		새우 샐러드	토마토양상추샐러드	과일(키위만다린)샐러드	새우 샐러드	단호박샐러드	고구마샐러드
snack time		천하장사	바나나	간식빵	아이스크림	완제쿠키	초코바
café		레몬에이드/커피	포도주스/커피	망고주스/커피	레몬에이드/커피	오렌지주스/커피	포도주스/커피

*위식단은시장(급식)상황에따라변경될수있음

밥, 죽, 누룽지-쌀(현미, 흑미, 찰쌀):국내산/배추김치(배추, 고추가루:국내산)/소고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기:국내산/콩(두부):외국산/민물장어:국내산/낙지:베트남산, 명태, 동태, 코다리, 명란:러시아산/고등어:국내산/갈치:국내산/오징어:국내산/꽃게:국내산/참조기:국내산

천마생활관 학생식당 메뉴

2022.11. 1 - 15

구분	7일 (월)	8일 (화)	9일 (수)	10일 (목)	11일 (금)	12일 (토)	13일 (일)
아침 식사	쌀밥+잡곡밥 매운소고기감자국 비엔나소시지구이 훈제오리야채볶음 계란찜 깍두기	카스테라,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 햄구이,피클,파인칸 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 배추콩나물된장국 소고기메추리알장조림 가자미튀김 햄감자볶음 열무김치	쌀밥+잡곡밥 곰국 베이컨구이 김구이,도라지오이생채 낙지젓무침 깍두기	롤케익,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 베이컨.피클,황도 전복죽.토마토 사과양상추샐러드	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 고등어감자조림 멸치견과류조림 스팸구이 깍두기	쌀밥+잡곡밥 시금치두부된장국 오리불고기 돌자반 소고기잡채 깍두기
egg meal	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	구운계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유	삶은계란*우유
점심 식사	*입사생특식제공* 육회VS참치마요비빔밥 돈육김치찌개 계란후라이*초고추장 배추김치 우유 씨앗호떡	*입사생특식제공* 한돈제육보쌈*비빔국수 쌈야채 콩나물국 보쌈김치 우유 소떡소떡	*입사생특식제공* 한우등심주물럭 육개장 쌈야채,콩나물,쌈무 파김치/배추김치 우유 아임리얼쥬스	해물굴소스볶음밥 매운버섯샤브샤브국 등갈비김치찜 까르보나라떡볶이 배추김치 우유 파인애플	*입사생특식제공* 한마리통닭구이 우동 내가만든유부초밥 단무지무침 우유 빠빠로	<<덮밥DAY>> 짜장밥*면 짬뽕국 유린기 단무지무침,김치 우유 쥬시쿨	<<일품요리>> 스팸김치덮밥*치즈가루 콩나물국 닭데리야끼구이 단무지무침,김치 우유 감자고로케
salad meal	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드	BLT샐러드	에그&콘 샐러드	치즈 샐러드	훈제오리샐러드	닭다리살구이샐러드
저녁 식사	<<덮밥DAY>> 전복해물잡탕밥 모듬햄부대찌개 갈비만두*느타리호박볶음 배추김치 아몬드브리즈/두유	쌀밥+잡곡밥 떡국 뿌링클치킨*양념소스 연어구이*어니언소스 무초절임*깍두기 초코우유/두유	쌀밥+잡곡밥 장각백숙*참살죽 간소새우 부추무침*고추지무침 무석박지 바나나우유/두유	쌀밥+잡곡밥 김치수제비국 삼겹살구이*야채구이 쌈야채*명이나물*생와사비 파김치*묵은지 딸기우유/두유	치킨데리야끼덮밥 비지찌개 안심돈강정 사각어묵볶음 깍두기 요구르트/두유	쌀밥+잡곡밥 대파해장국 돼지갈비찜 탕수육 배추김치 우유/두유	카레라이스 돼지고기김치찌개 파닭치킨 감자만두 무초절임 우유/두유
salad meal	모듬과일샐러드	블루베리망고샐러드	토마토양상추샐러드	과일(키위만다린)샐러드	새우 샐러드	단호박샐러드	고구마샐러드
snack time	완제쿠키	간식빵	바나나	완제쿠키	아이스크림	완제쿠키	초코바
café	망고쥬스/커피	레몬에이드/커피	포도쥬스/커피	망고쥬스/커피	레몬에이드/커피	오렌지쥬스/커피	포도쥬스/커피

*위식단은시장(급식)상황에따라변경될수있음

밥, 죽, 누룽지-쌀(현미, 흑미, 찰쌀):국내산/배추김치(배추, 고추가루:국내산)/소고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기:국내산/콩(두부):외국산/민물장어:국내산/낙지:베트남산, 명태, 동태, 코다리, 명란:러시아산/고등어:국내산/갈치:국내산/오징어:국내산/꽃게:국내산/참조기:국내산

천마생활관 학생식당 메뉴

2022.11. 1 - 15

구분	14일 (월)	15일 (화)					
아침 식사	쌀밥+잡곡밥 한우미역국 소고기떡볶음 계란찜 호박볶음 배추김치	카스텔라,모듬빵 치즈.버터.딸기잼 씨리얼,요거트 베이컨,과일통조림 전복죽.토마토 사과양상추샐러드					
egg meal	구운계란*우유	삶은계란*우유					
점심 식사	*입사생특식제공* 잔치국수*양념장 닭바베큐구이 비엔나케찹볶음 김치 우유 굴	*입사생특식제공* 돼지등갈비구이 아구탕 무생채 김치 우유 골드키위					
salad meal	훈제연어샐러드	케이준치킨샐러드					
저녁 식사	쌀밥+잡곡밥 참치김치찌개*김가루 안동찜닭 잡채 배추김치 아몬드브리즈/두유	쌀밥+잡곡밥 시금치된장국 돈육강정 순대야채볶음 깍두기 초코우유/두유					
salad meal	모듬과일샐러드	블루베리망고샐러드					
café	망고쥬스/커피	레몬에이드/커피					

*위식단은시장(급식)상황에따라변경될수있음

밥,죽,누룽지-쌀(현미,흑미,잡쌀):국내산/배추김치(배추,고추가루:국내산)/소고기,돼지고기,닭고기,오리고기:국내산/콩(두부):외국산/민물장어:국내산/낙지:베트남산,
명태,동태,코다리,명란:러시아산/고등어:국내산/갈치:국내산/오징어:국내산/꽃게:국내산/참조기:국내산