본우리집밥

본우리집밥 주간 메뉴표

사이언스빌리지 SCIENCE VILLAGE

	10 / 26 (월)	10 / 27 (화)	10 / 28 (수)	10 / 29 (목)	10 / 30 (금)	10 / 31 (토)	11 / 01 (일)
조식 (07:30 ~ 09:00)	해물동그랑땡깻잎전 근대된장국 목이버섯볶음 고들빼기지 깍두기 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 본팥죽 비트그린샐러드(사우전D) 숭늉*원두커피	아보카도호밀빵샌드위치 알리오올리오파스타 스크램블에그 검은콩두유 나박김치 쌀밥(보통,진밥) * 옥수수크림스프 올리브그린샐러드(참깨D) 숭늉*원두커피	병어양념찜 감자양파국 메추리알장조림 건새우마늘쫑볶음 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 本버섯야채죽 파프리카샐러드(딸기D) 숭늉*원두커피	소고기탕국 두부조림 꽈리고추멸치볶음 콩자반 깍두기 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 本단호박죽 로메인그린샐러드(포도D) 숭늉*원두커피	통마늘닭살볶음 삐짐무국 우엉채조림 배추나물 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 本미역죽 만다린샐러드(오렌지D) 숭늉*원두커피	본죽데이 서리태흑임자죽 찢은소고기장조림 명이나물절임 백나박김치 쌀밥(보통,진밥) 마시는요거트 바나나 블루베리그린샐러드(키위D) 숭늉*원두커피	고사리조기조림 얼갈이된장국 매생이계란찜 숙주나물 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 本새우살죽 비타민그린샐러드(흑임자D) 숭늉*원두커피
중식 (11:40 ~ 13:00)	생강삼치구이 콩비지찌개 고사리나물 쌈다시마&브로컬리&초장 얼갈이겉절이*과일 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 비트그린샐러드 숭늉*원두커피	제주고기국수 왕만두찜 도토리묵*양념간장 쑥갓사과무침 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 올리브그린샐러드 숭늉*원두커피	저당식 닭안심야채볶음 북어무국 모듬버섯숙회&초장,기름장 얼갈이된장나물 포기김치*과일 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 파프리카샐러드 숭늉*원두커피	코다리엿장조림 애호박짜글이 치커리흑임자무침(연근) 바지락살고구마순볶음 열무김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 로메인그린샐러드 숭늉*원두커피	수제타워함박스테이크 병아리콩크림스프 토마토스파게티 오이무우피클 열무김치*과일 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 만다린샐러드 숭늉*원두커피	된장마요고등어구이 돼지고기김치찌개 미역줄기볶음 새우살호박볶음 깍두기 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 블루베리그린샐러드 숭늉*원두커피	육개장 두부텐더*칠리소스 새송이버섯볶음 꼬시래기초무침 깍두기 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 비타민그린샐러드 숭늉*원두커피
석식 (17:40 ~ 19:10)	생일자의날 뚝배기소불고기 직화 깐쇼새우 바지락미역국 한식잡채 포기김치& 홍시 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 비트그린샐러드 숭늉*TEA(보리)	톳표고밥 꽁치묵은지찜 콩나물국 구운김/양파장아찌 열무김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 올리브그린샐러드 숭늉*TEA(메밀)	해물누룽지탕 황금송이섭산적구이 알감자조림 도라지오이무침 배추겉절이 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 파프리카샐러드 숭늉*TEA(옥수수)	콩나물돈육불고기 청경채된장국 건두부참깨소스무침 알마늘지 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 로메인그린샐러드 숭늉*TEA(결명차)	직화 보양추어탕 연근보리새우깡 탕평채 쫑상추겉절이 깍두기 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 만다린샐러드 숭늉*TEA(둥글레)	어향가지덮밥 대파계란국 오색고추잡채&꽃빵 짜사이무침 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 블루베리그린샐러드 숭늉*TEA(보리차)	파채닭도리탕 손수제비국 견과류단호박찜 건파래볶음 열무김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 비타민그린샐러드 숭늉*TEA(보이)
원산지	* 식자재의 원산지는 일일메뉴 게시판에 별도로 표시하였습니다. * 알레르기 주의 메뉴가 있으니 확인바랍니다. (난류, 우유, 메밀, 땅콩, 대두, 밀, 고등어, 게, 새우, 돼지고기, 복숭아, 토마토, 아황산류, 호두, 닭고기, 쇠고기, 오징어, 조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 잣) * 위 식단은 식자재 수급에 따라 변경될 수 있습니다.						