본우리집밥

본우리집밥 주간 메뉴표

사이언스빌리지 SCIENCE VILLAGE

	11 / 02 (월)	11 / 03 (화)	11 / 04 (수)	11 / 05 (목)	11 / 06 (금)	11 / 07 (토)	11 / 08 (일)
조식 (07:30 ~ 09:00)	들깨토란버섯탕 두부두루치기 중멸치고추조림 근대나물 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 本흑임자죽 비트그린샐러드(사우전D) 숭늉*원두커피	단호박호밀빵샌드위치 시금치크림뇨끼 계란후라이 고칼슘두유 빨간나박물김치 쌀밥(보통,진밥) * 당근크림스프 올리브그린샐러드(참깨D) 숭늉*원두커피	맑은대구탕 꽈리고추계란장조림 그린빈스감자채볶음 시래기된장지짐 깍두기 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 本버섯야채죽 파프리카샐러드(딸기D) 숭늉*원두커피	소고기해장국 오징어굴소스볶음 연근조림 청경채나물 열무김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 本단호박죽 로메인그린샐러드(포도D) 숭늉*원두커피	갈치구이 사골떡국 우엉채볶음 깻잎지 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 本미역죽 만다린샐러드(오렌지D) 숭늉*원두커피	본죽데이 홍게품은죽 찢은소고기장조림 오징어젓무무침 백나박김치 쌀밥(보통,진밥) 마시는요거트 바나나 블루베리그린샐러드(키위D) 숭늉*원두커피	청경채돼지불고기 호박새우젓국 들깨표고버섯볶음 숙주나물 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 本새우살죽 비타민그린샐러드(흑임자D) 숭늉*원두커피
중식 (11:40 ~ 13:00)	돈사태김치찜 콩나물국 미역줄기볶음 샐러리스틱*차지키소스 열무김치*과일 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 비트그린샐러드 숭늉*원두커피	임연수카레구이 아욱국 닭가슴살냉채 새우살애호박볶음 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 올리브그린샐러드 숭늉*원두커피	저당식 바싹소불고기*파채 바지락살무국 건파래볶음 열무나물 포기김치*과일 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 파프리카샐러드 숭늉*원두커피	들깨옹심이칼제비 미니수육&새우젓 아삭이고추양파무침 명이나물절임 배추겉절이 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 로메인그린샐러드 숭늉*원두커피	제철 닭안심피망볶음 순두부국 알감자조림 실곤약초무침 열무김치*과일 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 만다린샐러드 숭늉*원두커피	고사리고등어조림 근대된장국 계란말이 이색콜리숙회*초장 얼갈이겉절이 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 블루베리그린샐러드 숭늉*원두커피	규동(소고기덮밥) 유부팽이장국 일본식두부튀김 홀그레인오이무침 열무김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 비타민그린샐러드 숭늉*원두커피
석식 (17:40 ~ 19:10)	생일자의날 레몬방어구이 옹심이만둣국 건새우무조림 브로컬리참깨무침 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 비트그린샐러드 숭늉*TEA(보리차)	직화 전복내장영양밥*양념간장 북어계란국 수제깻잎동그랑땡 새송이볶음/치커리겉절이 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 올리브그린샐러드 숭늉*TEA(메밀)	오리주물럭 맑은미역국 병아리콩쿠스쿠스 양배추쌈&씨앗쌈장 얼갈이겉절이 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 파프리카샐러드 숭늉*TEA(옥수수)	동태무조림 직화 콩나물국 연두부*흑임자소스 실도라지유자청무침 포기김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 로메인그린샐러드 숭늉*TEA(결명차)	직화)뚝배기육개장 오징어김치전 멸치호두조림 꽃상추무침 깍두기 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 만다린샐러드 숭늉*TEA(둥글레)	산채비빔밥*약고추장 감자맑은국 두부토마토카프레제 삼색묵무침 열무김치 쌀밥(보통,진밥) 저당밥,현미밥,잡곡밥 블루베리그린샐러드 숭늉*TEA(보리차)	가자미양념찜 닭곰탕 단호박꿀찜 꼬시래기초무침 깍두기 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.						