



주식회사 스푸니 2024년 1월 식단

	1월 1일 (월)	1월 2일 (화)	1월 3일 (수)	1월 4일 (목)	1월 5일 (금)	1월 6일 (토)
중식	신정 (휴관)	어묵김치국	시금치된장국	청국장찌개	무국	콩비지찌개
		해물동그랑땡	돈육장조림	가자미카레구이	안동찜닭	볶음짜장
		국물떡볶이	양배추샐러드	계란샐러드	조미김	계란후라이
		도토리묵무침	콩나물무침	숙주미나리무침	오이무침	툇고추장무침
		근대나물	연근조림	매콤어묵볶음	콩나물무침	시금치나물
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
석식		건새우아욱국	사골무국	순두부찌개	팬이버섯미역국	
		동태무조림	두부조림	너비아니구이	스모크햄부침	
		마른김+양념장	부추전	건파래무침	미니새송이장조림	
		참나물두부버무리	병아리콩조림	마늘쫀고추장무침	무생채무침	
		유채나물	얼갈이나물	우영조림	애호박볶음	
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	
	1월 8일 (월)	1월 9일 (화)	1월 10일 (수)	1월 11일 (목)	1월 12일 (금)	1월 13일 (토)
중식	콩가루배추국	숙갓황태맑은국	소고기미역국	맑은콩나물국	사골무국	닭개장
	탕수육	돈가스	갈비양념불고기	하이라이스	코다리무조림	마파두부덮밥
	양배추샐러드	고구마샐러드	부추잡채	계란장조림	단호박샐러드	해초샐러드
	콩나물유부볶음	무나물	숙주나물	단무지무침	오이무침	시금치나물
	어묵볶음	콩자반	고사리나물	김자반	취나물	명엽채볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
석식	시래기된장국	미소된장국	육개장	나이트 쿠킹 테라피	순두부김치국	
	닭볶음탕	두부조림	달걀크래미덮밥		햄야채볶음밥	
	실곤약샐러드	건미역오이초무침	연근흑임자샐러드		부추양배추들깨무침	
	깨묵무침	간장깻잎	꼬시래기무침		마늘쫀장아찌무침	
	표고버섯볶음	유채나물	김치어묵볶음		미역줄기볶음	
	배추김치	배추김치	배추김치		배추김치	
	1월 15일 (월)	1월 16일 (화)	1월 17일 (수)	1월 18일 (목)	1월 19일 (금)	1월 20일 (토)
중식	소고기미역국	근대된장국	순두부찌개	얼갈이된장국	콩비지찌개	황태무국
	오징어야채볶음	돈채팽이버섯	생선가스	너비아니구이	간장닭조림	두부조림
	야채스크램블	조미김	멕시칸샐러드	콩나물잡채	천사채샐러드	소세지야채볶음
	우영조림	유채나물	무생채무침	도토리묵무침	콩나물무침	무생채무침
	오이나물	동글어묵볶음	애호박볶음	카레감자채볶음	시금치나물	콩자반
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
석식	무청시래기된장국	닭곰탕	청국장찌개	콩나물국	부추계란탕	
	함박찜스테이크	카레라이스	순대야채볶음	김치두루치기	떡갈비	
	돌나물+초고추장	김치전	숙갓두부버무리	온두부	봄동달래겉절이	
	단무지무침	마늘쫀장아찌	무말랭이무침	연근조림	청포묵김무침	
	감자채볶음	브로콜리양배추볶음	미역줄기볶음	숙주나물	가지나물	
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	

	1월 22일 (월)	1월 23일 (화)	1월 24일 (수)	1월 25일 (목)	1월 26일 (금)	1월 27일 (토)
중식	참치김치찌개	김치어묵국	황태감자국	배추된장국	유부된장국	황태김치콩나물국
	마파두부덮밥	돈육메추리알장조림	고등어데리야끼구이	달걀크래미덮밥	토마토미트볼조림	제육볶음
	계란후라이	감자샐러드	양배추샐러드	소세지야채볶음	크래미샐러드	조미김
	건파래무침	부추오이무침	청포묵김무침	무생채무침	숙갓두부버무리	마늘종장아찌무침
	취나물	느타리버섯볶음	마늘종볶음	미니새송이볶음	표고버섯볶음	숙주나물
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
석식	콩나물국	소고기무국	파육개장	콩비지김치국	청국장찌개	
	적어구이	치킨가스	떡갈비	숙주돈육볶음	중국식대파볶음밥	
	고구마샐러드	세발나물무침	메추리알장조림	미역오이초무침	해초샐러드	
	감자채볶음	곤약어묵볶음	콩나물유부볶음	도토리묵무침	무장아찌무침	
	시금치나물	가지나물	근대나물	취나물	김자반	
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	
	1월 29일 (월)	1월 30일 (화)	1월 31일 (수)			
중식	건새우콩나물국	순두부찌개	소고기무국			
	볶음짜장	삼장불고기	하이라이스			
	미니메밀전병	천사채샐러드	계란후라이			
	단무지무침	도토리묵무침	참나물무침			
	얼갈이나물	감자채볶음	목이버섯볶음			
	배추김치	배추김치	배추김치			
석식	참치김치찌개	어묵국	얼큰오징어무국			
	돈육곤약장조림	새우가스	적어구이			
	김치전	봄동겉절이	야채전			
	툇된장무침	얼갈이된장지짐	숙갓두부버무리			
	애호박볶음	오이나물	콩나물무침			
	배추김치	배추김치	배추김치			
알려지유발식품표시제 : 1-난류, 2-우유, 3-메밀, 4-땅콩, 5-대두, 6-밀, 7-고등어, 8-계, 9-새우, 10-돼지고기, 11-복숭아, 12-토마토, 13-아황산나트륨, 14-호두, 15-닭고기, 16-쇠고기, 17-오징어, 18-어패류 (굴, 전복, 홍합 포함), 19-잣						
▷ 원산지표기: 쌀-국내산, 배추-중국산, 고춧가루-국산/중국산, 콩-외국산(캐나다, 미국등), 소고기-미국산, 돼지고기-국내산						
닭고기-볶음(브라질) 탕(국내산), 오리-중국산, 명태-러시아산, 고등어-국내산, 갈치-남아공산, 오징어-볶음(국내산) 국(칠레산)						
참조기-국내산, 다량어-원양산, 아귀-중국산, 미취급품목 - 양, 염소, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 꽃게, 낙지, 주꾸미						