



인문계 교직원

Welstory
our story, your wellbeing

주간 식단 차림표

※ Healthy Giving 365메뉴와 Plus메뉴는 별도

구 분		5월 22일	5월 23일	5월 24일	5월 25일	5월 26일
		월	화	수	목	금
즐거운 점심	정 식 5,000원	삼겹살김치찌개(大) (돈육:독일산) 잡곡밥/쌀밥 메추리알곤약장조림 맛스타리호박볶음 숙갓겉절이 총각김치	얼큰한북어해장국(大) 잡곡밥/쌀밥 고기산적조림 (돈육, 계육:국내산) 감자채볶음 오이생채 포기김치	해물짬뽕 쌀밥 탕수육(돈육:국내산) 단무지 포기김치	제육볶음(돈육:미국산) 잡곡밥/쌀밥 들깨미역국 도토리묵*양념장 부추적채겉절이 포기김치	치즈함박스테이크 (돈육, 우육, 계육:국내산) 쌀밥 크림스프 고구마범벅 양배추샐러드*달기드레싱 오이피클/포기김치
	Plus 메뉴 (별도한정판매)	치킨소스닭강정(2인분) (계육:브라질산) 2,000원	왕계란말이(2인분) 2,000원	납작군만두(1인분) 2,000원	칠리새우(1인분) 2,000원	양념감자튀김*치즈맛시즈닝(2인분) 2,000원
	Healthy giving 365 (별도한정판매) 5,000원	[몸짱식] 검은깨우리콩두부스테이크 삼색야채주먹밥 다시마뽕국 새송이버섯채소볶음 오렌지양상추샐러드*오렌지D	[저염식] 고구마현미밥 콩나물국 훈제연어샐러드 호박계란전 자몽샐러드*자몽D	[저칼로리식] 현미밥/콩나물국 돈안심마늘장조림 (돈육:국내산) 동태살전(동태:러시아) 블루베리양상추샐러드 *요거트드레싱	[건강한식사] 건강한국물샐러드위치 당근스프 크림치즈롤올린단호박찜 삼색과일	[면역증가식] 현미밥/저염팽이버섯무국 불고기그린믹스샐러드 (소고기:호주산) 토마토스크램블에그 양상추샐러드*포도D
	★웰선식★ (별도한정판매) 3,000원 평일 중/석식		3無 3有 눈치, 소리, 냄새 영양, 포만, 활력 포만감과 다이어트를 동시에 충족시켜주는 맛있는 균형 잡힌 한끼	웰선식 + 흰우유(또는 두유)		
	정 식 5,000원	달걀국수 (계육:국내산) 추가밥 순대매콤볶음 고구마맛탕 참나물겉절이 포기김치	열무보리비빔밥 보리밥/쌀밥 건새우무채국 강된장 팍만두 포기김치	버섯육개장(大) 잡곡밥/쌀밥 잡채어묵조림 멸치마늘슬라이스볶음 브로콜리숙회*초장 포기김치	김치볶음밥 8계란후라이 우동국 생선커를렛*타르타르(중국산) 돌나물무침 깍두기	오징어볶음*소면 (오징어:칠레산) 잡곡밥/쌀밥 시락국 두부구이*새싹양념장 숙주나물 포기김치
행복한 저녁	★웰선식★ (별도한정판매) 3,000원 평일 중/석식		3無 3有 눈치, 소리, 냄새 영양, 포만, 활력 포만감과 다이어트를 동시에 충족시켜주는 맛있는 균형 잡힌 한끼	웰선식 + 흰우유(또는 두유)		

♣특정 식품에 알러지(Allergy)가 있는 고객께서는 메뉴선택 前 식당 사무실로 문의하여 주시기 바랍니다♣
 ※우리식당은 쌀류(쌀, 현미, 흑미:국내산), 김치류(배추:국내산, 고춧가루:국내산), 두부류(콩:외국산)를 사용합니다.
 ※식재료 입고 및 식당의 운영 등으로 원산지가 변경될 수 있으며, 당일 제공메뉴는 별도로 원산지를 게시합니다.