

1	

			게임마이스터고 4월 식단표						EXP					
	Monday, Ma	rch 28, 2022	Tuesday, Ma	rch 29, 2022	Wednesday, N	Narch 30, 2022	Thursday, Ma	arch 31, 2022	Friday, Ap 잡곡밥	ril 1, 2022	Saturday, A	pril 2, 2022	Sunday, Ap	ril 3, 2022
ŀ									선속법 사골대파국	5,6,13				
ŀ									숯불향돈불고기	5,6,10,13				
조									비엔나케찹조림	5,6,10,12,13,15				
식									건새우마늘쫑볶음	5,6,13				
ŀ									포기김치 씨리얼&우유	9,13 2,5				
ŀ									모닝빵&딸기잼	1,2,6,13				
석														
식														
ŀ														
ľ														
		pril 4, 2022	Tuesday, A	pril 5, 2022		April 6, 2022	Thursday, A		Friday, Ap	ril 8, 2022	Saturday, A	pril 9, 2022	Sunday, Apı	il 10, 2022
ŀ	백미밥 장터국밥	1,5,6,10,13,16	잡곡밥 건새우아욱국	5,6,13	플레인베이글*크림치즈 김치볶음밥	2,5,6,13 5.6.9.13	돈육하이라이스 다시마무채국	5.6.10.13	잡곡밥 근대된장국	5,6,13	잡곡밥 다시마무채국	5,6,13		
ŀ	등 다 국 급 돈육고추장볶음	5,6,10,13	치즈생선까스*소스	1,2,5,6,13	의성마늘햄구이	5,6,10,12,13	백미밥	5,6,13	매콤닭볶음탕	5.6.13.15	편마늘제육볶음	5.6.10.13		
조	시금치프리타타	1,5	궁중떡볶음	5.6.13	치즈볼샐러드*드레싱	2,5,6,13	통살오징어커틀렛&타르소스	1.2.6.13.17	쌀떡산적조림	5,6,10,13	연두부*양념장	5,6,13		
식	무생채	5,6	들기름김	13	계란후라이	1	실곤약야채무침	5,6,13	시금치나물	5,6	팝만두케이준샐러드	1,5,6,10,13		
ļ	포기김치	9,13	열무김치	9.13	포기김치	9,13	포기김치	9,13	깍두기	9,13	볶음김치	5.6.9.13		
ŀ	씨리얼&우유	2,5	씨리얼&우유	2,5	씨리얼&우유	2,5	씨리얼&우유	2,5	씨리얼&우유	2.5	씨리얼&우유	2,5		
	밤맛만쥬	1.2.6.13	부시맨브레드&버터	1,2,6,13	조각사과		크로와상&딸기잼	1,2,6,13	쵸코칩쿠키	1.2.6.13	마들렌 백미밥	1.2.6.13	계란볶음밥	1,5,6,13
											버섯무국	5,6,13	야채짬뽕국	5,6,13,17
중											치킨까스*브라운소스	1.6.13.15	마라상궈	5,6,10,13
식											해쉬브라운*케찹	6.12.13	탕수육*소스	5,6,10,12,13
											콘샐러드	1,5,6,13	천사채샐러드	5,6,13
											포기김치	9.13	포기김치 요구르트	9,13
$\dashv$	잡곡밥		백미밥		잡곡밥		백미밥		마파두부덮밥	5.6.10.13	백미밥		4725	-
	호박고추장국	5,6,13	근대국	5,6,9,13	뼈없는순살해장국	5,6,10,13	매운콩나물국	5,6,13	백미밥		된장찌개	5,6,13		
석	안동찜닭	5,6,13,15	오징어야채볶음	1,5,6,10,13.17	청파래해물까스	1,5,6,13,17	고추장제육볶음	5,6,10,13	소고기샤브샤브	5,6,13.16	춘천식닭갈비	5,6,13,15		
4	고감콘고로케*케찹	5,6,12,13	춘권*칠리소스	5,6,13	어묵볶음	5,6,13	계란장조림	1.5.6.13	돈육견과강정	4,5,6,10,13	볼어묵볶음	5,6,13		
ŀ	콩나물무침 포기김치	5,6,13 9.13	느타리버섯볶음 포기김치	5,6,13 9.13	브로컬리숙회*초장 섞박지	5,6,13 9.13	동부묵김가루무침 포기김치	5,6,13 9,13	미나리무생채 포기김치	5,6,13 9,13	유부맛살냉채 포기김치	5,6,13 9,13		
ŀ	エハロハ	5.15	エバロベ	9.15	자크시 조각오렌지	9.13	포기점시	9,13	포기점시 자두맛음료	13	エハロハ	9,15		
<del>」</del>	Monday, Ap	oril 11, 2022	Tuesday, Ap	oril 12, 2022	Wednesday,	April 13, 2022	Thursday, A	pril 14, 2022	Friday, Apı		Saturday, Ap	pril 16, 2022	Sunday, Apr	il 17, 2022
	백미밥		잡곡밥		맥모닝*해시브라운	2,5,6,13	카레라이스	5,6,10,13	잡곡밥					
ļ	닭곰탕*소면사리	1,5,6,13,15	흥합살맑은국	5,6,13,18	베이컨굴소스볶음밥	5.6.10.13	백미밥		콩비지찌개	5,6,9,13				
조	섭산적데리조림*양파채 꽈리멸치볶음	5,6,10,13,15,16 5,6,13	훈제오리*무쌈 메란곤약장조림	5,6,13 1,5,13	뿌링클치킨너겟 코울슬로	1,2,6,13,15 2,5,6,13	팽이유부장국 순살돈까스	5,6,13 5,6,10,13	돈사태김치찜 잡채해물완자전*케찹	5,6,9,10,13 5,6,12,13,17				
4	아삭이고추무침	5,6,13	도토리묵야채무침	3.5,6,13	씨리얼&우유	2,5,0,13	프린다개 <u></u> 쫄면야채무침	5,6,13	표고호박볶음	5,6,13				
f	석박지	9,13	열무김치	9,13	포기김치	9,13	포기김치	9,13	깍두기	9,13				
	씨리얼&우유	2,5	씨리얼&우유	2,5	계란찜	1.13	씨리얼&우유	2,5	씨리얼&우유	2,5				
	몽키바나나도넛	1.2.6.13	고구마파이	1.2.6.13	방울토마토	12	미니와플&시럽	1,2,6,13	버터롤&딸기잼	1.2.6.13				
ŀ	김밥볶음밥 가쓰오다시국	5,6,9,10,13,15 5,6,13	백미밥 순두부백탕	1,5,6,13	잡곡밥 소고기해장국	5,6,13,16	잡곡밥 매운콩나물국	5.6.13						
ŀ	가쯔보다시국 왕새우튀김	1.2.6.9.13	군주구역당 간장돈갈비찜	5,6,10,13	도교기에정국 닭데리야끼조림	5,6,13,15	배순당다 골국 치즈떡돈육짜장볶음	2,5,6,10,13						
석 식	국물떡볶이	5,6,13	사모사튀김*소스	5,6,13	해물파전	1.5.6.13.17	당면어목매콤조림	5,6,13						
7	스틱단무지	13	어슷우엉생채	5,6,13	해파리냉채	5,6,13	고사리들깨볶음	5,6,13						
	포기김치	9,13	포기김치	9,13	깍두기	9,13	깍두기	9,13						
	레모네이드 Monday, Ap	oril 18 2022	Tuesday Ar	oril 19, 2022	Wadnesday	April 20, 2022	바나나 Thursday, A	nril 21 2022	Eriday An	ril 22, 2022	Saturday, April 23, 2022		Sunday, Apr	ril 24 2022
	백미밥	311 10, 2022	잡곡밥	JII 13, 2022			백미밥	pili 21, 2022			백미밥	prii 23, 2022	Sunday, Apr	11 24, 2022
	쇠고기무국	5,6,13,16	오징어고추장국	5,6,13,17	셀프햄버거	1,2,5,6,10,12,13,15	브로컬리크림스프	1,2,5,6	오므라이스*소스	1,5,6,12,13	장터국밥	5.6.13.16		
	임꺽정떡갈비	5,6,10,13,15,16	돈육장조림	5,6,10,13	깍두기볶음밥	5,6,9,10,13,15	고구마돈까스	2.5.6.10.12.13	가쓰오장국	5,6,13	주먹떡갈비	5,6,10,13,15		
조 식	새송이햄볶음 도리지요요!###	5,6,10,13,15	부추떡잡채	5,6,13	까망베르치즈바	1.2.6.13	베이컨스크램블	1,10,13	순살양념가라아게	1.5.6.13.15	죽봉어묵볶음	5,6,13		
٠	도라지오이생채 포기김치	5,6,13 9,13	레몬미역무침 포기김치	5,6,13 9,13	으깬감자샐러드 씨리얼&우유	1,5 2,5	단무지 포기김치	9,13	쫄깃단무지무침 포기김치	13 9,13	아삭이고추무침 섞박지	5,6,13 9,13		
ŀ	씨리얼&우유	2.5	씨리얼&우유	2,5	열무김치	9,13	씨리얼&우유	2,5	씨리얼&우유	2,5	씨리얼&우유	2,5		
	구운계란	1	사과맛쿠키	1.2.6.13	바나나		크로와상&딸기잼	1,2,6,13	다크프렌즈링도넛	1.2.6.13	부시맨*버터	1.2.6.13		
$\neg$											잡곡밥		잡곡밥	
											돈육김치찌개 피자다가비	5,6,9,10,13	북어채맑은국	1.5.6.13
중											피자닭갈비 방울순대튀김	5,6,12,13,15 1.6.10.13	매콤오징어볶음 계란말이	5,6,13,17
식											열무된장나물	5,6,13	들기름김	13
											깍두기	9,13	포기김치	9,13
	<u>.</u>		ALW										에이드	13
ļ	잡곡밥 어묵국	E 6 12	간장계란볶음밥 이시되자고	1,5,6,13	백미밥	1561215	잡곡밥 참치김치찌개	E 6 0 1 2	백미밥 설렁탕	1561216	버섯돈부리덮밥 (배미바)	1,5,6,10,13		
ŀ	어둑국 닭감자볶음탕	5,6,13 5,6,13,15	일식된장국 통살새우까스*칠리소스	5,6,13 6,13,17	육개장 오징어볶음	1,5,6,13,15 5,6,13,17	잠시검시씨개 파인애플폭찹	5,6,9,13	설팅당 팝콘치킨강정	1,5,6,13,16 5,6,12,13,15	(백미밥) 유부장국	5,6,13		
석 식	숯불바베큐바조림	5.6.10.13	감장엿장조림	5,6,13	조 8 의 및 B 칼집비엔나볶음	1.2.6.10.13	시금치프리타타	1.5.10.12	두부조림	5,6,13	새우볼*타르소스	1,5,6,9,13		
' [	크래미마요무침	1,5,6,8,13	양상추샐러드	1.2.6.13	푸실리샐러드	1,5,6,13	아몬드연근조림	5,6,13	아삭이고추된장무침	5,6,13	만다린샐러드	1.26.13		
ļ	포기김치	9,13	포기김치	9,13	깍두기	9,13	열무김치	9.13	깍두기	9,13	포기김치	9,13		
$\dashv$	Monday Ar	사과쥬스 Monday, April 25, 2022 Tuesday, April 26, 2022		oril 26. 2022	Wednesday, April 27, 2022		Thursday, April 28, 2022		조각오렌지 Friday, April 29, 2022		후렌치파이 6.13 Saturday, April 30, 2022			
_	백미밥	,	잡곡밥	,	블루베리베이글*크림치즈	2,5,6,13	잡곡밥	,	백미밥	.,	EEEE GOJ, A			
ļ	떡만두국	1,5,6,10,13	들깨미역국	5,6,13	참치야채볶음밥	5,6,13	고추장찌개	5,6,13	김치콩나물국	5,6,9,13				
_ [	수제소세지파프리카볶음	1,5,6,10,13,15	닭무찜	5,6,13,15	슈스트링감자튀김*케찹	6.12.13	소고기떡볶음	5,6,13,16	오징어까스*타르타르소스	1,5,6,13,17				
조 식	삼색계란찜	1,5	김말이강정	5,6,13	토마토카프레제샐러드	2,5,6,12,13	아몬드고구마맛탕	6,13	궁중고기말이조림	5,6,10,13				
`	맛살호박볶음 포기김치	5,6,13 9,13	파채콩나물무침 깍두기	5,6 9,13	스크램블에그 씨리얼&우유	1.13 2,5	미역줄기볶음 포기김치	5 9,13	얼갈이된장나물 깍두기	5,6,13 9,13				
ŀ	포기업시 씨리얼&우유	2,5	식구기 씨리얼&우유	2,5	씨디 걸었구규 포기김치	9,13	포기업시 씨리얼&우유	2,5	씩구기 씨리얼&우유	2,5				
	마들렌	1,2,6,13	미니와플*딸기잼	1,2,5,6,13	조각파인애플		쵸코브라우니	1,2,6,13	모닝빵&딸기잼	1.2.6.13				
Ţ	잡곡밥		치킨마요덮밥	5,6,13,15	잡곡밥		쑥갓유부우동	5,6,13						
[	꽃게된장찌개	5.6.8.13	백미밥		아욱국	5.6.13	추가밥							
석	파닭파닭 한식잡채	5,6,13,15 5,6,10,13	우동국물 스크램블*김가루*데리소스	5,6,13 1,5	돈육메란조림 피자카츠*머스터드	1,5,6,10,13 1,5,6,10,13	왕새우튀김*타르소스 알감자버터구이	1,5,6,13						
식	한식합세 콘샐러드	1.2.6.13	스크램을"김가루"네디소스 소떡소떡	5.6.10.13	피사카스*머스터느 마늘쫑햄볶음	1,5,6,10,13 5.6.10.13.15	일감사머더구이 단무지무침	1,5,6,13 5,6,13						
ľ	깍두기	9,13	볶음김치	5.6.9.13	포기김치	9,13	포기김치	9,13						
			요구르트	2		-	쿠키	1.2.6.13						
	깍두기	9,13			포기김치    변   발   (대한 기계	/ 설크기 550고기 1 개봉을 가운을 1 기본을 대답한 국도한 4 학대한 학대한 1	포기김치 구기 기계	1.2.6.13 セス (金柱 (金柱) 24 中型は 物型は 物質 中型は 物型は 物質	7선 국내선 국내선 문서부 술돼지고기 중목중	機関 西川 (日本) (日本) (日本) (日本) (日本) (日本) (日本) (日本)				