

11월 점심 봉사 및 식단

	<월>	<화>	<수>	<목>	<금>
	2 남서울교회	3 행복한교회	4 화평교회	5 높은뜻광성교회	6 지구촌교회
점심	쌀(잡곡)밥 어묵매운탕 돈육가지볶음 마카로니콘샐러드 맛살콩나물무침 배추김치	쌀(잡곡)밥 얼갈이된장국 닭볶음탕 김치전 미역줄기볶음 깍두기	콩나물밥/양념장 유부된장국 궁중떡볶이 진미채견과조림 단호박샐러드 배추김치	쌀(잡곡)밥 들깨미역국 제육불고기 감자채베이컨볶음 열무된장나물 배추김치	쌀(잡곡)밥 맑은콩나물국 간장돈갈비떡찜 오이부추무침 부추전 배추김치
	9 수선회	10 영화교회	11 길가는교회	12 남서울은혜교회	13 CJ
점심	쌀(잡곡)밥 얼큰소고기무국 임연수카레구이 어항가지볶음 연근어묵조림 배추김치	쌀(잡곡)밥 콩나물국 폭찹스테이크 청포묵무침 짜리고추멸치볶음 배추김치	쌀(잡곡)밥 팽이버섯된장국 생선가스&카레 우영땅콩조림 군만두 배추김치	현미밥 무채국 간장불고기 비엔나케찹조림 청경채나물 배추김치	보리밥 미역된장국 치즈함박스테이크 양배추샐러드&과일 드레싱 치자단무지 배추김치
	16 서울영동교회	17 남서울평촌교회	18	19 향상교회	20 지구촌교회
점심	쌀(잡곡)밥 근대된장국 닭장각소스조림 콘스로샐러드 도라지오이무침 배추김치	쌀(잡곡)밥 참치김치찌개 돈민찌두부조림 들깨무나물 비엔나야채볶음 배추김치	쌀(잡곡)밥 카레소스 돈가스&데미소스 감자고추장볶음 배추김치 에이드	쌀(잡곡)밥 맑은콩나물국 돈육사천짜장소스 탕수만두 시금치무침 배추김치	쌀(잡곡)밥 유부장국 오색비빔밥 오복지장아찌 배추김치 핫도그
	23 의림교회	24우리들교회	25 일산동안교회	26	27 CJ
점심	쌀(잡곡)밥 감자수제비국 훈제오리야채볶음 쌈무/허니머스타드 계란곤약조림 배추김치	쌀(잡곡)밥 들깨무국 폭찹스테이크 어항가지볶음 연근어묵조림 배추김치	곤드레나물밥 &양념장 얼갈이된장국 진미채무말랭이 연양식떨갈비 &콩나물파채 배추김치	쌀(잡곡)밥 햄모듬찌개 당면불고기 멸치고추장볶음 부추무침 깍두기	쌀(잡곡)밥 콩비지찌개 가자미무조림 건파래볶음 오이지무침 배추김치
	30				
점심	쌀(잡곡)밥 황태두부국 돈육콩나물불고기 잔멸치견과볶음 배추김치				

※원산지

쌀 : 국내산 / 김치류 : 국내산, 중국산 고춧가루(김치류) : 국내산, 중국산 / 쇠고기(종류) : 호주산, 국내산(한우) / 돼지고기 : 국내산 닭고기 : 국내산 / 오리고기 : 국내산 / 쇠고기 식육가공품 : 수입산, 국내산 / 돼지고기 식육가공품 : 국내산 ,수입산 / 닭고기 식육가공품 : 국내산 / 오리고기 가공품 : 국내산 / 낙지 : 국내산 / 고등어 : 국내산 / 갈치 : 국내산 / 오징어 : 국내산 / 꽃게 : 국내산 / 참조기 : 국내산 / 콩 : 국내산