

# <9월 1주 주간식단 사진(목요일) >



조식  
기장밥/누룽지죽  
콩나물국  
코다리양념  
햄야채볶음  
도시락김  
백김치/물김치



오전  
간식  
청포도+플레인



중식  
흑미밥/단호박죽  
홍합탕  
제육볶음  
양배추찜+쌈장  
도시락김  
배추김치



오후  
간식  
찐감자+옥수수차



석식  
수수밥/호두죽  
시금치국  
가자미구이  
연두부+양념  
도시락김  
배추김치

