

<10월 1주 주간식단 사진(목요일) >



조식
기장밥/누룽지죽
콩나물국
코다리양념
숙음배추나물
도시락김
백김치/물김치



오전
간식
사과+우유



중식
흑미밥/단호박죽
버섯들깨탕
매운돈사태찜
계란찜
도시락김
배추김치



오후
간식
찜감자+옥수수차



석식
수수밥/호두죽
호박된장국
가자미구이
연두부+양념
도시락김
배추김치

