

<1월 4주 주간식단 사진(목요일) >



조식
 기장밥/누룽지죽
 무쇠고기국
 동태양념
 건취나물무침
 도시락김
 백김치/물김치



오전
 간식
 바나나+우유



중식
 흑미밥/야채죽
 청국장찌개
 제육더덕무침
 모듬쌈
 도시락김
 배추김치



오후
 간식
 찐감자+옥수수차



석식
 수수밥.호두죽
 미역국
 오징어야채볶음
 장조림
 도시락김
 배추김치

