

<9월 4주 주간식단 사진(수요일) >



조식
 백미밥/흰죽
 미역국
 쇠고기굴소스볶음
 메추리알조림
 도시락김
 물김치



오전
 사과+우유
 간식



중식
 기장밥/호두죽
 청국장찌개
 돈까스+소스
 새송이들깨볶음
 도시락김
 배추김치



오후
 일반)찐고구마+아침햇살
 당뇨)찐고구마+옥수수차
 간식



석식
 보리밥/야채죽
 해물탕
 부추떡갈비
 마늘쫀볶음
 도시락김
 배추김치

