

<8월 4주 주간식단 사진(수요일) >



조식
백미밥/흰죽
팽이유부왜된장국
코다리양념
햄야채볶음
도시락김
물김치



오전
간식
일반)황도(캔)+플레인
당뇨)토마토+플레인



중식
식
기장밥/호두죽
감자실파계란국
삼선자장면+군만두
단무지무침
도시락김
배추김치



오후
간식
일반)찐고구마+아침햇살
당뇨)찐고구마+옥수수차



석식
식
보리밥/야채죽
홍합탕
버섯불고기
도토리묵야채무침
도시락김
배추김치

