

<9월 4주 주간식단 사진(목요일) >



조식
 백미밥/흰죽
 콩나물국
 돈장조림
 어묵야채볶음
 도시락김
 물김치



오전
 일반)사과+플레인
 당뇨)사과+플레인



중식
 흑미밥/밤죽
 갈비탕
 오징어야채볶음
 아삭이된장무침
 도시락김
 배추김치



오후
 일반)브로컬리스프
 당뇨)브로컬리스프



석식
 수수밥/버섯죽
 시금치국
 쇠고기야채볶음
 건새우마늘쫀볶음
 도시락김
 배추김치

