

<10월 2주 주간식단 사진(화요일) >



조식
백미밥/흰죽
콩나물무침
북어채국
도시락김
돈간장불고기
물김치



오전
일반)바나나+우유
간식
당뇨)바나나+우유



중식
현미밥/밤죽
떡만두국
갈치양념
케이준샐러드
도시락김
열무김치



오후
일반)찐감자+옥수수차
간식
당뇨)찐감자+옥수수차



석식
수수밥/새우살죽
아욱국
장조림
잔멸치견과류조림
도시락김
배추김치

