

# <1월 1주 주간식단 사진(금요일) >



조식  
백미밥/흰죽  
팽이유부왜된장국  
가자미구이  
숙주나물  
도시락김  
물김치



오전  
간식  
감귤+액티비아



중식  
보리밥/야채죽  
복어채국  
닭가슴살장조림  
잡채  
도시락김  
배추김치



오후  
간식  
일반)카스텔라+우유  
당뇨)찐감자+우유



석식  
기장밥/새우살죽  
콩가루배추국  
코다리양념  
햄야채볶음  
도시락김  
배추김치

