

<10월 1주 주간식단 사진(수요일) >



조식
백미밥/흰죽
아욱국
가자미구이
청경채나물
도시락김
물김치



오전
간식
일반)사과+플레인
당뇨)사과+플레인



중식
식
기장밥/호두죽
된장찌개
갈비찜
발사믹치즈샐러드
도시락김
배추김치



오후
간식
일반)찐고구마+아침햇살
당뇨)찐고구마+옥수수차



석식
식
보리밥/야채죽
매생이국
임연수양념
열무된장무침
도시락김
배추김치

