

<10월 3주 주간식단 사진(목요일) >



조식
 백미밥/흰죽
 시래기국
 어묵야채볶음
 도시락김
 물김치



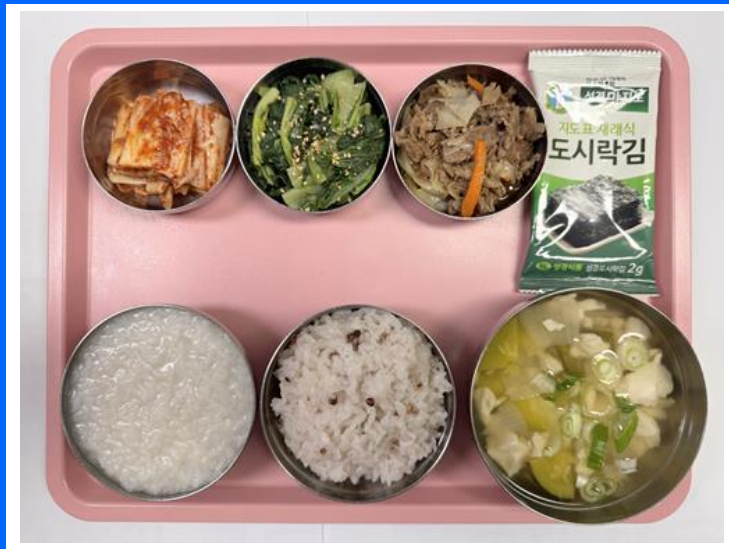
오전
 일반)감귤+액티비아
 간식
 당뇨)감귤+액티비아



중식
 흑미밥/밤죽
 차돌된장찌개
 가자미데리야끼구이
 잡채
 도시락김
 깍두기



오후
 일반)시금치스프
 간식
 당뇨)시금치스프



석식
 수수밥/버섯죽
 순두부찌개
 쇠고기야채볶음
 슈움배추나물
 도시락김
 배추김치

