

<11월 2주 주간식단 사진(목요일) >



조식
 백미밥/흰죽
 계란실파국
 임연수양념
 피망채고기볶음
 도시락김
 물김치



오전
 일반)감귤+액티비아
 간식
 당뇨)감귤+액티비아



중식
 흑미밥/밤죽
 미역조갯살국
 더덕삼겹살구이
 삼색나물(시금치,콩나물,호박)
 도시락김
 배추김치



오후
 일반)브로콜리스프
 간식
 당뇨)브로콜리스프



석식
 수수밥/버섯죽
 버섯들깨탕
 오징어야채볶음
 연두부+양념
 도시락김
 배추김치

