KOREAN

식단은 통고없이 변경될 수 있음

가와베 하우쓰 점심 프로그램

2023 년 10 월

기부금 가격 변동 / 식당내 식사 권장
60 세 이상 포장식사 $8; 식당내 식사 $5
60 세 미만 포장식사 $12; 식당내 식사 $10
이틀전까지 예약 요망 206-322-4550

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
2 전갱이 튀김 감자 쌜러드 (아루굴라, 케일, 호박씨, 토마토, 브로콜리, 파, 당근, 말린 살구) 미소국 (당근, 게맛살) 밥 후식 (바나나, 희랍 요구르트, 꿀)	3 구운 고기 덮밥 (쇠고기, 양파, 달걀) 쌜러드 (케일, 토마토, 당근, 시금치) 미소국 (양파, 두부) 밥 서양 참외	4 함박스텍 (쇠고기, 두부) 감자 튀김 샐러드 (케일, 브로콜리, 파, 피망, 당근, 토마토, 말린 살구, 양파) 밥 미소국 (순무우잎, 호박) 감귤	5 혼합 초밥 (양념밥, 새우, 당근, 표고버섯, 우엉, 연근, 달걀 지단, 김, 분홍 생강 절임) 시금치 나물 미소국 (대구, 당근) 밀감	6 돈까쓰 (돼지고기 튀김) 감자 쌜러드 (양배추, 토마토, 케일, 당근, 오이) 현미밥 미소국 (양파, 다이꽁) 사과
9 *"미국 원주민의 날"* 식사 없음	10 카레라이쓰 (쇠고기, 카레, 밥) 쌜러드 (케일, 토마토, 파, 브로콜리, 양파) 고동색 오이 장아찌와 노란무우 미소국 (당근, 게맛살) 감귤	11 고등어 소금구이 (갈은 무우) 일식 찌개 (다이꽁, 곤약, 당근, 원통 어묵) 오이 장아찌 미소국 (호박, 아루굴라) 현미밥 사과 (희랍 요구르트, 그라놀라)	12 닭튀김 덮밥 (바삭 닭튀김, 사보리 쏘쓰, 마요네즈, 김, 파, 밥) 가지 니비타시 쌜러드 (시금치, 브로콜리, 토마토, 피망) 미소국 (대구, 양파) 밀감	13 샌드위치 (흰빵, 통밀빵, 햄, 토마토, 오이, 당근, 감자, 상추, 달걀) 맑은 국 (양배추, 양파, 토마토, 감자) 사과
16 야끼소바와 만두 (닭고기, 양파, 당근, 녹두나물) 쌜러드 (케일, 브로콜리, 당근) 미소국 (두부, 양파) 바나나	17 연어 버터구이 (레몬) 쌜러드 (아보카도, 아루굴라, 토마토) 오이 장아찌와 노란무우 달걀부침 / 현미밥 미소국 (시금치, 순무우) 감귤	18 오뎅 (닭고기, 다이꽁, 두부, 당근, 곤약, 우엉, 달걀) 시금치 참깨 밥 미소국 (두부, 미역) 밀감	19 생선과 칩 쌜러드 (양배추, 피망, 토마토) 서양식 조개탕 밀감	20 닭고기 두부 우동 (닭고기, 달걀, 양파, 파) 단호박 조림 줄기콩 참깨 배와 슈크림
23 고기 쏘쓰 스파게티 (쇠고기, 베이컨, 버섯, 피망, 양파, 파메산 치즈) 마늘빵 쌜러드 (케일, 브로콜리, 홍당무, 말린 살구) 미소국 (톳, 당근) 서양 참외	24 돼지고기 생강구이 노란무우와 자색 오이 장아찌 쌜러드 (케일, 시금치, 당근, 토마토, 파, 홍당무, 피망, 말린 크랜베리) 미소국 (미나리, 두부) 밥 사과	25 연어 소금구이 (무우 갈은 것, 레몬) 우엉 긴삐라 쌜러드 (시금치, 토마토, 케일, 당근, 호박씨) 현미밥 미소국 (당근, 쐐기풀) 바나나	26 텐돈 (튀김 대구, 새우, 당근, 브로콜리, 오크라, 연근, 단호박, 피망, 자소, 밥, 쏘쓰) 시금치 니비타시 오이 장아찌와 자색 오이 장아찌 미소국 (파, 소용돌이 어묵) 바나나	27 만두와 볶음밥 쌜러드 (아루굴라, 시금치, 당근, 양파) 미소국 (두부, 미역) 바나나
30 스끼야끼 (쇠고기, 두부, 우동국수, 버섯, 양파, 호배추, 파) 샐러드 (토마토, 아루굴라, 브로콜리, 옥수수, 양파) 밥 미소국 (피드득나물, 게맛살) 감귤	31 굴튀김 톳 오색찌개 (해초, 당근, 유부, 곤약, 연근) 쌜러드 (시금치, 토마토, 당근, 브로콜리, 콜리플라워, 피망) 매실 장아찌와 노란무우 현미밥 사과			