

식단은 통지 없이 변경될 수 있음

가와베 하우스 점심 프로그램

KOREAN

2024 년 12 월

식당내 식사를 권장함 60세 이상 포장 식사 - \$8
 권장 기부금 60세 이상 식당내 식사 - \$5
 60세 미만 포장 식사 - \$12, 식당내 식사 - \$10
 이틀전까지 예약 요망 206-322-4550 혹은 lunch@kawabehouse.org

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
2 고로케 (돼지고기, 감자, 양파) 오징어 튀김 샐러드 (브로콜리, 시금치, 케일, 토마토, 콩) 미소국 (두부, 양파) 밥 사과	3 고등어 소금구이 우영 건빠라 샐러드 (아루굴라, 홍당무, 토마토, 콩) 밥 미소국 (두부, 미역) 밀감	4 닭고기 카레라이스 샐러드 (케일, 토마토, 파, 브로콜리, 양파) 고동색 오이 장아찌와 노란무우 미소국 (당근, 계맛살) 바나나	5 스키야끼 (쇠고기, 배추, 두부, 파, 우동 국수) 샐러드 (브로콜리, 당근) 미소국 (감자, 양파) 현미밥 밀감	6 고기 쏘쓰 스파게티 (쇠고기 소세지, 베이컨, 버섯, 피망, 양파, 파메산 치즈) 마늘빵 토스트 샐러드 (케일, 브로콜리, 홍당무) 야채국 (토마토, 양파, 당근) 바나나
9 쇠고기 구이 덮밥 (쇠고기, 양파, 달걀) 샐러드 (케일, 토마토, 당근, 시금치) 미소국 (양파, 두부) 밥 바나나	10 닭튀김 덮밥 (사보리 쏘쓰, 마요네즈, 김, 파, 밥) 익힌 가지 샐러드 (시금치, 브로콜리, 토마토, 당근, 피망, 홍당무, 파) 미소국 (우영, 향초) 밀감	11 돈까스 감자 샐러드 (케일, 당근, 브로콜리, 피망, 토마토, 홍당무, 말린 크랜베리, 파) 밥 미소국 (호박, 미역) 사과	12 연어 버터구이 (레몬) 샐러드 (아루굴라, 토마토) 달걀 부침 오이 장아찌와 노란무우 현미밥 미소국 (시금치, 다이콩) 감귤	13 김초밥과 유부초밥 (표고버섯, 시금치, 달걀, 생강 절임) 콩과 줄기콩 참깨 무침 미소국 (호박, 대구) 바나나
16 대구 튀김과 오징어 튀김 샐러드 (케일, 시금치, 토마토, 당근, 말린 크랜베리) 미소국 (감자, 양파, 두부) 밥 밀감	17 함박스테크 (다진 쇠고기, 두부) 샐러드 (아루굴라, 브로콜리, 파, 피망, 호박씨) 밥 미소국 (당근, 시금치) 사과	18 미소에 재워 익힌 고등어 샐러드 (케일, 브로콜리, 피망, 당근, 토마토, 적양파, 호박씨) 미소국 (단호박, 파) 현미밥 바나나	19 전갱이 튀김 샐러드 (아루굴라, 케일, 호박씨, 토마토, 브로콜리, 파, 당근, 콩) 미소국 (당근, 계맛살) 밥 밀감	20 샌드위치 (흰식빵, 통밀 식빵, 햄, 토마토, 오이, 당근, 감자, 상추, 달걀) 맑은 야채국 (양배추, 양파, 토마토, 감자, 콩) 사과
23 굴 튀김 (빵가루 묻혀 튀긴 굴) 샐러드 (시금치, 케일, 토마토, 당근, 홍당무, 양파) 현미밥 미소국 (우영, 미역) 매실 장아찌 밀감	24 오뎅 (닭고기, 다이콩, 두부, 당근, 곤약, 우영, 달걀) 브로콜리와 시금치 참깨 무침 밥 바나나 성탄절 전야	25 식사 없음  성탄절	26 생선 튀김과 칩 샐러드 (양배추, 피망, 토마토) 서양식 조개탕 밀감	27 돼지고기 생각구이 샐러드 (아루굴라, 케일, 시금치, 당근, 토마토, 파, 홍당무, 피망, 브로콜리, 건포도, 잣) 미소국 (단호박, 양파) 밥 사과
30 연어 소금구이 (레몬) 우영 건빠라 샐러드 (시금치, 토마토, 케일, 당근, 호박씨) 현미밥 미소국 (당근, 감자, 양파) 바나나	31 텐돈 (튀김 대구, 새우, 당근, 브로콜리, 연근, 오크라, 단호박, 피망, 향초, 밥, 쏘쓰) 익힌 시금치 오이 장아찌 미소국 (파, 소용돌이 어묵) 사과 새해 전야			