

KOREAN

가와베 하우스 점심 프로그램

식단은 통고없이 변경될 수 있음

2025 년 5 월

식당 식사 권장, 60세 이상 포장 식사 - \$8
권장 기부금, 60세 이상 식당 식사 - \$5
60세 미만 포장 식사 \$12 / 식당 식사 - \$10
2 일전까지 예약 206-322-4550 혹은 lunch@kawabehouse.org

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
			1 돼지고기 생강구이 샐러드 (아루굴라, 케일, 시금치, 당근, 토마토, 파, 홍당무, 피망, 브로콜리, 건포도, 잣) 미소국 (단호박, 피드득나물) 밥 밀감	2 오텝 (달걀, 곤약, 다이콩, 다시마, 당근, 표고버섯, 반달형 어묵, 소용돌이 어묵, 원통형 어묵, 완자 어묵, 유부, 튀긴 두부, 생선볼) 시금치 나물 밥 / 일식 장아찌 바나나
5 김초밥 유부초밥 (표고버섯, 시금치, 달걀, 생강) 줄기콩 대두 참깨 무침 미소국 (호박, 대구) 밀감 어린이날	6 볶음 우동과 만두 (우동 국수, 양파, 양배추, 당근, 돼지고기) 샐러드 (브로콜리, 시금치, 피망) 미소국 (두부, 양파) 사과	7 연어 소금구이 달걀 부침 샐러드 (시금치, 브로콜리, 토마토, 피망, 홍당무, 양파) 현미밥 맑은 장국 (피드득나물, 게맛살) 밀감	8 쇠고기 구이 덮밥 (쇠고기, 양파, 달걀) 샐러드 (케일, 토마토, 당근, 시금치) 미소국 (양파, 두부) 밥 사과	9 고등어 소금구이 (같은 다이콩, 레몬) 익힌 유채와 유부 달걀부침 미소국 (호박, 썰기풀) 밥 바나나
12 굴 튀김 샐러드 (시금치, 케일, 토마토, 당근, 홍당무, 양파) 미소 양념장 가지조림 현미밥 / 밀감 미소국 (우영, 톳) 어머니날	13 닭튀김 덮밥 (사보리 쏘쓰, 마요네즈, 김, 파, 밥) 아루굴라 샐러드 (토마토, 피망, 브로콜리, 홍당무, 사과) 미소국 (당근, 파) 사과	14 생선과 칩 샐러드 (양배추, 피망, 토마토) 서양식 조개탕 바나나	15 샌드위치 (하얀 식빵과 통밀 식빵, 햄, 참치, 토마토, 오이, 당근, 감자, 상추, 달걀) 대두 밀감	16 연어 테리야끼 (노란무우) 다이콩 일식 찌개 (당근, 납작콩, 연근) 김초밥 (달걀부침, 말린 박, 시금치) 미소국 (순무우, 순무우잎) 밥 사과
19 전갱이 튀김 (레몬, 타타르 쏘쓰) 샐러드 (아루굴라, 케일, 호박씨, 토마토, 브로콜리, 파, 당근) 미소국 (게맛살, 당근) 밥 사과	20 쇠고기 감자 조림 (양파) 시금치 참깨 무침 밥 미소국 (두부, 미역) 바나나	21 텐돈 (밥, 튀김 당근, 브로콜리, 줄기콩, 양파, 연근, 대구, 새우, 고구마) 시금치 참깨 무침 미소국 (피드득나물, 게맛살) 밀감	22 스키야끼 (쇠고기, 양파, 두부, 양배추, 곤약, 팽이버섯, 우동 국수, 파) 샐러드 (아루굴라, 시금치, 피망, 파, 베이컨 조각) 미소국 (토란, 옥수수) 밥 / 바나나	23 고등어 튀김 (새콤 매콤 소쓰, 당근, 양파, 다이콩, 레몬) 봄 샐러드 (토마토, 파, 빨강 피망, 브로콜리, 호박씨) 완두콩 현미밥 미소국 (다이콩, 미역) 굴
26  식사 없음 현충일	27 돈까쓰 샐러드 (감자, 케일, 당근, 브로콜리, 피망, 토마토, 홍당무, 피) 미소국 (호박, 미역) 현미밥 바나나	28 배추말이 (다진 쇠고기 돼지고기, 양파) 야채 초절임 (브로콜리, 오이, 홍당무) 미소국 (당근, 양파) 밥 사과	29 고기 쏘쓰 스파게티 (쇠고기, 스파게티, 토마토 쏘쓰, 치즈, 야채 고로케) 샐러드 (브로콜리, 시금치, 케일, 토마토) 야채 맑은국 마늘빵 토스트 밀감	30 돼지고기 생강구이 샐러드 (아루굴라, 케일, 시금치, 당근, 토마토, 파, 홍당무, 피망, 브로콜리, 건포도, 잣) 미소국 (단호박, 피드득나물) 밥 사과