



안녕하세요. 꿈이있는데이케어센터입니다.

20년 3월 공지사항 및 프로그램 일정에 대하여 아래와 같이 공지합니다.

■ 2월 어르신 이모저모



■ 알려드립니다

- 야간/주말(토요일)보호 서비스를 실시하고 있습니다. 필요하신 가족께서는 언제든지 연락해주시면 어르신을 모시겠습니다.
(3월 토요일은 코로나 바이러스로 인해서 운영하지 않습니다.)

■ 2020년 3월 프로그램일정

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
2 인지활동/ 레크레이션/ 자율노래방	3 가요교실/ 예배/인지활동/ 전통놀이	4 후마네트/인지활동/ 피부미용마사지	5 영화시청/ 인지활동/ 민요교실	6 인문학강의/ 세상소식전하기/ 실버건강운동	7
9 인지활동/ 레크레이션/ 자율노래방	10 가요교실/ 예배/인지활동/ 전통놀이	11 후마네트/인지활동/ 피부미용마사지	12 종이접기/ 인지활동/ 민요교실	13 인문학강의/ 세상소식전하기/ 실버건강운동	14
16 인지활동/ 레크레이션/ 자율노래방	17 가요교실/ 예배/인지활동/ 전통놀이	18 후마네트/인지활동/ 피부미용마사지	19 종이접기/ 인지활동/ 민요교실	20 인문학강의/ 세상소식전하기/ 실버건강운동	21
23 인지활동/ 레크레이션/ 자율노래방	24 가요교실/ 예배/인지활동/ 전통놀이	25 후마네트/인지활동/ 피부미용마사지	26 종이접기/ 인지활동/ 민요교실	27 원예치료/ 세상소식전하기/ 실버건강운동	28
30 인지활동/ 레크레이션/ 자율노래방	31 가요교실/ 예배/인지활동/ 전통놀이				

*본 센터의 프로그램은 센터 및 봉사자의 사정에 의하여 변경될 수 있습니다.

꿈이있는데이케어센터 3월 식단표

일자	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
점심	차조밥 달래된장찌개 코다리콩나물 브로콜리달걀찜 참나물무침 김치	울타리콩밥 달걀파국 돈까스 감자채볶음 황태채무침 김치	흑미밥 해물된장찌개 닭볶음탕 꽃살샐러드 물파래무침 김치	보리밥 순대국 생선까스/소스 미역줄기볶음 부추겉절이 깍두기	완두콩밥 청국장찌개 제육볶음 양배추쌈 토두부무침 김치	
간식	옥수수	제철과일	프렌치토스트	감자떡	머핀 음료	
저녁	쌀밥 미역국 돈갈비찜 냉이나물 깻잎지무침 포기김치	쌀밥 동태찌개 부추전 청로무무침 시금치나물 포기김치	쌀밥 달래된장국 오징어볶음 계란말이 감자채볶음 포기김치	쌀밥 다시마무채국 소불고기 상추/쌈장 풋마늘무침 포기김치	쌀밥 순두부찌개 순수육/소스 황태채무침 얼갈이나물 포기김치	
일자	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
점심	렌틸콩밥 아귀탕 연근과일샐러드 소리살무침 방풍나물 김치	참쌀밥 능이장국 새송이초무침 마늘지 부추전 깍두기	기장밥 복어채국 삼치견과류구이 숙주미나리무침 근대나물 김치	잡채덮밥 우동국 달걀장조림 얼갈이나물 김치	차조밥 버섯들깨탕 야채고기말이조림 애호박나물 콩나물무침 김치	
간식	찐감자	고구마피자	제철과일	크림스프 마늘빵	찐순대	
저녁	쌀밥 불동된장국 돈불고기 상추/쌈장 미역튀각 김치	쌀밥 콩나물국 콩치무조림 유채나물 연근조림 포기김치	쌀밥 갈비탕 도토리묵무침 김치전 쪽파김무침 포기김치	쌀밥 아욱국 닭볶음탕 가지나물 숙갓나물 포기김치	쌀밥 대구매운탕 동그랑땡 미역줄기볶음 돔나물/초장 포기김치	
일자	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
점심	잡곡밥 조랭이미역국 소불고기 시금치겉절이 천사채적채샐러드 김치	현미밥 소고기배추국 고등어김치조림 숙간나물 곤약슬개무침 갓김치	가지밥/양념장 미역왜된장국 청포묵무침 실곤약아채무침 김치	잡곡밥 아욱국 가자미구이 두부조림 무들깨나물 김치	잡곡밥 매생이떡국 오리불고기 두유자무침 쪽파김무침 김치	
간식	물만두	제철과일	도너츠	찐고구마	케익 음료	
저녁	쌀밥 버섯된장찌개 갈치무조림 근대나물 마늘쫄볶음 포기김치	쌀밥 근대국 소고기장조림 다시마쌈/초장 세발나물 포기김치	쌀밥 두부김치국 닭간장조림 돔나물생채/초장 애호박나물 포기김치	쌀밥 도가니탕 두부계란부침 브로콜리/초장 고추지 포기김치	쌀밥 콩비지찌개 생선까스/소스 애호박볶음 숙주나물 포기김치	
일자	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)	28(토)
점심	보리밥 콩나물국 콩치무조림 미역초무침 도라지오이무침 김치/후식	잡곡밥 텔레기수제비 비엔나메알떡조림 풋마늘래오이무침 미니새송이볶음 김치	소고기쌀국수 쌀밥 만두튀김 과일샐러드 김치	병아리콩밥 근대국 마늘보쌈 상추쌈/쌈장 메밀막국수 김치	귀리밥 육개장 마파두부 브로콜리된장무침 죽봉어묵파리볶음 깍두기	
간식	제과빵	제철과일	찐순대	카스타드 음료	약과 두유	
저녁	쌀밥 복어채콩나물국 닭갈비 무생채 명엽채간장볶음 포기김치	쌀밥 청국장찌개 조기구이 연두부/양념장 숙갓나물 포기김치	쌀밥 냉이된장국 닭봉양념구이 숙주나물 다시마부각 포기김치	쌀밥 계란탕 코다리조림 부추생채 브로컬리새우볶음 포기김치	쌀밥 미역국 우불고기 봄동나물 무나물 포기김치	
일자	30(월)	31(화)				
점심	기장밥 부추달걀탕 방어무조림 얼무나물무침 도토리묵무침 김치	볼나물비빔밥 두부왜된장국 숙개떡				
간식	요플레	제철과일				
저녁	쌀밥 소고기무국 비엔나소세지볶음 미역고추장무침 깻잎지 포기김치	쌀밥 시금치된장국 임연수구이 달걀말이 부추생채 포기김치				

* 상기 식단은 시장 수급 상황에 따라 달라질 수 있습니다.