

6월 프로그램 계획표

일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	1	2	3	4	5	6
오전 오후	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 달력 신체활동 레크플레이	기초간호서비스 기능회복훈련 신체활동 웃음치료 인지활동 계산하기	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 한반도무궁화 신체활동 해충박멸	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 수교구 신체활동 나잡아바라	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 노래교실 신체활동 둥글게둥글게	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 현충일 건강관리 미용팩
	8	9	10	11	12	13
오전 오후	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 욕창예방 신체활동 레크플레이	기초간호서비스 기능회복훈련 신체활동 웃음치료 인지활동 수국뽀뽀이	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 언어능력 신체활동 묵찌빠	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 수교구 신체활동 풍선배드민턴	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 노래교실 신체활동 오자미공치기	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 달팽이모자이크 건강관리 미용팩
	15	16	17	18	19	20
오전 오후	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 무궁화가방 신체활동 레크플레이	기초간호서비스 기능회복훈련 신체활동 웃음치료 인지활동 꽃밭위의나비	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 단오선 신체활동 추억의 두더지	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 수교구 신체활동 고리던지기	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 노래교실 신체활동 쑥쑥넣어라	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 빙고 건강관리 미용팩
	22	23	24	25	26	27
오전 오후	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 부대찌개 신체활동 레크플레이	기초간호서비스 기능회복훈련 신체활동 웃음치료 인지활동 폭우대비	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 부채만들기 신체활동 흰색주황색	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 수교구 사회적응 생신잔치	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 노래교실 신체활동 연식탁구	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 가방직조 건강관리 미용팩
	29	30				
오전 오후	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 전구에날아든꽃 신체활동 빠르다줄다리기	기초간호서비스 기능회복훈련 인지활동 오이냉국 신체활동 신발던지기				

※ 본 프로그램은 센터 일정에 의해 수시 변경될 수 있습니다.

🍎🍌🍓🍇 식 단 표 (2026년6월) 🍎🍌🍓🍇

영양사 : 장 소 영 *Chang*

월 일	월 1	화 2	수 3	목 4	금 5	토 6
오전간식	깨죽	북어죽	영양닭죽	팔죽	녹두죽	바지락콩나물죽
점심	쌀밥/잡곡밥 고기찜뽕 두부새우조림 제철나물.김치 시래기멸치지짐 양념맛김	쌀밥/잡곡밥 된장국 묵은지돈육볶음 제철나물.김치 어묵야채볶음 닭살냉채	쌀밥/잡곡밥 소고기미역국 생선조림 제철나물.김치 감자채볶음 양념깻잎지	쌀밥/잡곡밥 콩나물무채국 어항가지 제철나물.김치 닭고기버섯볶음 양파장아찌	쌀밥/잡곡밥 돈육김치찌개 생선구이 제철나물.김치 멸치파리조림 다시마/쌈	쌀밥/잡곡밥 북엇국 찜닭 제철나물.김치 오징어도라지무침 순두부/양념장
오후간식	커스터드,음료	동지죽	두유	떡만두국	자체간식	요거트
월 일	8	9	10	11	12	13
오전간식	호박죽	게살죽	야채죽	참치죽	전복죽	녹두죽
점심	쌀밥/잡곡밥 된장국 제육볶음 제철나물.김치 소시지감자볶음 상추쌈	쌀밥/잡곡밥 추어탕 생선구이 제철나물.김치 밥새우게란찜 야채겉절이	생선잔치 미역국 돈육사태찜 잡채,나물 외 자체다과	쌀밥/잡곡밥 북엇국 순살닭갈비 제철나물.김치 탕평채 오이지무침	쌀밥/잡곡밥 소고기장터국밥 카레 제철나물.김치 가지무침 콩나물김가루무침	쌀밥/잡곡밥 청국장 생선조림 제철나물.김치 소시지감자볶음 우렁살야채무침
오후간식	계란.음료	단팥빵	식혜	우동	자체간식	백설기
월 일	15	16	17	18	19	20
오전간식	깨죽	야채죽	소고기버섯죽	팔죽	바지락콩나물죽	미역죽
점심	쌀밥/잡곡밥 계란국 짜장 제철나물.김치 맛동산강정 단무지무침	쌀밥/잡곡밥 오리탕 두부버섯조림 제철나물.김치 동그랑땡 된장깻잎지	쌀밥/잡곡밥 된장국 생선까스 제철나물.김치 메란떡볶기 백김치	쌀밥/잡곡밥 닭곰탕 돈육가지볶음 제철나물.김치 어묵야채볶음 새송이오이참깨무침	쌀밥/잡곡밥 버섯들깨무채국 묵은지콩치조림 제철나물.김치 연근브로콜리샐러드 유자청겉절이	쌀밥/잡곡밥 참치김칫국 간장찜닭 제철나물.김치 유무새송이볶음 해초샐러드
오후간식	요거트	롤케익	과일	수제비	자체간식	찰밥
월 일	22	23	24	25	26	27
오전간식	호박죽	새우야채죽	영양닭죽	야채죽	녹두죽	계란죽
점심	쌀밥/잡곡밥 소고기육개장 돈육된장불고기 제철나물.김치 매콤호박나물 양배추/멸치젓	쌀밥/잡곡밥 닭고기미역국 생선조림 제철나물.김치 단호박샐러드 오징어도라지무침	비빔밥데이	쌀밥/잡곡밥 된장국 해물찜 제철나물.김치 돈채마늘쫄조림 구운김/양념장	쌀밥/잡곡밥 게살순두부국 생선구이 제철나물.김치 돈육메란장조림 오이부추무침	쌀밥/잡곡밥 북엇국 훈제오리야채볶음 제철나물.김치 멸치무조림 고추지무침
오후간식	두유	백설기	과일	국수	자체간식	마시는요구르트
월 일	29	30				
오전간식	깨죽	미역죽				
점심	쌀밥/잡곡밥 된장국 닭볶음탕 제철나물.김치 콩나물잡채 오이지무침	쌀밥/잡곡밥 옹심이감자국 생선구이 제철나물.김치 돈채가지볶음 청포묵김치무침				
오후간식	컵케익	영양식				

◎상기 식단은 주간보호센터 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※원산지:쌀(국내산), 배추김치(국내산,중국산), 닭고기, 돼지고기(국내산,수입산) 소고기(호주산), 코다리,가자미(러시아산),고등어(노르웨이산),조기(중국산),두부(중국산)