

♥6월 소식을 전합니다♥



* 오월주간보호센터향교점은 **법정공휴일도 정상운영**합니다.

* 혈압/체온(1회/일), 혈당(월1회), 체중(1회/월) 측정합니다.

* 매월 **본인부담금**은 **15일**까지 납부 부탁드립니다.

* 본인부담금에 대한 현금영수증 발급가능합니다. (필요시 센터로 연락주세요)

* 어르신들의 청결을 위해 매주 **목욕**과 **머리감기**를 해드리고 있습니다.

* “오월주간보호센터향교점” **밴드**와 **네이버블로그**로 접속하시면 어르신들의 일상을 공유하실 수 있습니다.

★ 6월의 행사 ★

1. 2일(화) 생신잔치
2. 9일(화) 사회적응
3. 10일(수) 미용봉사

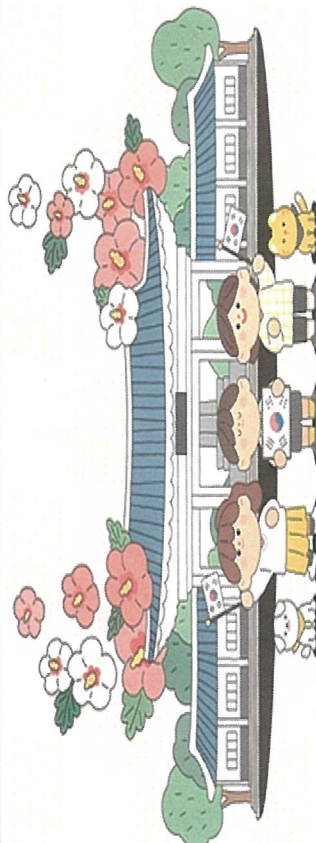
** 상황에 따라 변동될 수 있습니다 **



오월주간보호센터향교점

울산 중구 향교2길 13 (교동) / 문의전화 052) 243-7878

♥2026년 6월 식단표♥

이(월)	02(화)	03(수)	04(목)	05(금)	06(토)
1 주 차	쌀밥 열무된장국 아채제육볶음 브로콜리두부무침 애호박나물 배추김치	쌀밥 들깨무채국 안동찜닭 오이스박이 콩나물무침 배추김치	쌀밥 김치해장국 만둣기판국 과리멸치볶음 양배추무침 배추김치	쌀밥 콩나물국 유니짜장 군만두튀김&조간장 오복지무침 배추김치	쌀밥 어묵국 돈육장조림 무우생채 꼬시래기&조고추장 배추김치
간식	어묵탕	수박	모닝빵&주스	부추전	콘푸라이트&우유
2 주 차	08(월) 쌀밥 어묵김치국 미니돈까스&소스 알감자조림 얼갈이겉절이 배추김치	09(화) 쌀밥 유부장국 돈불고기 쪽파무우생채 상추쌈&쌈장 배추김치	10(수) 쌀밥 홍합미역국 고등어구이 콩나물무침 오이무침 배추김치/야쿠르트	12(금) 쌀밥 버섯국 담북음탄 부추겉절이 양념깨이지 배추김치	13(토) 쌀밥 얼큰꽃게탕 돈고추장불고기 해마늘콩무침 쌈추맘&쌈장 배추김치
간식	떡볶이	약밥	계란토스트	감주	카스타드&두유
3 주 차	15(월) 쌀밥 무우채국 제육볶음 콩나물무침 알배추쌈&쌈장 배추김치	16(화) 쌀밥 돈육김치찌개 동그랑땡전&케찹 알감자조림 다시마채썰감무침 배추김치	17(수) 쌀밥 닭가슴살 두부조림 맛살미역줄기볶음 청경채겉절이 배추김치	19(금) 쌀밥 미역국 마파두부소스 가지튀김&조간장 상추파채겉절이 배추김치	20(토) 쌀밥 북어국 담삼채볶음 오이고추된장무침 양대콩조림 배추김치
간식	김치전	딸기잼샌드위치	만두	구운계란&두유	쌀과자&주스
4 주 차	22(월) 쌀밥 어묵국 떡갈비데리조림 호박볶음 치커리&오리엔탈소스 배추김치	23(화) 쌀밥 쇠고기국 카레라이스 미트볼당콩분태 노란무채 배추김치	25(목) 쌀밥 배추콩가루국 간장불고기 미역줄기볶음 참나물겉절이 배추김치	26(금) 쌀밥 우동장국 조랭이떡합도리탕 얼갈이나물 얼무겉절이 배추김치	27(토) 쌀밥 콩나물 코다리두부조림 맛살브로콜리볶음 무우말랭이 배추김치
간식	소떡소떡	야채전	편빵	향도그	잔치국수
5 주 차	29(월) 쌀밥 시락국 돈고추장볶음 숙주나물 다시마쌈&전갈음 배추김치	30(화) 쌀밥 순두부백탕 생선까스&타르소스 매콤콩나물무침 양상추&키위샐러드 배추김치			
간식	꼬마주먹밥	콩물			

시장사정상 식단이 변동될 수 있습니다. 양해바랍니다♥

쌀:국내산 김치:중국산(고춧가루-중국, 배추-중국) 돈육:국내산
돈뽕:칠레산 우육:호주산 고등어:연근해 동태:러시아 두부(콩:수입)

오월주간보호센터 양교점 (052-243-7878)

<< 6월 월간 계획서 >>

이(월)		02(화)	03(수)	04(목)	05(금)	06(토)
1주	오전	인지표로그림 (태극기만들기)	새신자지	위생표로그림 (목욕)	난타장구 (외부강사)	시니어뇌블럭 (외부강사)
	오후	도구체조교실 (외부강사)	노래교실 (외부강사)	웃음코칭 (외부강사)	실버요가 (외부강사)	신체프로그램 (다트던지기)
2주		08(월)	09(화)	10(수)	11(목)	12(금)
	오전	인지표로그림 (여름꽃화관)	노래교실 (외부강사)	미용봉사 (외부강사)	위생표로그림 (목욕)	난타장구 (외부강사)
3주	오후	도구체조교실 (외부강사)	사회적응	클든줌바 (외부강사)	웃음코칭 (외부강사)	실버요가 (외부강사)
		15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)
4주	오전	인지표로그림 (단오부채)	노래교실 (외부강사)	위생표로그림 (목욕)	난타장구 (외부강사)	시니어뇌블럭 (외부강사)
	오후	도구체조교실 (외부강사)	신체프로그림 (새판뒤집기)	웃음코칭 (외부강사)	실버요가 (외부강사)	신체프로그램 (병뚜껑악파기)
5주		22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)
	오전	인지표로그림 (여름과일)	노래교실 (외부강사)	위생표로그림 (목욕)	위생표로그림 (목욕)	난타장구 (외부강사)
6주	오후	도구체조교실 (외부강사)	신체프로그림 (볼링)	클든줌바 (외부강사)	웃음코칭 (외부강사)	실버요가 (외부강사)
		29(월)	30(화)			
7주	오전	인지표로그림 (여름곤충)	노래교실 (외부강사)			
	오후	도구체조교실 (외부강사)	신체프로그림 (병뚜껑타구)			

