

◆ 공지사항

■ 3월 목욕일정

- 주 1회 실시합니다.

□ 남자 어르신 : 3월 6일부터 매주 수요일

□ 여자 어르신 : 3월 7일부터 매주 목요일

■ 이·미용 서비스 예정(매월 첫째주 목요일) - 머리 커트

- 희망하시는 어르신들 대상

(※ 별도 미용실 원하시는 분들은 이용 지원해드립니다.)

■ 4월 10일은 공휴일이므로, 저녁식사가 제공되지 않으니 참고부탁드리겠습니다^^

◆ 상담 및 서비스 관련 문의 ☎ (033) 642-8898

◆ 후원해 주셨습니다. (2월1일 ~ 2월29일)

- 김*희 어르신 : 인절미 2box

- 손*숙 선생님 : 쌀 10kg

- 이*영 어르신 : 믹스커피 1box

- 임*자 어르신 : 식혜 5통, 절편 반말

- 프로그램 선생님 : 카스타드 2box, 야쿠르트 1box

진~자리 마른자리

(진자리는 부모님 은혜를 뜻하는 말입니다.)

2024년 3월



♣ 진해 군 항 제

사회복지법인 성지복지재단

강릉재가노인종합지원센터

033) 642-8898

월	화	수	목	금	토						
3월 영양식단 * 간식시, 야쿠르트 1개 기본 제공합니다.				1	유부초밥	2	카스타드				
				얼갈이된장국		미역장국					
				제육볶음		시래기밥					
				양배추쌈/쌈장		너비아니볶음					
				김치전		무생채					
4	롤케이크	5	왕만두	6	영양갱	7	요거트	8	딸기썸모닝빵	9	카스타드
근대된장국		소고기무국		얼갈이된장국		김치콩나물국		미역장국		맑은콩나물국	
닭갈비		고등어구이		소불고기		두부조림		가자미조림		돈가스	
온두부/양념간장		새송이버섯볶음		소세지전		메추리알장조림		오이무침		브로콜리/초장	
콩나물무침		시금치나물		숙주나물		유채나물		취나물무침		어묵볶음	
11	치즈케이크	12	파배기도넛	13	김치전	14	기정떡	15	바나나	16	카스타드
참치김치찌개		청국장		얼갈이된장국		미역국		복어국		근대된장국	
오리훈제구이		동그랑땡전		임연수구이		계란말이		소불고기		무채밥	
콘샐러드		미역줄기볶음		미나리무침		멸치호두볶음		양배추쌈/쌈장		애호박볶음	
김치전		감자채볶음		미역무침		월동추무침		가지볶음		김구이	
18	약밥	19	계란샌드위치	20	카스테라	21	어묵꼬치	22	호떡	23	카스타드
콩나물국		닭개장		소고기미역국		근대된장국		얼갈이된장국		야채스프	
카레라이스		고등어조림		잡채		순대야채볶음		안동찜닭		생선까스	
계란후라이		취나물무침		꽃맛샐러드		너비아니볶음		숙주나물무침		감자샐러드	
단무지		김구이		미역줄기볶음		브로콜리/초장		오이달래무침		유채나물	
25	요거트	26	왕만두	27	바람떡	28	롤케이크	29	황도	30	카스타드
근대된장국		미역장국		수제비국		콩나물국		얼갈이된장국		근대된장국	
우불고기		임연수구이		동그랑땡전		돈불고기		코다리조림		곤드레밥	
콩나물무침		시금치나물		연두부/양념간장		양배추찜/쌈장		분홍소세지전		감자채볶음	
김구이		미트볼조림		미역무침		애호박볶음		숙주나물무침		마늘쫀무침	

2024년 3월 프로그램

구분	월		화		수		목		금		토	
오전	♡ 09:25~09:45 날짜인지,신문세상,건강체조,건강체크,차마시기 (커피,울무차,등글레차)								1	젠 가	2	건강체조
오후	♡ 16:00~16:10 오늘한 일 기억하기, 건강체조									다트게임		미술(색칠하기)
오전	4	인지보드 (색인지컵쌓기)	5	인지음악 (스카프울동)	6 목욕 (男)	인지신체 (인지걸기)	7	목욕 (女)	8	인지미술 (색칠하기)	9	건강체조
오후		오자미양궁		풍선배구		비석치기		볼링게임		음악놀이		미술(만다라)
오전	11	인지보드 (시장놀이)	12	인지음악 (개사하기)	13 목욕 (男)	인지신체 (공체조)	14	목욕 (女)	15	인지미술 (스카프꾸미기)	16	건강체조
오후		투호던지기		윷놀이		오자미던지기		주사위던지기		다트게임		미술(색칠하기)
오전	18	인지보드 (색인지스틱)	19	인지음악 (다양한리듬악기)	20 목욕 (男)	인지신체 (밴드체조)	21	목욕 (女)	22	인지미술 (벚나무만들기)	23	건강체조
오후		오자미양궁		풍선배구		비석치기		볼링게임		요리교실		미술(만다라)
오전	25	인지보드 (칠교놀이)	26	인지음악 (클랩타)	27 목욕 (男)	인지신체 (다양한 도구체조)	28	목욕 (女)	29	인지미술 (수건접기)	30	건강체조
오후		투호던지기		윷놀이		오자미던지기		주사위던지기		음악놀이		미술(색칠하기)