

1 월 소 식 지

“어르신들을 사랑으로 섬기는 따뜻한 또 하나의 가족이 되겠습니다.”

곧 봄이 올 듯 따뜻하다가도 언제 그랬냐는 듯 한파가 닥치기도 하는 2월입니다.
아직은 겨울이지만 다가오는 봄을 생각하니 마음이 따뜻해집니다.
2월 한 달도 좋은 일, 즐거운 일들만 가득하길 바랍니다.

■ 2026년 1월의 활동

종합공예		세상 속의 음식이야기-만두만들기		원예치료-다육식물 키우기	
					
수교구 프로그램		음악신체 프로그램		직원회의 및 교육	
					
종합공예	미술을 통해 다양한 만들기 활동과 색칠, 작품을 완성해 보면서 자기를 표현하고 여러 가지 색상과 입체적 활동을 통해 뇌를 자극하여 흥미 유발과 창의력을 발휘할 수 있습니다.				
세상 속의 음식 이야기	친숙한 요리라는 매체를 이용한 창작활동으로 다양한 감각기관을 자극하여 장기기억 회복과 정서적 지지체계를 형성하여 우울과 고독감에서 벗어나 치매를 예방하고 정서적 안정감을 찾을 수 있도록 합니다.				
원예치료	다양한 식물과 도구를 사용함으로써 소근육 발달을 돕고 완성되는 과정을 통해 자기 성취감 향상을 돕습니다.				
수교구 프로그램	다양한 도구를 활용해 작품 만들기과 집중 놀이 훈련을 통해 창의력과 사고력, 눈과 손의 협응력을 강화하고 뇌 기능을 활성화하여 기억력 증가를 돕습니다.				
음악신체 프로그램	음악과 함께 하는 신체활동으로 어르신들의 뇌 기능 강화와 심신 건강을 지키며 다양한 교구를 활용해 음악에 맞춰 율동과 연주를 해보며 스트레스를 해소하여 삶의 즐거움을 느낍니다.				
직원회의 및 직원교육	어르신들의 더욱 나은 생활과 직원 건의 사항을 수렴 및 개선하고자 실시하고 있습니다.				

■ 2025년 2월의 활동계획 및 중요행사일정

- 직원회의·직원교육 : 어르신들의 더욱 나은 생활과 직원 건의사항을 수렴, 개선하고자 매월 실시하고 있습니다.
- 후마네트 프로그램 : 후마네트 위를 걷는 것만으로 치매와 낙상을 예방하는 프로그램이며 격주로 진행됩니다.
- 에그탱그램 프로그램과 칠교놀이 : 9개의 에그탱그램퍼즐과 칠교퍼즐을 여러 모양으로 만들어 보며 공간지각력과 구성능력을 기르기에 좋은 프로그램으로 한 달에 1번씩 진행됩니다.
- 요리 활동 프로그램 : 요리 활동을 통해 소근육 운동 및 다양한 감각 촉진을 통해 인지능력 향상에 도움을 주기 위해 한 달에 1번씩 진행하고 있습니다.
- 한의원 물리치료 : 어르신들의 건강증진을 위하여 시행하고 있는 프로그램으로 매주 수요일(공휴일 제외)마다 진행됩니다.
- 위생안전교육 : 순천시 어린이 사회복지 급식관리지원센터에서 주관하는 방문 교육이며, 2월 23일 실시할 예정입니다.

♣ 보호자 공지사항 ♣

▷ 한솔복지센터에서는 어르신과 보호자의 심리적 안정감 유지 및 기관과의 소통, 이해관계 유지를 위하여 월1회 이상 가족상담이 이뤄지고 있음을 안내드립니다. 혹여 어르신의 건강 및 주간보호 생활에 대해 궁금하신 부분이 있거나 건의사항이 있으시면 기관으로 연락주시면 감사하겠습니다. 전화통화를 원하실 경우 근무시간(09:00~18:00)내에 연락을 주시기 바랍니다.

(☎ 061-726-6677(사무실) / 010-8423-5752(기관폰) / 010-9255-6614(시설장))

▷사회적응프로그램으로 어르신들 생신잔치를 분기별로 직원들과 함께 진행하고 있습니다. 보호자님들의 적극적인 관심 부탁드립니다.

후원금계좌번호 : 301-0134-2313-11(농협), 예금주명 : 한솔노인복지센터

모든 후원금·품에 대해서는 소득세법 제34조에 의해 연말정산시 종합소득금액에 대해 혜택을 받으실 수 있습니다.

행복이 더해지는 나눔의 실천입니다. 후원금은 한솔어르신들의 행복 복지에 쓰여집니다 ~

• 2026년 1월 후원내역: 천순자어르신(비타음료), 최신애어르신(오메기떡), 황귀례어르신(피자), 서복여어르신(힙스포도당)



한 솔 노 인 복 지 센 터

2026년 2월 프로그램 제공일정 (주·야간보호 내 치매전담실)

■ 대 상 자 김옥임 어르신 외 16명 ■ 프로그램 관리자 이의선 사회복지사
 ■ 인지영역별 내부강사 기본(기억력)-한복순 요양보호사 / 기본(문제해결)-우효정 요양보호사 / 기본(집중력, 신체-토)-이정빈 요양보호사/ 기본(자기인식, 세상사는 이야기)-박미서 요양보호사/ 기본(지남력-회상)-황미선 요양보호사

★ 월, 화, 목, 금: 외부강사

일	월	화	수	목	금	토
1 센터휴무	2 활기충전(오후) 집단-기체조 기본(기억력) 날말잇기	3 활기충전(오전) 기본(문제해결) 빈칸을 채워 제시된 숫자 만들기 집단(신체)-수교구	4 기본(집중력)-숫자 조합하기 집단(사회적응)-계란샌드위치 한의원 물리치료 활기충전	5 활기충전(오후) 기본(자기인식) 나에게 편지쓰기 집단-음악신체	6 활기충전(오전) 기본(지남력) 에그탱그램 퍼즐놀이 집단-종합공예	7 활기충전(오전) 기본(문제해결) 시 문구 필사하기 집단-신체활동 웃놀이
	8 센터휴무	9 활기충전(오후) 집단-기체조 기본(기억력) 명칭과 개수 기억하기	10 활기충전(오전) 기본(문제해결) 돈 계산하기 집단(신체)-수교구	11 이미용 활기충전 집단-원예치료 한의원 물리치료 기본(집중력)-후마네트운동	12 활기충전(오후) 기본(자기인식) 식사 준비해 보기 집단-음악신체	13 활기충전(오전) 기본(회상) 옛날 영화 감상하기 집단-종합공예
15 센터휴무	16 활기충전(오후) 집단-기체조 기본(기억력) 아'로 시작하는 단어 찾고 색칠하기	17 설날 휴무	18 활기충전 기본(집중력) 색깔과 단어 일치하는 것 찾기 집단-사회적응 프로그램 세상 사는 이야기 - 설날	19 활기충전(오후) 기본(자기인식) 내가 입고 싶은 한복 색칠해보기 집단-음악신체	20 활기충전(오전) 기본(지남력) 3월 달력 만들기 집단-종합공예	21 활기충전(오전) 기본(회상) 설 명절 추억 나누기 집단(신체)-수교구
	22 센터휴무		25 기본(집중력)-후마네트운동 활기충전 한의원 물리치료 집단(사회적응)-시장놀이	26 활기충전(오후) 기본(자기인식) 내가 좋아하는 과일은? 집단-음악신체	27 활기충전(오전) 기본(회상) 제철 음식 기억하기 집단-종합공예	28 활기충전(오전) 기본(기억력) 파란색 글씨찾기 집단-신체활동 도미노 놀이
인지프로그램 그룹분류 기억력, 문제해결, 집중력, 자기인식, 회상, 지남력, 힘뇌체조 그룹① - 박병수, 박삼서, 오연심, 이성애, 최신애, 최희면 (6명) 그룹② - 김춘심, 이종율, 장복란, 주인중, 천순자, 황귀례(6명) 그룹③ - 김옥임, 서복여, 이순애, 조수임, 조정복(5명)		신체 프로그램 신체활동, 기체조, 종합공예, 원예치료, 음악신체, 수교구, 활기충전운동 사회적응프로그램 함동생신잔치, 사회적응나들이, 지역행사참여, 어버이날 및 특별행사, 그룹분류 한의원 물리치료, 세상 사는 이야기, 세상 속의 음식 이야기 그룹A - 박병수, 박삼서, 서복여, 이성애, 이종율, 조수임, 조정복, 최희면(8명) 그룹B - 김옥임, 김춘심, 오연심, 이순애, 장복란, 주인중, 천순자, 최신애, 황귀례(9명)		※ 프로그램 시간 ※ 10:00~10:30 힘뇌체조 10:30~11:30 활기충전운동 13:30~14:30 인지프로그램 15:00~16:00 신체 및 사회적응 프로그램		

2026년 2월 한솔노인복지센터 프로그램표 및 차량운행표 안내

일	월	화	수	목	금	토
1	2	3	4	5	6	7
센터 휴무	힘뇌체조 (집단) 기체조 (기본) 기억력 활기충전운동	힘뇌체조 활기충전운동 (기본) 문제해결 (집단) 신체-수교구	힘뇌체조 (기본) 집중력 (집단)사회적응-요리 한의원물리치료 활기충전운동	힘뇌체조 (기본) 자기인식 (집단) 음악신체 활기충전운동	힘뇌체조 활기충전운동 (기본) 지남력 (집단) 세상사는이야기	힘뇌체조 활기충전운동 (기본) 문제해결 (집단) 신체활동
8	9	10	11	12	13	14
센터 휴무	힘뇌체조 (집단) 기체조 (기본) 기억력 활기충전운동	힘뇌체조 활기충전운동 (기본) 문제해결 (집단) 신체-수교구	힘뇌체조 사회적응-이미용 활기충전운동 (집단) 원예치료 한의원물리치료 (기본) 집중력	힘뇌체조 (기본) 자기인식 집단) 음악신체 활기충전운동	힘뇌체조 활기충전운동 (기본) 회상 (집단) 종합공예	힘뇌체조 활기충전운동 (기본) 집중력 (집단)세상사는이야기
15	16	17	18	19	20	21
센터 휴무	힘뇌체조 (집단) 기체조 (기본) 기억력 활기충전운동	설날휴무	힘뇌체조 활기충전운동 (기본) 집중력 (집단)세상사는이야기	힘뇌체조 (기본) 자기인식 집단) 음악신체 활기충전운동	힘뇌체조 활기충전운동 (기본) 지남력 (집단) 종합공예	힘뇌체조 활기충전운동 (기본) 회상 (집단) 신체-수교구
22	23	24	25	26	27	28
센터 휴무	힘뇌체조 (집단) 기체조 (기본) 기억력 급식위생교육	힘뇌체조 활기충전운동 (기본) 문제해결 (집단) 신체-수교구	힘뇌체조 (기본) 집중력 활기충전운동 한의원물리치료 (집단)사회적응 -시장놀이	힘뇌체조 (기본) 자기인식 집단) 음악신체 활기충전운동	힘뇌체조 활기충전운동 (기본) 회상 (집단) 종합공예	힘뇌체조 활기충전운동 (기본) 기억력 (집단) 신체활동

※ 프로그램일정은 센터사정(지역사회연계)에 따라 변경될 수 있습니다.

프로그램 안내

□ 2026년 1월 활동하신 프로그램과 중요행사

*세상속의음식이야기-만두 만들기

*원예치료



*수교구 프로그램



*음악신체

*종합공예



◎ 2026년 1월 활동하실 프로그램 안내

- * 1일/1회 인지활동프로그램이 진행되고 있습니다.
- * 주 1회 월요일 외부강사- 기체조 프로그램이 진행됩니다.
- * 주 1회 화요일 외부강사- 신체 수교구 프로그램이 진행됩니다.
- * 격주 수요일 낙상예방을 위해 후마네트 운동 프로그램이 진행됩니다.
- * 주 1회 수요일(공휴일 제외) 한의원 물리치료 프로그램이 진행됩니다.
- * 월 1회 수요일 이미용봉사 방문하여 이미용 봉사 프로그램이 진행됩니다.
- * 월 1회 수요일 사회적응-세상 사는 이야기 프로그램이 진행됩니다.
- * 월 1회 수요일 사회적응-요리 활동 프로그램이 진행됩니다.
- * 월 1회 수요일 원예치료 프로그램이 진행됩니다.
- * 월 1회 마지막주 수요일 사회적응-시장놀이 프로그램이 진행됩니다.
- * 주 1회 목요일 외부강사- 음악신체 프로그램이 진행됩니다.
- * 주 1회 금요일 외부강사- 종합공예 프로그램이 진행됩니다.

◎ 차량이송 변경에 대한 협조 요청

- *주·야간보호나 치매전담형 원활한 이송을 위해 어르신을 미리 챙겨 주시고 보호자가 차량 탑승까지 도움을 주시길 바라며, 오후 이송 시 센터 직원에게 보호자가 어르신을 인계받을 수 있도록 많은 협조 바랍니다.
- *어르신 입·퇴소에 따라 이송 시간과 차량이 변경될 수 있으므로 양해 부탁드립니다.

■ 차량이송안내 ■

- ◆스타렉스(78머6800)-오전:조례주공@ (08:45)~조례대림2차(08:50)~웅당e편한(09:05)~저전동(09:20)
- ◆스타렉스(78머6800)-오후:조례주공@ (16:45)~조례대림2차(16:50)~웅당e편한(17:05)~서면개운길(17:20)~저전동(17:35)
- ◆스타렉스(70주4867)-오전:현대5차(08:45)~덕암현대@ (08:50)~한신@ (09:00)~연향호반1차(09:20)~조례금호@ (09:30)
- ◆스타렉스(70주4867)-오후:주공1차(16:45)~주공2차(16:50)~현대5차@ (16:55)~덕암현대@ (17:00)~한신@ (17:10)~연향호반1차(17:20)~조례금호@ (17:30)
- ◆쏘울(39라2191)-오전1차:상사장수길(08:10) / 오전2차:신대충흥1차(08:55)~유동1길(09:05)
- ◆쏘울(39라2191)-오후: 골드클래스3차(16:45)~상사장수길(17:10)
- ◆모닝(63다8438)-오전1차:주공1차(8:45)~주공2차(8:50)/ 오전2차:서면개운길(09:20)
- ◆모닝(63다8438)-오후:오후1차:신대충흥1차(16:55)~유동1길(17:05)/ 오후2차:부영1차(17:35)

2026년 2월 1주 식단표

작성자: 임세진 영양사

일자	2/1(일)	2/2(월)	2/3(화)	2/4(수)	2/5(목)	2/6(금)	2/7(토)
점심		잡곡밥 북어계란국 순살치킨강정 오이나물 청포묵달래무침 배추김치	잡곡밥 냉이된장국 순살아귀찜 동그랑땡전 브로콜리*초장 배추김치	잡곡밥 생굴매생이국 오리불고기 봄동겉절이 연근흑임자무침 배추김치	잡곡밥 육개장 순살조기구이 후랑크소세지야채 볶음 시금치만다린샐러드 배추김치	잡곡밥 어묵무국 목살찜스테이크 실치아몬드배볶음 배추김치	잡곡밥 떡국 꼬막양념무침 새송이버섯볶음 유채나물 배추김치
저녁		잡곡밥 감자수제비국 쭈꾸미야채볶음 새송이버섯볶음 시금치나물 배추김치	잡곡밥 오징어무국 너비아니아채조림 툇두부무침 그린샐러드*유자드 레싱 배추김치	잡곡밥 아욱국 가지미양념찜 감자채볶음 상추겉절이 배추김치	잡곡밥 홍합살무국 제육볶음 가지양파볶음 세발나물겉절이 배추김치	잡곡밥 감자다시마국 코다리무조림 궁채장아찌 썩갓나물무침 배추김치	잡곡밥 애호박새우젓국 순대야채볶음 올방개묵김가루무침 봄동나물 배추김치
죽식		전복죽	옥수수죽	낙지죽	브로콜리죽	게살죽	녹두죽
간식 (오후)		사과/사과주스	식혜	키위/키위주스	라면	파인애플/파인 애플주스	고구마/고구마 라떼

원산지 표기	쌀(국산), 죽(국산), 누룽지(국산), 두부류(콩:외국산),콩국수(콩:외국산), 콩비지(콩:외국산), 배추김치(배추:국산 / 고춧가루:중국산), 쇠고기(호주산), 돼지고기(국산), 닭고기(국산), 오리고기(국산), 고등어(국산), 삼치(국내산), 갈치(국산),오징어채(국내산), 다시멸치(국산), 뱀장어(국산),미꾸라지(국산),전복(국산), 방어(국산), 참치캔(가다랑어:월양산),꽁치캔(꽁치:대만산),참조기(중국산),재첩살(중국산) 바지락살 (중국산), 홍새우살(중국산), 홍합살(중국산), 건새우(중국산),꽃게(중국산), 아귀순살(중국산), 낙지채(베트남산),쭈꾸미(베트남산), 임연수(러시아),명태(러시아),코다리(러시아),곤이(러시아),가자미(미국산), 대구알(미국산),대구곤이(러시아산) <공산품> 탕수육(돼지고기:국내산),돈가스(돼지고기:국내산),너비아니(닭고기:국내산), 떡갈비(돼지고기/국내산), 생선까스(명태살/러시아), 해물완자전(오징어:외국산), 물만두(돼지고기:국내산), 교자만두(돼지고기:국내산),후랑크소세지(닭고기:국내산), 미니돈가스(돼지고기:국내산),미트볼(닭고기:국내산), 오색모듬전(돼지고기:국내산),베이컨(돼지고기:미국산),오징어젓갈(오징어:중국산),훈제오리(오리:중국산),돈까스(돼지고기:국내산),탕수육(돼지고기:국내산),치킨너겟(닭고기:국내산),베이컨(돼지고기:미국산),캔꽁치(꽁치: 대만산)
-----------	--

2026년 2월 2주 식단표

작성자: 임세진 영양사

일자	2/8(일)	2/9(월)	2/10(화)	2/11(수)	2/12(목)	2/13(금)	2/14(토)
점심		잡곡밥 우거지된장국 제육볶음 표고버섯야채볶음 무쪽파생채 배추김치	산채비빔밥 낙지무채국 배추김치	잡곡밥 돈등뼈감자탕 오징어야채볶음 새송이버섯야채볶음 브로콜리*초장 배추김치	잔치국수/잡곡밥 훈제오리청경채볶음 청포묵달래무침 단무지무침 배추김치	잡곡밥 콩나물국 임연수양념구이 감자피망채볶음 물파래무무침 배추김치	카레덮밥 냉이된장국 단무지무침 얼갈이나물 배추김치
저녁		잡곡밥 어묵무국 방어감자조림 우엉채조림 열무나물 배추김치	잡곡밥 토란국 묵은지두부조림 동그랑땡전 참나물무침 배추김치	잡곡밥 떡국 달볶음탕 연근조림 유채나물 배추김치	잡곡밥 아욱국 가자미양념찜 툇두부무침 마늘쫀지무침 배추김치	잡곡밥 두부알탕 너비아니아채조림 실치아몬드채볶음 썩갓나물무침 배추김치	잡곡밥 콩비지찌개 야채계란찜 궁채장아찌 세발나물겉절이 배추김치
죽식		녹두죽	순두부죽	흑임자죽	순두부죽	계란죽	야채죽
간식 (오후)		호빵/오렌지주스	황도/황도주스	바나나빵/매실차	사과/사과주스	키위/키위주스	체리/포도주스

원산지
표기

쌀(국산), 죽(국산), 누룽지(국산), 두부류(공:외국산), 콩국수(공:외국산), 콩비지(공:외국산), 배추김치(배추:국산 / 고춧가루:중국산), 쇠고기(호주산), 돼지고기(국산), 닭고기(국산), 오리고기(국산), 고등어(국산), 삼치(국내산), 갈치(국산), 오징어채(국내산), 다시멸치(국산), 뱀장어(국산), 미꾸라지(국산), 전복(국산), 방어(국산), 참치캔(가다랑어:원양산), 공치캔(공치:대만산), 참조기(중국산), 재첩살(중국산), 바지락살(중국산), 홍새우살(중국산), 홍합살(중국산), 건새우(중국산), 꽃게(중국산), 아귀순살(중국산), 낙지채(베트남산), 쭈꾸미(베트남산), 임연수(러시아), 명태(러시아), 코다리(러시아), 곤이(러시아), 가자미(미국산), 대구알(미국산), 대구곤이(러시아산) <공산품> 탕수육(돼지고기:국내산), 돈가스(돼지고기:국내산), 너비아니(닭고기:국내산), 떡갈비(돼지고기/국내산), 생선가스(명태살/러시아), 해물완자전(오징어:외국산), 물만두(돼지고기:국내산), 교자만두(돼지고기:국내산), 후랑크소세지(닭고기:국내산), 미니돈가스(돼지고기:국내산), 미트볼(닭고기:국내산), 오색모듬전(돼지고기:국내산), 베이컨(돼지고기:미국산), 오징어젓갈(오징어:중국산), 훈제오리(오리:중국산), 돈가스(돼지고기:국내산), 탕수육(돼지고기:국내산), 치킨넛컷(닭고기:국내산), 베이컨(돼지고기:미국산), 캔공치(공치:대만산)

2026년 2월 3주 식단표

작성자: 임세진 영양사

일자	2/15(일)	2/16(월)	2/17(화)	2/18(수)	2/19(목)	2/20(금)	2/21(토)
점심		잡곡밥 콩나물김치국 돈육부추잡채 도라지초무침 오이들깨나물 배추김치		잡곡밥 물만두국 오징어야채볶음 백묵이겨자냉채 가지굴소스볶음 배추김치	잡곡밥 닭곰탕 코다리무조림 연근조림 시금치나물 배추김치	온메밀국수/잡곡밥 소불고기 유채나물 오복채무침 배추김치	잡곡밥 콩비지찌개 꼬막야채무침 오색모듬전 토란대볶음 배추김치
저녁		잡곡밥 우거지된장국 순대야채볶음 우엉채조림 해물부추전 브로콜리*초장 배추김치		잡곡밥 냉이된장국 제육볶음 토란대들깨볶음 청포묵김가루무침 배추김치	잡곡밥 감자수제비국 미트볼야채조림 새송이버섯볶음 해초샐러드 배추김치	잡곡밥 어묵무국 마파두부 후랑크야채볶음 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥 바지락살무국 계란장조림 봄동나물 오징어젓갈무침 배추김치
죽식		흑임자죽		전복죽	녹두죽	단호박죽	옥수수죽
간식 (오후)		찐감자/매실차		배/배즙스	쌀과자/사과즙스	감굴/감굴즙스	키위/키위즙스

원산지 표기	쌀(국산), 축(국산), 누룽지(국산), 두부류(콩:외국산),콩국수(콩:외국산), 콩비지(콩:외국산), 배추김치(배추:국산 / 고춧가루:중국산), 쇠고기(호주산), 돼지고기(국산), 닭고기(국산), 오리고기(국산), 고등어(국산), 삼치(국내산), 갈치(국산),오징어채(국내산), 다시멸치(국산), 뱀장어(국산),미꾸라지(국산),전복(국산), 방어(국산), 참치캔(가다랑어:외양산),꽁치캔(꽁치:대만산),참조기(중국산),재첩살(중국산) 바지락살 (중국산), 홍새우살(중국산), 홍합살(중국산), 건새우(중국산),꽃게(중국산), 아귀순살(중국산), 낙지채(베트남산),쭈꾸미(베트남산), 임연수(러시아),명태(러시아),코다리(러시아),곤이(러시아),가자미(미국산), 대구알(미국산),대구곤이(러시아산) <공산품> 탕수육(돼지고기:국내산),돈까스(돼지고기:국내산),너비아니(닭고기:국내산),떡갈비(돼지고기/국내산), 생선까스(명태살/러시아),해물완자전(오징어:외국산),물만두(돼지고기:국내산),교자만두(돼지고기:국내산),후랑크소세지(닭고기:국내산),미니돈까스(돼지고기:국내산),미트볼(닭고기:국내산),오색모듬전(돼지고기:국내산),베이컨(돼지고기:미국산),오징어젓갈(오징어:중국산),훈제오리(오리:중국산),돈까스(돼지고기:국내산),탕수육(돼지고기:국내산),치킨너겟(닭고기:국내산),베이컨(돼지고기:미국산),캔콩치(콩치:대만산)
-----------	---

2026년 2월 4주 식단표

작성자: 임세진 영양사

일자	2/22(일)	2/23(월)	2/24(화)	2/25(수)	2/26(목)	2/27(금)	2/28(토)
점심		잡곡밥 우거지된장국 돈육수육 쪽파무생채 양배추쌈*쌈장 배추김치	잡곡밥 콩나물국 삼치무조림 뿌링클팜콘치킨 열무나물 배추김치	잡곡밥 꽃게탕 닭볶음탕 새송이버섯볶음 시금치나물 배추김치	잡곡밥 버섯들깨탕 조기양념장구이 애호박새우젓볶음 봄동나물 배추김치	잡곡밥 장어탕 오리훈제야채볶음 어묵야채볶음 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥 바지락살무국 돈육부추잡채 건새우마늘쫄볶음 도라지초무침 배추김치
저녁		잡곡밥 감자계란국 찐물만두*양념장 세발나물겉절이 오이나물 배추김치	잡곡밥 생굴매생이국 야채계란찜 어묵야채볶음 숙주나물 배추김치	잡곡밥 어묵무국 해물부추전 가지나물 유채겉절이 배추김치	잡곡밥 두부김치국 제육볶음 연근흑임자무침 풋마늘무침 배추김치	잡곡밥 떡국 묵은지두부조림 오복채무침 브로콜리*초장 배추김치	잡곡밥 들깨미역국 오징어야채볶음 올방개묵김가루무 침 열무나물 배추김치
죽식		흑임자죽	게살죽	브로콜리죽	옥수수죽	순두부죽	계란죽
간식 (오후)		파인애플/파인 애플쥬스	약과/매실차	고구마/고구마라떼	짜장라면/ 오렌지쥬스	사과/사과쥬스	밤양갱/매실차

원산지 표기	쌀(국산), 죽(국산), 누룽지(국산), 두부류(콩:외국산),콩국수(콩:외국산), 콩비지(콩:외국산), 배추김치(배추:국산 / 고춧가루:중국산), 쇠고기(호주산), 돼지고기(국산), 닭고기(국산), 오리고기(국산), 고등어(국산), 삼치(국내산), 갈치(국산),오징어채(국내산), 다시멸치(국산), 뱀장어(국산),미꾸라지(국산),전복(국산), 방어(국산), 참치캔(가다랑어:원양산),꽁치캔(꽁치:대만산),참조기(중국산),재첩살(중국산) 바지락살 (중국산), 홍새우살(중국산), 홍합살(중국산), 건새우(중국산),꽃게(중국산), 아귀순살(중국산), 낙지채(베트남산),쭈꾸미(베트남산), 임연수(러시아),명태(러시아),코다리(러시아),곤이(러시아),가자미(미국산), 대구알(미국산),대구곤이(러시아산) <공산품> 탕수육(돼지고기:국내산),돈가스(돼지고기:국내산),너비아니(닭고기:국내산), 떡갈비(돼지고기/국내산), 생선까스(명태살/러시아), 해물완자전(오징어:외국산), 물만두(돼지고기:국내산), 교자만두(돼지고기:국내산),후랑크소세지(닭고기:국내산), 미니돈가스(돼지고기:국내산),미트볼(닭고기:국내산), 오색모듬전(돼지고기:국내산),베이컨(돼지고기:미국산),오징어젓갈(오징어:중국산),훈제오리(오리:중국산),돈까스(돼지고기:국내산),탕수육(돼지고기:국내산),치킨너겟(닭고기:국내산),베이컨(돼지고기:미국산),캔콩치(콩치: 대만산)
-----------	---