

프로그램 운영일정

2025년 08월 / 기본형

엠베스트재활통합복지센터

(외) : 외부강사, (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
					1 인지(전체) 탈력 만들기 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 짐볼차기 14:00~15:00(60분)	2 인지(전체) 영화감상 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 거북이 달리기 14:00~15:00(60분)
3	4 인지(전체) 비즈공예 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 공 주고 받기 14:00~15:00(60분)	5 인지(전체) 부채 만들기 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 엠베스트 노래 교실 14:00~15:00(60분)	6 인지(전체) 콩고르기 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 맞춤형 프로그램(웃음치유) 14:00~15:00(60분)(외)	7 인지(전체) 퍼즐 맞추기 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 맞춤형 프로그램(레크레이션) 14:00~15:00(60분)(외)	8 인지(전체) 도미노 10:30~11:30(60분) 가족(전체) 대용공연예술단과 함께 하는 공연 14:00~15:00(60분)(자)	9 신체(전체) 손가락을 이용한 구공 옮기기 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 삼계탕만들기 14:00~15:00(60분)
10	11 인지(전체) 지필활동 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 색깔고리 던지기 14:00~15:00(60분)	12 인지(전체) 악기놀이 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 활동감쌓기 14:00~15:00(60분)	13 인지(전체) 엠베스트 헤어샵(봉사자) 10:30~11:30(60분)(자) 인지(전체) 맞춤형 프로그램(웃음치유) 14:00~15:00(60분)(외)	14 신체(전체) 하키 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 맞춤형 프로그램(레크레이션) 14:00~15:00(60분)(외)	15 광복절 인지(전체) 광복절미만들기 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 해피누리 색소폰 공연 14:00~15:00(60분)(자)	16 인지(전체) 빨대 블록 10:00~11:00(60분) 신체(전체) 공 주고 받기 14:00~15:00(60분)
17	18 인지(전체) 꽃다발 만들기 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 볼링 14:00~15:00(60분)	19 인지(전체) 모자이크 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 킥 탑쌓기 14:00~15:00(60분)	20 인지(전체) 장애인 인식개선 교육 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 맞춤형 프로그램(웃음치유) 14:00~15:00(60분)(외)	21 사회(전체) 미니콘서트 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 맞춤형 프로그램(레크레이션) 14:00~15:00(60분)(외)	22 인지(전체) 여름텃밭 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 빨대 블록 14:00~15:00(60분)	23 인지(전체) 치과 강의 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 색깔공 분리하기 14:00~15:00(60분)
24	25 인지(전체) 점선잇기 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 볼풀낚시 놀이 14:00~15:00(60분)	26 인지(전체) 나무만들기 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 공 주고 받기 14:00~15:30(90분)	27 인지(전체) 물고기 비닐 만들기 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 맞춤형 프로그램(웃음치유) 14:00~15:00(60분)(외)	28 인지(전체) 계란판 색칠하기 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 맞춤형 프로그램(레크레이션) 14:00~15:00(60분)(외)	29 인지(전체) 빙수만들기 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 계란판 공 받기 14:00~15:00(60분)	30 인지(전체) 병뚜껑 캐스터니 만들기 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 악기놀이 14:00~15:00(60분)
31						

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

2025-08-22 14:47:48 이슬 (사회복지사)

식단표

2025년 08월

엠베스트재활통합복지센터

구분					금(08.01)	토(08.02)
점심 식단					잡곡밥 순두부백탕 양념장 소불고기 양념깻잎지 김구이 열무김치 (550kcal)	잡곡밥 어묵국 생선가스 타르타르소스 도라지볶음 쪽파무침 배추김치 (636kcal)
저녁 식단					잡곡밥 배추된장국 삼치구이 고춧잎무침 청경채겉절이 깍두기 (512kcal)	잡곡밥 들깨버섯탕 훈제오리구이 머스타드 콩나물무침 단호박찜 배추김치 (643kcal)
오전 간식					두유	찜감자 우유
오후 간식					카스테라 보리차	크래커 통글레차
구분	월(08.04)	화(08.05)	수(08.06)	목(08.07)	금(08.08)	토(08.09)
점심 식단	잡곡밥 들깨수제비 갈치조림 탕평채 치커리무침 배추김치 (884kcal)	잡곡밥 쇠고기미역국 매추리알장조림 온두부찜 양념장 열무나물 배추김치 (593kcal)	추가밥 검은콩국수 돈육수육 새우젓 죽순채볶음 썩갓겉절이 배추김치 (1294kcal)	잡곡밥 어묵국 순살닭볶음탕 무른병아리콩조림 브로콜리무침 깍두기 (533kcal)	잡곡밥 도토리묵국 삼치구이 단호박찜 실곤약채소무침 배추김치 (561kcal)	잡곡밥 고추장찌개 닭가슴살장조림 시금치나물 무말랭이무침 배추김치 (493kcal)
저녁 식단	잡곡밥 감자된장찌개 순살치킨 숙주나물 양배추샐러드 발사믹 배추김치 (682kcal)	잡곡밥 안매운김치국 오징어볶음 깻잎나물 오이무침 깍두기 (495kcal)	잡곡밥 갈비탕 메밀전병 꽃맛샐러드 얼갈이나물 배추김치 (629kcal)	잡곡밥 된장찌개 고갈비 건곤드레나물 부추무침 배추김치 (747kcal)	잡곡밥 미역국 훈제오리채소구이 머스타드 새송이볶음 참나물무침 배추김치 (606kcal)	잡곡밥 돈육카레소스 오징어묵국 손만두찜 양념장 열무나물 배추김치 (677kcal)
오전 간식	꿀떡	카스타드 보리차	연양갱 보리차	토마토	미니약과 매실차	검은콩두유
오후 간식	블루베리셰이크	크래커 통글레차	소보로빵 녹차	증편 통글레차	단팥빵 보리차	삼은달걀 보리차

구분	월(08.25)	화(08.26)	수(08.27)	목(08.28)	금(08.29)	토(08.30)
점심 식단	잡곡밥 동태찌개 돈육잡채 미역줄기볶음 오이소박이 배추김치 (602kcal)	잡곡밥 시래기국 오리주물럭 고춧잎나물무침 양파지 배추김치 (534kcal)	잡곡밥 물만두국 오징어볶음 연근조림 건곤드레나물 배추김치 (604kcal)	잡곡밥 사골떡국 수제떡갈비 마늘장아찌 배추나물 깍두기 (909kcal)	잡곡밥 근대된장국 달걀말이 맛살채소볶음 상추겉절이 배추김치 (488kcal)	추가밥 잔치국수 떡갈비 양파장아찌 오이무침 배추김치 (815kcal)
저녁 식단	잡곡밥 달걀국 마파두부 잔멸치볶음 열무나물 배추김치 (531kcal)	잡곡밥 청경채맑은국 돈육김치볶음 양배추찜 쌈장 참나물무침 깍두기 (477kcal)	잡곡밥 감자양파국 소고기채소볶음 김구이 열무된장지짐 배추김치 (610kcal)	오므라이스 어묵국 군만두 초간장 양상추샐러드 참깨 배추김치 (982kcal)	잡곡밥 순두부백탕 양념장 고등어조림 애호박전 비름나물무침 배추김치 (625kcal)	잡곡밥 돈육카레소스 아욱된장국 우엉채볶음 고춧잎무침 배추김치 (603kcal)
오전 간식	키위	검은콩두유	떠먹는요구르트	양송이스프	사과	수박
오후 간식	모닝빵 딸기잼	카스타드	삶은달걀 매실차	무지개떡	유과 식혜	카스테라 보리차

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.