

2026년 6월 나도람 소식지

안녕하세요. 나도람노인복지센터입니다.^^

초록빛이 짙어짐과 함께 여름이 성큼 다가왔습니다. 따스한 햇살과 시원한 바람속에서
가정에 기쁨과 행복이 가득하시길 바라며, 환절기 감기 조심하시고 늘 건강하고 활기
찬 6월이 되시길 바랍니다.^^



1. 06월 02일(화) **이·미용 봉사**가 있습니다.
2. 06월 04일(목) 나래봉사단과 함께하는
“나도람 생신잔치”가 있습니다.
3. 06월 29일(월) 중구노인복지관에서
찾아가는 웰다잉 연극공연이 있습니다.
4. **셋째·넷째 토요일에 나도람 산책**이 있습니다.
※ 날씨에 따라 변동이 있을 수 있습니다.

★ 이달의 신규 신체프로그램 안내 ★

- 순서대로 호떡 뒤집기 : 한쪽 면에 숫자를 적어둔 뒤 기억했다가 순서대로 뒤집는
활동으로 어르신들의 기억력과 집중력에 도움을 주며, 손
끝을 활용하여 뒤집는 과정에서 소근육과 협응력 향상에
도움을 줍니다.
- 집게로 수리취떡 옮기기 : 집게로 수리취떡 모형을 잡고 옮기면서 손의 소근육 강화와
손가락 근력 향상에 도움을 주며, 반복되는 활동으로
인지기능 자극 및 문제해결 능력 강화에도 도움을 줍니다.

< 6월 주요 행사 계획 >

6월 02일 (화)	6월 04일 (목) (14:00~15:00)	6월 29일 (월)	셋째·넷째 토요일
이·미용 봉사	나도람 생신잔치 (나래봉사단)	찾아가는 웰다잉 연극 공연	나도람 산책

26년 06월 프로그램 계획표 (일반실1)

1 주차	1 일 (월)		2 일 (화)	3 일 (수)	4 일 (목)	5 일 (금)	6 일 (토)
	오 전 10:30~11:30	힐링치매예방노래교실: 김진희 (금계국 색칠하기)	여름 협동화 색칠하기	목욕 및 손톱정리 안경소독	웃음치료 : 김인순 (느티나무 색칠하기)	신미란노래교실 : 신미란 (해바라기 색칠하기)	현충일 만들기
	오 후 14:00~15:00	워크메이트/ 풍선 배드민턴	나도람노래교실 (함께하는 음악봉사)②	증바골드: 김정운 (퍼즐맞추기)	나도람생신잔치 ② (나래봉사단)	신체계측 및 감염교육	나도람 시네마 <아이 캔 스피크>
	15:20~15:50	단어쓰고 선긋기	선 따라 긋기	세상사 이야기	부분보고 전체 찾기	재난 안전 교육 (화재)	
2 주차	8 일 (월)		9 일 (화)	10 일 (수)	11 일 (목)	12 일 (금)	13 일 (토)
	오 전 10:30~11:30	힐링치매예방노래교실: 김진희 (라벤더 색칠하기)	동화이야기&독후활동 (위험한 도술대결)	목욕 및 손톱정리 안경소독	웃음치료 : 김인순 (자작나무 색칠하기)	신미란노래교실 : 신미란 (메리골드 색칠하기)	나도람노래교실② (사노라면 예술단)
	오 후 14:00~15:00	나도람노래교실 (국가정원예술단)②	나도람노래교실 (함께하는 음악봉사)②	증바골드: 김정운 (퍼즐맞추기)	테이블 컬러링/ 워크메이트	웃음치료 : 임현경 ②	사랑나누리 예술단③
	15:20~15:50	사자성어 따라쓰기	숫자 따라 줄 긋기	동화책 읽기	그림자 찾기	같은 그림 찾기	마스크팩 마사지
3 주차	15 일 (월)		16 일 (화)	17 일 (수)	18 일 (목)	19 일 (금)	20 일 (토)
	오 전 10:30~11:30	힐링치매예방노래교실: 김진희 (수국 색칠하기)	노래교실 : 허진주 ②	목욕 및 손톱정리 안경소독	웃음치료 : 김인순 (배롱나무 색칠하기)	신미란노래교실 : 신미란 (능소화 색칠하기)	나도람 산책 (단오 부채 만들기)
	오 후 14:00~15:00	나도람 노래교실② (신바람 예술단)	나도람노래교실 (함께하는 음악봉사)②	증바골드: 김정운 (퍼즐맞추기)	나도람노래교실③ (적십자봉사회)	건강체조 : 신태숙 ②	나도람노래교실② (천사봉사단)
	15:20~15:50	맞는 단어 쓰기	선 따라 그리고 색칠하기	세상사 이야기	다른 방향 찾기	겹쳐진 그림 찾기	순서대로 색칠하기
4 주차	22 일 (월)		23 일 (화)	24 일 (수)	25 일 (목)	26 일 (금)	27 일 (토)
	오 전 10:30~11:30	힐링치매예방노래교실: 김진희 (백합 색칠하기)	노래교실(퀴즈) : 허진주②	목욕 및 손톱정리 안경소독	웃음치료 : 김인순 (산딸나무 색칠하기)	신미란노래교실 : 신미란 (접시꽃 색칠하기)	여름 리스 만들기
	오 후 14:00~15:00	집게로 수리취떡 옮기기/ 가위바위보 팔레집게	나도람노래교실 (함께하는 음악봉사)②	증바골드: 김정운 (퍼즐맞추기)	나도람노래교실③ (적십자봉사회)	인지미술 : 하재희 ②	사랑나누리 예술단③
	15:20~15:50	숙달 따라쓰기	선 따라 그리기	동화책 읽기	반쪽 과일 찾기	개수세기	순서대로 호떡 뒤집기
5 주차	29 일 (월)		30 일 (화)				
	오 전 10:30~11:30	힐링치매예방노래교실: 김진희 (장미 색칠하기)	노래교실 : 허진주 ②	<div> <div> <div>■ 맞춤형인지기능프로그램</div> <div>■ 인지기능프로그램</div> <div>■ 신체기능프로그램</div> <div>■ 사회적응프로그램</div> </div> <div> <div>■ 가족대상프로그램</div> <div>■ 인지기능프로그램(미디어)</div> <div>■ 지역사회연계</div> <div>■ 목욕 (수요일 오전)</div> </div> </div> <div>※ 맞춤형 & 적십자노래교실 P/G 3층 생활실 그 외 2층 생활실</div> <div>※ 노래교실 시간에는 소음을 싫어하는 수급자는 다른 층에서 다른 수업 진행합니다.</div> <div>※ 야외프로그램은 날씨에 따라 변동이 있을 수 있습니다.</div>			
	오 후 14:00~15:00	찾아가는 웰다잉 연극공연	나도람노래교실 (함께하는 음악봉사)②				
	15:20~15:50	세는 말 쓰기	7월 달력 색칠하기				

나도람 주.아보오센터 ☎ 052-297-2266

26년 06월 프로그램 계획표 (일반실2)

1 주차	1 일 (월)		2 일 (화)	3 일 (수)	4 일 (목)	5 일 (금)	6 일 (토)
	오 전 10:30~11:30	힐링치매예방노래교실: 김진희 (금계국 색칠하기)	여름 협동화 색칠하기	목욕 및 손톱정리 안경소독	웃음치료 : 김인순 (느티나무 색칠하기)	신미란노래교실 : 신미란 (해바라기 색칠하기)	현충일 만들기
	오 후 14:00~15:00	죽방울놀이/ 로켓볼 던지고 받기	나도람노래교실 (함께하는 음악봉사)②	증바골드: 김정운 (퍼즐맞추기)	나도람생신잔치 ② (나래봉사단)	신체계측 및 감염교육	나도람 시네마 <아이 캔 스피크>
	15:20~15:50	십자말풀이 조성위즈	나는 누구일까요?	세상사 이야기	영수증 보기	시장보기(1)	
2 주차	8 일 (월)		9 일 (화)	10 일 (수)	11 일 (목)	12 일 (금)	13 일 (토)
	오 전 10:30~11:30	힐링치매예방노래교실: 김진희 (라벤더 색칠하기)	동화이야기&독후활동 (위험한 도술대결)	목욕 및 손톱정리 안경소독	웃음치료 : 김인순 (자작나무 색칠하기)	신미란노래교실 : 신미란 (메리골드 색칠하기)	나도람노래교실② (사노라면 예술단)
	오 후 14:00~15:00	나도람노래교실 (국가정원예술단)②	나도람노래교실 (함께하는 음악봉사)②	증바골드: 김정운 (퍼즐맞추기)	무지개 공 굴리기/ 순서대로 호떡 뒤집기	웃음치료 : 임현경 ②	사랑나누리 예술단③
	15:20~15:50	뇌를 깨워주는 수수께끼	날말찾기	동화책 읽기	재난 안전 교육 (화재)	시장보기(2)	마스크팩 마사지
3 주차	15 일 (월)		16 일 (화)	17 일 (수)	18 일 (목)	19 일 (금)	20 일 (토)
	오 전 10:30~11:30	힐링치매예방노래교실: 김진희 (수국 색칠하기)	노래교실 : 허진주 ②	목욕 및 손톱정리 안경소독	웃음치료 : 김인순 (배롱나무 색칠하기)	신미란노래교실 : 신미란 (능소화 색칠하기)	단오 부채 만들기
	오 후 14:00~15:00	나도람 노래교실② (신바람 예술단)	나도람노래교실 (함께하는 음악봉사)②	증바골드: 김정운 (퍼즐맞추기)	나도람노래교실③ (적십자봉사회)	건강체조 : 신태숙 ②	나도람노래교실② (천사봉사단)
	15:20~15:50	년센스 퀴즈	십자말풀이	세상사 이야기	부등호 쓰기	김밥 재료 알아보기(1)	미로찾기
4 주차	22 일 (월)		23 일 (화)	24 일 (수)	25 일 (목)	26 일 (금)	27 일 (토)
	오 전 10:30~11:30	힐링치매예방노래교실: 김진희 (백합 색칠하기)	노래교실(퀴즈) : 허진주②	목욕 및 손톱정리 안경소독	웃음치료 : 김인순 (산딸나무 색칠하기)	신미란노래교실 : 신미란 (접시꽃 색칠하기)	나도람 산책 (여름 리스 만들기)
	오 후 14:00~15:00	워크메이트/ 테이블 컬러링	나도람노래교실 (함께하는 음악봉사)②	증바골드: 김정운 (퍼즐맞추기)	나도람노래교실③ (적십자봉사회)	인지미술 : 하재희 ②	사랑나누리 예술단③
	15:20~15:50	뇌를 깨워주는 수수께끼	단어 조합하기	동화책 읽기	돈 계산하기	김밥 재료 알아보기(2)	워크메이트 & 안마봉 운동
5 주차	29 일 (월)		30 일 (화)				
	오 전 10:30~11:30	힐링치매예방노래교실: 김진희 (장미 색칠하기)	노래교실 : 허진주 ②	<div> <div> <div>■ 맞춤형인지기능프로그램</div> <div>■ 인지기능프로그램</div> <div>■ 신체기능프로그램</div> <div>■ 사회적응프로그램</div> </div> <div> <div>■ 가족대상프로그램</div> <div>■ 인지기능프로그램(미디어)</div> <div>■ 지역사회연계</div> <div>■ 목욕 (수요일 오전)</div> </div> </div> <div>※ 맞춤형 & 적십자노래교실 P/G 3층 생활실 그 외 2층 생활실</div> <div>※ 노래교실 시간에는 소음을 싫어하는 수급자는 다른 층에서 다른 수업 진행합니다.</div> <div>※ 야외프로그램은 날씨에 따라 변동이 있을 수 있습니다.</div>			
	오 후 14:00~15:00	찾아가는 웰다잉 연극공연	나도람노래교실 (함께하는 음악봉사)②				
	15:20~15:50	그림 연상 퀴즈(숙답)	7월 달력 색칠하기				

나도람 주.아보오센터 ☎ 052-297-2266

6월 식단표(1~2주)

나도람노인복지센터

2026년

구분		월(6/01)	화(6/02)	수(6/03)	목(6/04)	금(6/05)	토(6/06)	
아침		단호박죽	황태죽	소고기채소죽	죽임자죽	새우죽	게살죽	
점심		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	팔찰밥	잡곡밥	잡곡밥	
		콩나물국	육개장	시락국	두부미역국	황태국	애호박된장국	
		고등어무조림	도동동그랑행전	마파두부	소고기잡채	제육볶음	훈제오리채소찜	
		상추/쌈장	실곤약채소무침	애호박볶음	돈안심찐스테이크	도토리묵무침	파채상추겉절이	
		미역초무침	연근조림	궁채초절임	그린샐러드	얼갈이나물무침	감자샐러드	
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	
저녁		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	
		청국장찌개	들깨미역국	오징어무국	부추달걀국	미역미소장국	김치콩나물국	
		돈육매란조림	안동찜닭	훈제오리채소볶음	코다리무조림	만두탕수/후르츠소스	소고기숙주볶음	
		청경채나물무침	브로콜리두부무침	부추겉절이	청포묵김무침	달걀짜장볶음	부추양파무침	
		고사리볶음	마늘쫀들치조림	다시마채무침	오이나물	단무지채무침	파래무침	
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	
구분	일(6/07)	월(6/08)	화(6/09)	수(6/10)	목(6/11)	금(6/12)	토(6/13)	
아침	팥죽	소고기버섯죽	전복죽	청경채된장죽	들깨미역죽	닭죽	연두부죽	
점심		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	
		어묵우동	꽃게탕	숙갓어묵국	애호박된장찌개	황태국	시금치된장국	들깨미역국
		삼색달걀찜	돈육불고기	닭볶음탕	소고기콩나물밥	오리불고기	코다리조림	우영소불고기
		청나물무침	콩나물무침	꽃맛샐러드	들기름양념장	상추/쌈장	삼색겨자냉채	청경채나물
		잔멸치볶음	청경채겉절이	숙주나물	무생채/김자반	청포묵부추무침	참나물무침	뽕나물무침
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저녁		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	
		소고기샤브탕	무채두부국	소고기무국	제철국	미역미소장국	해물순두부찌개	시락국
		매일전병	해물완자전	코다리우거지찜	감자두부조림	돈안심장조림	달걀말이	달걀채소볶음
		뽕나물무침	들깨고사리조림	햄감자채볶음	미역줄기볶음	도토리묵/양념장	얼갈이된장무침	고시래기무침
		강남콩조림	오이파프리카무침	뽕나물무침	햇잎순나물무침	콩나물무침	구운조미김	연근조림
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

* 본 식단은 식재료의 수급 상황에 따라 변동될 수 있습니다.

* 알레르기유발식품: ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류(SO₂로 잔류량 10mg/kg이상), ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲잣

원 산 지 표 시	쌀: 밥, 죽, 누룽지(쌀, 찹쌀)-국내산*배추김치: 배추-중국산, 고춧가루-중국산*불통-국내산*얼갈이-국내산*배추-국내산*양념고춧가루-중국산
	콩류: 콩비지:콩-미국, 캐나다, 호주 *두부:콩-미국, 캐나다, 호주 *순두부:콩-미국, 호주, 캐나다 *연두부:콩-수입산 *콩국수:콩-중국산
	육류: 소고기-호주, 미국산 *돼지고기-국내산, 삼겹(수육용)-네덜란드*닭고기-국내산*닭정육(냉동)-브라질*오리고기-국내산*훈제오리-국내산
	수산물: 고등어-칠레*명태(동태, 동태포)-러시아*오징어-페루*다랑어-원양어선*참조기-중국*조기-중국*꽃게-중국산*갈치-모로코
	어묵-연육:중국, 베트남 주꾸미-베트남*모듬해물-홍합-중국*술뱅울오징어-중국*꾸꾸미-인도네시아*감오징어-베트남
	육가공품: 햄, 돼지고기-국내산 *떡갈비:돼지-국내산, 닭-국내산 *너비야니:돼지-국내산, 닭-국내산*미트볼:돼지고기-국내산, 닭-국내산
	*동그랑행: 돼지고기-국내산, 닭-국내산 *베이컨: 돼지고기-스페인, 네덜란드, 아일랜드

6월 식단표(3~4주)

나도람노인복지센터

2026년

구분	일(6/14)	월(6/15)	화(6/16)	수(6/17)	목(6/18)	금(6/19)	토(6/20)
아침	둘째버섯죽	단호박죽	해물죽	깨죽	계살죽	황태콩나물죽	소고기버섯죽
점심	잡곡밥	잡곡밥	백미밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	된장찌개	다슬기국	둘째버섯탕	콩나물국	북어국	유부김치국	순두부달걀국
	가자미조림	참치두부조림	온두부/복음김치	얼무비빔밥/감원장	오리불고기	분홍소시지전	닭볶음탕
	숙주당근무침	가지나물무침	콩나물잡채	달걀후라이	상추/쌈장	유동골뱅이무침	얼갈이나물
	감자채피망볶음	미역줄기볶음	김자반	오이양파무침	다시마채무침	단호박샐러드	애호박볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	유부김치국	둘째미역국	얼큰수제비국	시금치된장국	육개장	감자된장국	홍합미역국
	파채소불고기	고등어구이	우면피달걀장조림	코다리찜	연두부/양념장	소고기우영볶음	머리버섯조림
	상추겉절이	양배추찜/쌈장	미역액젓무침	마카로리샐러드	견취나물볶음	파채상추겉절이	양배추초무침
	영넝고추지	콩나물무침	우영채볶음	숙주나물무침	브로콜리무침	고사리나물	해초샐러드
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
구분	일(6/21)	월(6/22)	화(6/23)	수(6/24)	목(6/25)	금(6/26)	토(6/27)
아침	진열치죽	닭죽	호두죽	단호박죽	새우죽	소고기죽	참치김치죽
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	목사밥	제철국	참치추어탕	유부미소국	감자옹심이국	미역오이냉국	닭곰탕
	적어구이	해물부추전	연두부/양념장	계살카레	돈민피두부조림	삼색달걀말이	코다리무조림
	레몬미역무침	실곤약채소무침	머리파리고추조림	생선까스/소스	둘째고사리볶음	고약샐채소무침	도토리묵부추무침
	숙주나물	햇잎지무침	콩나물무침	반달단무지	뽕나물무침	연근조림	단호박꿀찜
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	소고기샤브탕	팽이버섯달걀국	도토리묵국	꽃게된장국	콩나물국	콩비지찌개	애호박된장국
	참치두부조림	마파두부	황태채조림	제육볶음	닭불고기	한식잡채	두부구이
	가지볶음	브로콜리무침	얼갈이나물무침	상추/쌈장	비빔나물무침	시금치나물	어묵채소볶음
	치커리무침	어묵볶음	감자채당근볶음	미역줄기볶음	도라지나물	아삭이고추무침	강낭콩조림
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

* 본 식단은 식재료의 수급 상황에 따라 변동될 수 있습니다.

* 알레르기유발식품: ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류(SO₂로 잔류량 10mg/kg이상), ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲잣

원산지표시: 쌀: 법, 즉, 누룽지(쌀, 찹쌀)-국내산*배추김치: 배추-중국산, 고춧가루-중국산*복음-국내산*얼갈이-국내산*배추-국내산*양념고추가루-중국산
콩류: 콩비지:콩-미국, 캐나다, 호주 *두부:콩-미국, 캐나다, 호주 *순두부:콩-미국, 호주, 캐나다 *연두부:콩-수입산 *콩국수:콩-중국산
육류: 소고기-호주, 미국산 *돼지고기-국내산, 삼겹(수육용)-네덜란드*닭고기-국내산*닭정육(냉동)-브라질*오리고기-국내산*훈제오리-국내산
수산물: 고등어-칠레*명태(동태, 동태포)-러시아*오징어-페루*다랑어-원양어선*참조기-중국*조기-중국*꽃게-중국산*갈치-모로코
*어묵-연육:중국, 베트남*주꾸미-베트남*모듬해물-홍합-중국*술방울오징어-중국*꾸꾸미-인도네시아*감오징어-베트남
육가공품: 햄·돼지고기-국내산 *떡갈비·돼지-국내산, 닭-국내산 *너비야나·돼지-국내산, 닭-국내산 *미트볼·돼지고기-국내산, 닭-국내산
*통그랑명: 돼지고기-국내산, 닭-국내산 *베이컨: 돼지고기-스페인, 네덜란드, 아일랜드

6월 식단표(5주)

나도람노인복지센터

2026년

구분	일(6/28)	월(6/29)	화(6/30)				
아침	죽	브로콜리두부죽	달걀죽				
점심	잡곡밥 게살달걀국 감자고로케/케첩 콘샐러드 오이피클 배추김치	잡곡밥 콩나물냉국 오삼불고기 무생채 상추/쌈장 배추김치	잡곡밥 어묵국 로제떡볶이 줄면채소무침 반달단무지 배추김치				
저녁	잡곡밥 동태무국 순두부찜/양념장 견위나물볶음 브로콜리무침 배추김치	잡곡밥 감자된장국 고등어우조림 실곤약채소무침 구운조미김 배추김치	잡곡밥 꽃게탕 소고기숙주볶음 열갈이나물무침 도토리묵/양념장 배추김치				

* 본 식단은 식재료의 수급 상황에 따라 변동될 수 있습니다.

* 알레르기유발식품: ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류(SO₂로 잔류량 10mg/kg이상), ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲잣

원산지표시: 쌀: 법, 국, 농특지(쌀, 찰쌀)-국내산*배추김치: 배추-중국산, 고춧가루-중국산*봄동-국내산*열갈이-국내산*배추-국내산*양념고추가루-중국산
콩류: 콩비지:콩-미국, 캐나다, 호주 *두부:콩-미국, 캐나다, 호주 *순두부:콩-미국, 호주, 캐나다 *연두부:콩-수입산 *콩국수:콩-중국산
육류: 소고기-호주, 미국산 *돼지고기-국내산, 삼겹(수육용)-네덜란드*닭고기-국내산*닭정육(냉동)-브라질*오리고기-국내산*훈제오리-국내산
수산물: 고등어-칠레*명태(동태, 동태포)-러시아*오징어-페루*다랑어-원양어선*참조기-중국*조기-중국*꽃게-중국산*갈치-모로코
*어묵-연육:중국, 베트남*주꾸미-베트남*모듬해물-중합-중국*술방울오징어-중국*꾸꾸미-인도네시아*갑오징어-베트남
육가공품: 햄-돼지고기-국내산 *떡갈비-돼지-국내산, 닭-국내산 *너비아니-돼지-국내산, 닭-국내산*미트볼-돼지고기-국내산, 닭-국내산
*동그랑탕: 돼지고기-국내산, 닭-국내산 *베이컨: 돼지고기-스페인, 네덜란드, 아일랜드