

2023년 02월

| 일자 | 아침 | | | | | 점심 | 저녁 | | | 걷기운동 ≥30분 | 비고 |
|------|------|---|---|----------------|------|------|-----|----------------|------|--------------|----|
| | 바헬바② | A | B | C | 포스터② | 포스터② | 루키오 | C | 포스터② | | |
| 1 수 | ✓ | ✓ | / | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 2 목 | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 3 금 | ✓ | ✓ | / | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 4 토 | ✓ | ✓ | ✓ | E | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 5 일 | ✓ | ✓ | / | S | ✓ | ✓ | - | - | ✓ | ✓ | |
| 6 월 | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 7 화 | ✓ | ✓ | / | E | ✓ | ✓ | ✓ | E | ✓ | ✓ | |
| 8 수 | ✓ | ✓ | ✓ | E | ✓ | ✓ | ✓ | E | ✓ | ✓ | |
| 9 목 | ✓ | ✓ | / | E ₀ | ✓ | ✓ | ✓ | E ₀ | ✓ | ✓ | |
| 10 금 | ✓ | ✓ | ✓ | E ₀ | ✓ | ✓ | - | E ₀ | ✓ | ✓ | |
| 11 토 | ✓ | ✓ | / | E S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 12 일 | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 13 월 | ✓ | ✓ | / | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 14 화 | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 15 수 | ✓ | ✓ | / | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 16 목 | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 17 금 | ✓ | ✓ | / | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 18 토 | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 19 일 | ✓ | ✓ | / | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 20 월 | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 21 화 | ✓ | ✓ | / | S | ✓ | ✓ | ✓ | S | ✓ | ✓ | |
| 22 수 | ✓ | ✓ | ✓ | | Y | ✓ | ✓ | | Y | ✓ | |
| 23 목 | ✓ | ✓ | / | | Y | ✓ | ✓ | | Y | ✓ | |
| 24 금 | ✓ | ✓ | ✓ | | Y | ✓ | ✓ | | Y | ✓ | |
| 25 토 | ✓ | ✓ | / | | Y | ✓ | ✓ | | Y | ✓ | |
| 26 일 | ✓ | ✓ | ✓ | | Y | ✓ | ✓ | | Y | ✓ | |
| 27 월 | ✓ | ✓ | / | | Y | ✓ | ✓ | | Y | ✓ | |
| 28 화 | ✓ | ✓ | ✓ | | Y | ✓ | ✓ | | Y | ✓ | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |

A : 노바스크 + 아스피린

B : 소론도 + 지스로맥스

C : 암브로콜정(A) + 엘도스캡셀(E) + 시네츄라시럽(S)

S = S only

E = E + S

E₀ = E only