

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				05월 27일(월)	05월 28일(화)	05월 29일(수)	05월 30일(목)	05월 31일(금)
				· 친환경귀리밥 · 황태채우국 (5.6) · 정통함박스테이크/소스 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 베이컨애호박볶음 (10) · 짬두기 (9) · 데리야끼볶음우동 (5.6.9.13.17)	· 친환경쌀밥 · 한우버섯국 (16) · 닭갈비(떡) (5.6.13.15) · 버섯들깨볶음 · 달걀후라이(1) · 짬두기 (9)	· 친환경현미밥 · 매콤오징어우국 (17) · 돈육간장불고기 (5.6.10.13) · 야채계란찜 (1) · 콩나물청경채우침 (5) · 배추김치 (9)	· 친환경쌀밥 · 사골떡국 (1.16) · 소시지야채볶음 (2.5.6.10.15.16) · 데리야끼고등어구이 (5.6.7.13) · 짬두기 (9) · 우유생크림빵 (1.2.5.6)	
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
낙지/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
갈치/가공품				세네갈	세네갈	세네갈	세네갈	
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
꽃게/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
주꾸미/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	895.29	895.29	5.5	988.1	910.3	926.8	953.8	
탄수화물(g)			56.7	157.1	104.3	106.7	154.6	
단백질(g)	21.70	21.70	20.0	47.2	52.7	61.6	22.9	
지방(g)			23.4	16.1	28.7	24.7	26.2	
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	144.5	71.1	208.6	237.2	61.2	
티아민(mg)	0.37	0.44	1.2	2.8	0.6	1.1	0.4	
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.6	0.4	0.9	0.9	0.3	
비타민C(mg)	26.56	33.40	14.8	18.0	7.1	11.8	22.4	
칼슘(mg)	247.41	297.41	165.6	235.0	139.9	198.1	89.6	
철분(mg)	3.62	4.60	3.7	3.2	4.8	4.9	1.9	

- \* 에너지는 권장섭취량의  $\pm 10\%$ , 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)
- \* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산
- \* 주 평균 섭취량은 월요일부터 금요일까지의 영양량의 평균입니다.

\* 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 찰쌀을 포함)
  - 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
  - 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
  - 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
  - 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외
- ※ 2023.7.1.부터 25~29번 추가(「원산지표시법 시행령」 제3조)

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 09.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				05월 27일(월)	05월 28일(화)	05월 29일(수)	05월 30일(목)	05월 31일(금)
				• 친환경기장밥 • 김치만두전골 (1.5.6.7.10.16.18) • 돼지갈비찜 (5.6.10.13.18) • 깻잎순나물 • 미니도시락김 • 짬두기 (9) • 비초비 (2.5.6)	• 친환경흑미밥 • 건새우아욱된장국 (5.6.9) • 통살새우까스/타르 타르소스 (1.5.6.9.13) • 유자양상추샐러드 (13) • 배추김치 (9) • 타코야끼 (1.5.6.13)	• 참치야채비빔밥 (5.6.10) • 맑은콩나물국 (5.9) • 순살어니연치킨 (1.2.5.6.13.15.18) • 간장무채장아찌 • 열무김치(9) • 알감자버터구이 (2.5.13) • 파인애플	• 친환경수수밥 • 부대찌개/라면 (1.2.5.6.9.10.15.16) ) • 치즈인까스/소스 (1.2.5.6.10.12.13.18) • 오징어김치전 (6.9.17) • 김가루실파우침 • 오이소박이(5.6.9)	
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
낙지/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
갈치/가공품				세네갈	세네갈	세네갈	세네갈	
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
꽃게/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
주꾸미/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	895.29	895.29	8.0	994.9	935.7	980.3	956.8	
탄수화물(g)			55.1	132.9	132.6	124.6	138.2	
단백질(g)	21.70	21.70	17.5	49.4	23.8	52.4	42.2	
지방(g)			27.4	27.5	33.4	30.4	25.8	
비타민A(㎍ RAE)	205.43	282.66	185.2	304.1	110.5	240.3	85.7	
티아민(mg)	0.37	0.44	0.9	1.4	0.3	0.7	1.3	
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	1.0	0.4	0.7	0.9	
비타민C(mg)	26.56	33.40	28.5	6.8	18.5	51.3	37.3	
칼슘(mg)	247.41	297.41	277.1	226.8	341.3	294.1	246.4	
철분(mg)	3.62	4.60	4.2	4.9	3.7	5.1	3.3	

- \* 에너지는 권장섭취량의  $\pm 10\%$ , 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)
- \* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산
- \* 주 평균 섭취량은 월요일부터 금요일까지의 영양량의 평균입니다.

\* 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 찰쌀을 포함)
  - 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
  - 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
  - 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
  - 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외
- ※ 2023.7.1.부터 25~29번 추가(「원산지표시법 시행령」 제3조)

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 09.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량				05월 27일(월)	05월 28일(화)	05월 29일(수)	05월 30일(목)	05월 31일(금)
				· 친환경혼합잡곡밥 (5) · 미소된장국 (5.6) · 경양식돈까스/소스 (1.2.5.6.10.12.13.16.18) · 미니스파게티 (1.2.5.6.10.12.13.16) · 양배추샐러드/케마소스(1.5.12) · 배추김치 (9)	· 친환경발아현미밥 · 잔치국수 (1.5.6) · 오랑장육 (5.6.10) · 도토리묵무침 (5.6) · 배추김치 (9) · 왕새우튀김 (1.5.6.9)	· 친환경쌀밥 · 소고기무국 (5.6.16) · 오리슬라이스직화구이(5) · 해물부추전 (1.5.6.9.13.17) · 상추+야채스틱/쌈장(5.6.13) · 배추김치 (9)		
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산		
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산		
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산		
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산		
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산		
낙지/가공품				중국산	중국산	중국산		
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산		
갈치/가공품				세네갈	세네갈	세네갈		
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산		
꽃게/가공품				중국산	중국산	중국산		
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산		
주꾸미/가공품				중국산	중국산	중국산		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	895.29	895.29	6.7	971.9	951.9	940.8		
탄수화물(g)			49.0	134.5	89.8	120.0		
단백질(g)	21.70	21.70	17.4	36.0	43.7	42.3		
지방(g)			33.6	30.7	44.0	30.2		
비타민A(㎍ RAE)	205.43	282.66	162.0	116.2	135.4	234.3		
티아민(mg)	0.37	0.44	1.0	1.0	1.2	0.7		
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.6	0.8	0.8		
비타민C(mg)	26.56	33.40	14.5	15.3	5.1	23.1		
칼슘(mg)	247.41	297.41	190.2	175.7	268.1	126.7		
철분(mg)	3.62	4.60	4.2	3.3	4.6	4.7		

- \* 에너지는 권장섭취량의  $\pm 10\%$ , 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)
- \* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산
- \* 주 평균 섭취량은 월요일부터 금요일까지의 영양량의 평균입니다.

\* 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 찰쌀을 포함)
  - 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
  - 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
  - 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
  - 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외
- ※ 2023.7.1.부터 25~29번 추가(「원산지표시법 시행령」 제3조)

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 09.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣