

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				11월 27일(월)	11월 28일(화)	11월 29일(수)	11월 30일(목)	12월 01일(금)
				· 친환경잡곡밥(5) · 건새우미역국(9) · 양념깍두기(5) · 돈육표고야채볶음(5.6.10) · 밤에싸먹는행(1.2.5.6.10.15.16) · 깍두기(9)	· 닭야채죽(15) · 배추김치(9) · 크럼베리아몬드그레놀라/우유(2.5.6) · 바나나 · 누텔라코코넛토스트(1.2.5.6)	· 친환경백미밥 · 소고기배추국(16) · 비엔나케첩조림(2.5.6.10.12.15.16) · 돈등뼈강자찜(5.6.10) · 건고구마순볶음 · 깍두기(9)	· 참치야채죽(5.16.18) · 황도양상추샐러드/요거트드레싱(1.2.5.6.11) · 배추김치(9) · 오레오오즈/우유(2.5.6) · 패스츰리허니몽블(1.2.5.6.13)	· 친환경백미밥 · 맑은미역국 · 매콤콩나물무침(5) · 매콤제육볶음(5.6.10.13.18) · 두부당은찰도그를(1.2.5.6.10.12.13.15) · 배추김치(9)
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	-9.7	680.2	756.8	768.7	577.0	679.2
탄수화물(g)			56.3	92.2	122.7	70.8	95.7	98.5
단백질(g)	18.40	18.40	17.0	38.3	21.5	40.9	12.3	31.8
지방(g)			26.7	15.6	20.9	33.2	15.6	15.9
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	237.8	102.6	743.5	20.2	262.4	60.5
티아민(mg)	0.30	0.37	1.0	1.0	1.1	1.1	1.1	0.8
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.9	0.3	1.7	0.4	2.2	0.3
비타민C(mg)	26.70	33.40	48.9	26.8	88.2	32.8	85.4	11.1
칼슘(mg)	234.00	267.00	138.8	83.3	212.6	100.1	162.3	135.9
철분(mg)	3.70	4.70	3.8	2.1	8.0	2.2	5.0	1.8

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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

♠ 원산지 표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥, 누룽지, 죽), 축산물(소, 돼지, 닭, 오리), 배추김치(배추, 고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀, 방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산, 북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국, 러시아/외국산), 새우살(베트남산/외국산), 주꾸미(중국산/외국산), 오징어가공품(칠레산/외국산), 고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산: 호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남), 가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔, 가리비, 우렁쉥이, 부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				11월 27일(월)	11월 28일(화)	11월 29일(수)	11월 30일(목)	12월 01일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 동등뼈감자탕(10) · 메추리알장조림(1.5.6) · 오리훈제/머스타드(1.5.6.13) · 부추겉절이(5.6) · 백김치(9) · 에그타르트(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 꽃게탕(8.18) · 시금치나물 · 눈꽃치즈볼탕(2.5.6.13.15) · 데리야끼멘츠카츠/소스(1.2.5.6.10) · 배추겉절이(13) · 조각파인애플 	<ul style="list-style-type: none"> · 추가밥 · 매콤탄탄면(1.5.6.10.12.13.18) · 간장무채장아찌 · 탕수육/소스(1.5.6.10.12.13.18) · 배추김치(9) · 오래오생크림와플(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 닭개장(13.15.16) · 케이준샐러드(1.5.6.15) · 배추무침 · 돈육떡볶음(5.6.10) · 깍두기(9) · 마시는딸기요구르트(2) 	<ul style="list-style-type: none"> · 낙지장박라야볶음밥(1.2.5.6.10.12.15.16.18) · 유부된장국(5.6) · 양배추샐러드(1.5.11.12) · 도토리묵야채무침(5.6) · 돈마카츠(1.2.5.6.10.12.16) · 배추김치(9) · 제주감귤주스(13)
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	5.2	837.4	819.1	766.1	806.2	807.1
탄수화물(g)			53.7	93.7	106.0	111.2	116.7	105.5
단백질(g)	18.40	18.40	18.6	41.8	42.6	30.9	39.4	30.3
지방(g)			27.6	30.6	22.9	22.6	18.4	27.4
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	163.6	193.6	208.6	214.0	118.6	83.2
티아민(mg)	0.30	0.37	0.8	0.9	0.4	0.8	0.9	0.8
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.6	0.8	0.4	0.5	0.7	0.5
비타민C(mg)	26.70	33.40	50.3	131.4	42.7	4.0	10.6	62.7
칼슘(mg)	234.00	267.00	171.2	162.0	177.9	258.2	91.1	166.6
철분(mg)	3.70	4.70	8.1	5.0	3.9	24.2	2.0	5.5

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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.갯

♠ 원산지표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥,누룽지,죽), 축산물(소,돼지,닭,오리), 배추김치(배추,고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀,방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산,북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국,러시아/외국산),새우살(베트남산/외국산),주꾸미(중국산/외국산),오징어가공품(칠레산/외국산),고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남),가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔,가리비,우렁쉥이,부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량				11월 27일(월)	11월 28일(화)	11월 29일(수)	11월 30일(목)	12월 01일(금)
				· 간장계란밥(1.5.6) · 배추된장국(5.6) · 치커리무생채 · 고추바사삭치킨 (1.6.15) · 마늘햄구이/케첩 (1.2.5.6.10.12.15.16) · 배추김치(9) · 드링크요구르트(사 과)(2)	· 친환경잡곡밥(5) · 어묵무국 (1.5.6.7.13.18) · 콩치킨김치조림(9) · 콩나물무침(5) · 간장돼지불고기 (5.6.10.13) · 깍두기(9) · 코쿰망고푸딩	· 친환경잡곡밥(5) · 매편콩나물국(5) · 단호박닭볶음(15) · 돈육잡채(5.6.10) · 배추김치(9) · 메이플피칸파이 (1.2.5.6.14)	· 친환경잡곡밥(5) · 김가루떡국(1) · 목은지닭찜(9.15) · 청경채무침(5.6) · 후랑크소시지케첩볶 음 (1.2.5.6.10.12.15.16) · 깍두기(9)	· 친환경잡곡밥(5) · 시래기된장국(5.6) · 진미채조림(5.6.17) · 오리떡볶음(5.6) · 야채달걀말이(1) · 배추김치(9) · 청사과에이드
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	10.0	849.1	748.4	839.2	832.5	948.4
탄수화물(g)			51.2	124.3	103.4	115.2	103.2	82.3
단백질(g)	18.40	18.40	20.1	39.4	39.8	38.7	42.3	46.6
지방(g)			28.7	19.9	17.4	22.7	26.3	45.3
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	179.8	166.0	44.7	320.7	132.9	234.9
티아민(mg)	0.30	0.37	0.6	0.4	0.9	0.6	0.7	0.6
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.7	0.9	0.3	0.6	0.6	0.9
비타민C(mg)	26.70	33.40	17.3	9.0	10.3	17.9	40.9	8.2
칼슘(mg)	234.00	267.00	178.9	266.2	236.7	103.5	121.3	166.8
철분(mg)	3.70	4.70	4.3	2.8	5.9	3.9	3.1	5.7

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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

♠ 원산지 표시사항안내

- [국내산]**
 - 쌀(밥, 누룽지, 죽), 축산물(소, 돼지, 닭, 오리), 배추김치(배추, 고춧가루),
 - 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀, 방어)
 - 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
 - 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장
- [외국산]**
 - 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산, 북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국, 러시아/외국산), 새우살(베트남산/외국산), 주꾸미(중국산/외국산), 오징어가공품(칠레산/외국산), 고춧가루가공품(외국산)
 - 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
 - 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남), 가다랑어가공품:외국산
- [그 외]** 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔, 가리비, 우렁쉥이, 부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				12월 04일(월)	12월 05일(화)	12월 06일(수)	12월 07일(목)	12월 08일(금)
				· 친환경백미밥 · 감자들깨국 · 돼지갈비떡찜 (5.6.10) · 부들어묵볶음(1.5.6) · 배추김치(9) · 방울토마토(12)	· 게살야채죽(8) · 불고기치즈브레드 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 배추김치(9) · 아몬드후레이크/우유 (2.5.6) · 샤인머스켓	· 친환경잡곡밥(5) · 누룽지 · 오징어떡볶음 (5.6.13.17.18) · 감자채행볶음 (1.2.5.6.10.15.16) · 매크롬김치볶음(9) · 콘푸레이크/우유 (2.5.6)	· 소고기낙지죽(16) · 배추김치(9) · 허니버터카스테라 (1.2.5.6) · 조각사과 · 초코칩스/우유 (2.5.6)	· 친환경백미밥 · 맑은콩나물국(5) · 닭고구마볶음 (5.6.15) · 수제햄오믈렛 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 배추김치(9) · 떡먹는요플레(한끼오트)(2)
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	-4.9	865.6	694.6	726.6	555.7	806.0
탄수화물(g)			61.3	119.1	114.3	134.1	96.6	86.1
단백질(g)	18.40	18.40	16.5	39.9	20.6	27.4	17.9	42.5
지방(g)			22.2	23.1	18.0	7.1	10.4	29.9
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	420.2	106.5	375.6	1,064.2	341.5	213.5
티아민(mg)	0.30	0.37	1.1	1.0	0.9	2.3	0.6	0.8
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.9	0.4	1.1	1.4	0.8	0.7
비타민C(mg)	26.70	33.40	43.1	11.9	47.8	94.6	36.7	24.3
칼슘(mg)	234.00	267.00	240.6	89.6	414.4	204.4	290.2	204.4
철분(mg)	3.70	4.70	3.3	2.5	3.2	5.1	3.0	2.8

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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

원산지표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥,누룽지,죽), 축산물(소,돼지,닭,오리), 배추김치(배추,고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀, 방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산, 북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국, 러시아/외국산), 새우살(베트남산/외국산), 주꾸미(중국산/외국산), 오징어가공품(칠레산/외국산), 고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남), 가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔, 가리비, 우렁쉥이, 부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 04일(월)	12월 05일(화)	12월 06일(수)	12월 07일(목)	12월 08일(금)
				· 친환경잡곡밥(5) · 바지락순두부찌개 (1.5.6.18) · 냉이된장무침 · 참치김치볶음 (5.9.16.18) · 함박스테이크/소스 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 깍두기(9) · 리얼스틱치즈케익 (1.2.5.6)	· 친환경잡곡밥(5) · 모듬부대찌개 (1.2.5.6.9.10.15.16) · 콩나물무침(5) · 간장양념돼지등심볼 고기(5.6.10.13) · 고추장어묵볶음 (1.5.6) · 총각김치(9) · 호두타르트 (1.2.5.6.14)	· 콩파오치킨파스타 (1.2.5.6.12.13.15.16.18) · 미역미소된장국(5.6) · 양상추샐러드/블루베리드레싱 (1.2.5.6.12.13) · 소떡소떡/양념소스 (1.5.6.10.12.13.15.16) · 배추김치(9) · 얼라이브(망고)(13)	· 뿌리채소영양밥 (5.6.13) · 시금치된장국(5.6) · 양념겉잎지(5) · 무생채 · 돈육김치볶음(9.10) · 단호박튀김(1.5.6) · 하겐다즈미니쿠키말기 (1.2.5)	· 친환경잡곡밥(5) · 한우갈비탕(1.16) · 뼈없는닭갈비 (5.6.15) · 새송이버섯볶음 · 깍두기(9) · 마시는요플레오프룻 (블루베리)(2)
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	-1.4	718.5	734.3	783.8	732.2	814.4
탄수화물(g)			56.1	101.3	100.3	109.3	105.0	109.9
단백질(g)	18.40	18.40	17.5	30.6	30.4	28.9	32.0	41.8
지방(g)			26.5	20.3	22.9	26.0	19.9	21.2
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	143.5	145.7	91.7	81.5	328.7	70.1
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5	0.5	0.4	0.1	0.9	0.3
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.5	0.5	0.3	0.4	0.8	0.4
비타민C(mg)	26.70	33.40	19.2	12.3	18.1	21.7	35.4	8.7
칼슘(mg)	234.00	267.00	141.4	227.9	108.8	81.8	218.2	70.3
철분(mg)	3.70	4.70	4.7	10.7	3.4	1.9	3.6	3.8

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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

◆ 원산지표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥,누룽지,죽), 축산물(소,돼지,닭,오리), 배추김치(배추,고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀,방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산,북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국,러시아/외국산),새우살(베트남산/외국산),주꾸미(중국산/외국산),오징어가공품(칠레산/외국산),고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남),가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔,가리비,우렁쉥이,부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량				12월 04일(월)	12월 05일(화)	12월 06일(수)	12월 07일(목)	12월 08일(금)
				· 친환경잡곡밥(5) · 달걀육개장(1.13.16) · 청포묵상추무침 · 돈육야채볶음(5.6.10) · 오븐치즈라자냐(1.2.5.6.10.12.13.16) · 깍두기(9)	· 친환경잡곡밥(5) · 동태무국(18) · 닭야채볶음(5.6.15) · 해물파전(1.6.9.13.17) · 불닭맛김 · 배추김치(9) · 떠먹는요구르트(블루베리)(2)	· 친환경잡곡밥(5) · 열갈이된장국(5.6) · 삼치무조림(5.6) · 치커리사과무침(1.2.5.6) · 피자돈까스/소스(1.2.5.6.10.12.13.18) · 배추김치(9)	· 친환경잡곡밥(5) · 돈등뼈감자탕(10) · 오이부추무침 · 해물볶음우동(5.6.9.13.17.18) · 갈치구이 · 배추김치(9) · 초코슈(1.2.5.6)	· 스텝김치볶음버거(1.2.5.6.9.10.13.15.16) · 소고기미역국(16) · 단무지무침 · 통새우꼬치(5.6.9.12.13) · 깍두기(9) · 포도주스(13)
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	5.8	840.1	775.4	611.0	941.0	890.4
탄수화물(g)			55.2	123.2	99.2	79.9	118.5	127.7
단백질(g)	18.40	18.40	20.2	45.1	49.5	28.3	49.6	28.2
지방(g)			24.6	16.7	16.6	18.5	26.7	30.1
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	93.3	130.4	138.0	67.3	80.1	50.6
티아민(mg)	0.30	0.37	0.7	1.0	0.5	0.7	1.0	0.6
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.5	0.8	0.6	0.3	0.4	0.5
비타민C(mg)	26.70	33.40	18.7	9.8	15.2	14.1	15.6	38.7
칼슘(mg)	234.00	267.00	211.0	284.9	224.4	145.4	167.9	232.3
철분(mg)	3.70	4.70	3.2	3.4	4.8	1.7	3.2	3.0

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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

원산지 표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥,누룽지,죽), 축산물(소,돼지,닭,오리), 배추김치(배추,고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀,방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산, 북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국, 러시아/외국산), 새우살(베트남산/외국산), 주꾸미(중국산/외국산), 오징어가공품(칠레산/외국산), 고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남), 가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔, 가리비, 우렁쉥이, 부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				12월 11일(월)	12월 12일(화)	12월 13일(수)	12월 14일(목)	12월 15일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 계란야채죽(1) 배추김치(9) 크랜베리아몬드그레놀라/우유(2.5.6) 고구마치즈케익(1.2.5.6) 바나나 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경백미밥 순두부찌개(5.6) 돼지훈제부추무침(5.6.10.13.18) 꽃맛살브로콜리샐러드/참깨드레싱(1.5.6.8.18) 배추김치(9) 바나나우유(2) 	<ul style="list-style-type: none"> 소고기버섯죽(16) 배추김치(9) 아몬드후레이크/우유(2.5.6) 브라우니(1.2.5.6) 조각파인애플 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경백미밥 두부된장국(5.6) 도토리묵야채무침(5.6) 어니언떡갈비/소스(1.2.5.6.10.15) 배추김치(9) 수제바나나우유(2.13) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경백미밥 누룽지 소시지브로콜리볶음(2.5.6.10.15.16) 매콤김치볶음(9) 한입몬까스/케첩(1.5.6.10.12) 미니파운드케이크(1.2.5.6.14)
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	-3.7	694.2	775.0	610.0	749.1	863.5
탄수화물(g)			55.9	131.3	90.6	99.2	91.4	102.3
단백질(g)	18.40	18.40	12.2	15.9	32.1	14.5	26.4	23.3
지방(g)			32.0	12.4	31.6	17.3	30.8	38.8
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	293.3	759.0	124.9	382.5	102.4	97.7
티아민(mg)	0.30	0.37	0.8	1.0	0.4	0.8	1.3	0.3
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.7	1.6	0.4	0.9	0.5	0.3
비타민C(mg)	26.70	33.40	38.9	88.4	13.2	62.2	9.3	21.5
칼슘(mg)	234.00	267.00	199.7	169.9	325.1	195.6	198.7	109.0
철분(mg)	3.70	4.70	3.7	6.1	2.5	4.4	3.4	1.9

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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.갯

♠ 원산지 표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥, 누룽지, 죽), 축산물(소, 돼지, 닭, 오리), 배추김치(배추, 고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀, 방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산, 북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국, 러시아/외국산), 새우살(베트남산/외국산), 주꾸미(중국산/외국산), 오징어가공품(칠레산/외국산), 고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남), 가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔, 가리비, 우렁쉥이, 부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 11일(월)	12월 12일(화)	12월 13일(수)	12월 14일(목)	12월 15일(금)
				· 친환경잡곡밥(5) · 건새우미역국(9) · 쫄면야채무침(5.6) · 시금치나물 · 꿀냉은적화불고기(5.6.10.18) · 배추김치(9) · 홍초코침패스츄리(1.2.5.6)	· 갯김치볶음밥(5.6.9.13.18) · 부추달걀국(1) · 상추부추무침(5.6) · 과일요거트샐러드(2.12) · 뿌링클통다리치킨(1.5.6.15.16) · 깍두기(9)	· 친환경잡곡밥(5) · 매콤콩나물볶어국(5) · 두부양념조림(5.6) · 돼지갈비감자찜(간장)(5.6.10.13) · 파래김자반 · 배추겉절이(13) · 국화빵(슈크림)(1.2.6)	· 추가밥 · 해물짬뽕면(대)(5.6.9.13.17.18) · 단무지무침 · 감자채피망볶음 · 모찌유린기(1.5.6.13.15.18) · 배추김치(9)	· 브리오슈핫치킨버거(1.2.5.6.12.15.16) · 양송이스트프(2.5.6.13.16) · 콘샐러드(1.5.13) · 치즈스틱(1.2.5.6) · 케이준강자튀김/케첩(5.6.12) · 엘라이브(스위티자몽)(13)
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	-0.6	784.0	700.3	835.0	701.2	790.4
탄수화물(g)			58.0	113.3	106.6	107.6	112.5	108.5
단백질(g)	18.40	18.40	15.8	36.9	20.4	37.1	36.7	18.8
지방(g)			26.2	18.2	21.6	26.5	12.1	31.9
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	131.9	220.1	155.7	97.9	79.9	106.1
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5	1.0	0.3	0.7	0.3	0.4
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.5	0.3	0.7	0.7	0.2	0.4
비타민C(mg)	26.70	33.40	28.9	21.4	19.3	9.0	42.4	52.5
칼슘(mg)	234.00	267.00	138.2	85.2	138.1	140.6	153.7	173.6
철분(mg)	3.70	4.70	4.2	4.5	3.7	5.5	4.4	3.0

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.게, 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.갯

♠ 원산지 표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥, 누룽지, 죽), 축산물(소, 돼지, 닭, 오리), 배추김치(배추, 고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀, 방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산, 북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국, 러시아/외국산), 새우살(베트남산/외국산), 주꾸미(중국산/외국산), 오징어가공품(칠레산/외국산), 고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남), 가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔, 가리비, 우렁쉥이, 부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량				12월 11일(월)	12월 12일(화)	12월 13일(수)	12월 14일(목)	12월 15일(금)
				· 친환경잡곡밥(5) · 된장찌개(5.6) · 바베큐소스닭조림(6.12.13.15) · 갯손나물 · 야채달걀말이(1) · 배추김치(9) · 딸기크런치마카롱(1.2.6)	· 친환경잡곡밥(5) · 소고기사골떡국(13.16) · 청경채겉절이 · 오리야채볶음(5.6) · 고추송송고기말이/케첩(5.6.10.12.15.16.18) · 깍두기(9)	· 친환경잡곡밥(5) · 행두부찌개(1.2.5.6.9.10.15.16) · 치즈떡매콤떡볶이(1.2.5.6.13) · 한입떡갈비(5.6.10.12.16) · 깍두기(9) · 굴	· 친환경잡곡밥(5) · 아욱된장국(5.6) · 참치오믈렛/케첩(1.2.5.6.12) · 콩나물무침(5) · 불향돈육주꾸미볶음(1.2.4.5.6.10.12.15.16.18) · 배추김치(9)	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	6.4	852.5	942.9	895.0	572.5	
탄수화물(g)			51.2	88.1	111.5	142.3	69.4	
단백질(g)	18.40	18.40	18.7	52.8	32.0	28.9	36.2	
지방(g)			30.1	30.6	38.9	22.9	15.2	
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	166.6	368.4	72.9	121.6	103.4	
티아민(mg)	0.30	0.37	0.8	0.6	1.0	0.6	0.8	
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.5	1.0	0.4	0.3	0.4	
비타민C(mg)	26.70	33.40	23.0	16.1	10.6	46.3	18.9	
칼슘(mg)	234.00	267.00	134.7	212.5	85.0	110.3	130.9	
철분(mg)	3.70	4.70	3.5	5.7	3.2	2.8	2.1	

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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

♠ 원산지 표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥,누룽지,죽), 축산물(소,돼지,닭,오리), 배추김치(배추,고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀,방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산,북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국,러시아/외국산),새우살(베트남산/외국산),주꾸미(중국산/외국산),오징어가공품(칠레산/외국산),고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남),가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔,가리비,우렁쉥이,부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				12월 18일(월)	12월 19일(화)	12월 20일(수)	12월 21일(목)	12월 22일(금)
				· 햄야채볶음밥 (1.2.5.6.10.13.15.16) · 미역미소원장국(5.6) · 떡갈비데리야끼조림 (5.6.10.13.15.16.18) · 매통콩나물무침(5) · 배추김치(9) · 흥바나나우유(2)	· 닭야채죽(15) · 배추김치(9) · 소프트치즈케이크 (1.2.5.6) · 방울토마토(12) · 오레오오즈/우유 (2.5.6)	· 친환경백미밥 · 아욱된장국(5.6) · 오징어떡볶음 (5.6.13.17.18) · 직화간장오리불고기 (5.13) · 배추김치(9) · 갈릭파이(1.2.5.6)	· 소고기낙지죽(16) · 배추김치(9) · 콘푸레이크/우유 (2.5.6) · 달콤한초코칩머핀 (1.2.5.6) · 딸기	· 정보유부초밥(5.13) · 매통콩나물국(5) · 꼬들단무지무침 · 매통김치볶음(9) · 데리야끼닭봉구이 (5.6.13.15) · 키워사과주스(13)
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	10.9	819.7	773.1	1,009.0	644.2	1,008.2
탄수화물(g)			52.8	114.6	118.3	111.5	105.8	101.7
단백질(g)	18.40	18.40	16.2	29.8	24.0	42.1	19.1	54.1
지방(g)			31.0	25.8	21.5	40.4	15.7	40.4
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	421.3	477.1	344.7	96.9	1,079.8	107.9
티아민(mg)	0.30	0.37	1.2	1.4	1.2	0.5	2.4	0.5
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	1.1	0.7	2.3	0.7	1.4	0.4
비타민C(mg)	26.70	33.40	70.6	29.8	81.2	24.0	139.7	78.2
칼슘(mg)	234.00	267.00	363.6	675.8	191.7	146.4	233.5	570.8
철분(mg)	3.70	4.70	4.8	3.9	4.4	3.1	6.8	6.0

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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.잰

♠ 원산지표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥,누룽지,죽), 축산물(소,돼지,닭,오리), 배추김치(배추,고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀,방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산,북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국,러시아/외국산),새우살(베트남산/외국산),주꾸미(중국산/외국산),오징어가공품(칠레산/외국산),고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남),가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔,가리비,우렁쉥이,부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 18일(월)	12월 19일(화)	12월 20일(수)	12월 21일(목)	12월 22일(금)
				· 친환경잡곡밥(5) · 냉이된장국(5.6) · 돼지수육 (2.5.6.10.13) · 상추/쌈장(5.6) · 새우야채/가리비관자 맛살튀김 (1.5.6.8.9.12.13.17.18) · 배추겉절이(13) · 오렌지	· 친환경잡곡밥(5) · 참치김치찌개 (5.9.16.18) · 고등어무조림(5.6.7) · 시금치나물 · 당양버섯갈비/부추양 파우침 (1.2.5.6.10.12.15.16) · 깍두기(9) · 치즈에그타르트 (1.2.5.6)	· 추가밥 · 블랙타이거새우로제 파스타로제파스타 (1.2.5.6.9.12.13.16) · 유부된장국(5.6) · 황도토마토샐러드 (5.6.11.12) · 수제돈까스/소스 (1.2.5.6.10.12.13.18) · 배추김치(9)	· 친환경잡곡밥(5) · 된장찌개(5.6) · 오이달래무침(5.6) · 오리야채볶음(5.6) · 비엔나야채볶음 (2.5.6.10.15.16) · 봉동겉절이(5.6) · 요거타임(사과)(2)	· 친환경잡곡밥(5) · 나주곰탕(1.5.16) · 동지팔죽(반찬) · 오징어야채무침(17) · 닭고구마볶음 (5.6.15) · 깍두기(9) · 미니딸기우유(2)
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	7.2	726.0	838.9	872.4	842.4	831.7
탄수화물(g)			55.1	98.7	114.0	114.0	101.4	124.8
단백질(g)	18.40	18.40	18.8	40.1	34.3	42.0	32.5	39.5
지방(g)			26.1	16.6	26.1	25.4	32.5	16.2
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	122.2	85.6	185.3	123.9	125.9	90.5
티아민(mg)	0.30	0.37	0.7	1.0	0.6	0.8	0.6	0.5
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.6	0.6	0.7	0.4	0.7	0.5
비타민C(mg)	26.70	33.40	28.4	50.2	21.2	23.7	33.4	13.4
칼슘(mg)	234.00	267.00	175.0	152.0	126.9	256.4	191.4	148.5
철분(mg)	3.70	4.70	4.2	6.1	5.3	3.1	3.8	2.7

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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.갯

♠ 원산지표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥,누룽지,죽), 축산물(소,돼지,닭,오리), 배추김치(배추,고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀,방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산,북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국,러시아/외국산),새우살(베트남산/외국산),주꾸미(중국산/외국산),오징어가공품(칠레산/외국산),고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남),가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔,가리비,우렁쉥이,부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량				12월 18일(월)	12월 19일(화)	12월 20일(수)	12월 21일(목)	12월 22일(금)
				·친환경잡곡밥(5) ·소고기미역국(16) ·콩치캔김치조림(9) ·고춧잎나물 ·매콤달걀개야채볶음(5.6.13.15.18) ·깍두기(9) ·딸기잼팥미어파이(1.2.5.6)	·유니짜장라이스(2.5.6.13) ·해물짬뽕국(6.9.13.17.18) ·유자단무지맛살냉채(5.6.13) ·계란후라이(1) ·탕수육/소스(1.5.6.10.12.13.18) ·배추김치(9) ·뽕로로요구르트(사과)(2)	·친환경잡곡밥(5) ·맑은콩나물국(5) ·안동닭찜(5.6.13.15) ·청경채무침(5.6) ·매콤제떡볶이(1.2.5.6.10.12.13.15.16) ·배추김치(9)	·친환경잡곡밥(5) ·바지락무국(18) ·오리훈제/머스타드(1.5.6.13) ·치커리무생채(1.5.6) ·두부달걀전/양념장(1.5.6) ·배추김치(9)	·친환경잡곡밥(5) ·돼지고기짜글이찌개(5.9.10) ·폴면야채무침(5.6) ·느타리버섯틀깨볶음 ·삼겹살구이(10) ·배추김치(9)
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	8.9	838.7	842.9	850.1	836.4	809.3
탄수화물(g)			53.7	99.1	121.4	117.8	111.6	98.5
단백질(g)	18.40	18.40	18.1	42.9	40.3	39.4	30.7	31.3
지방(g)			28.2	27.8	20.3	22.4	27.6	29.6
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	126.7	226.4	113.8	142.9	65.5	84.9
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5	0.6	0.5	0.5	0.3	0.8
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.8	0.5	1.8	0.5	0.5	0.4
비타민C(mg)	26.70	33.40	37.0	14.1	21.7	18.8	121.1	9.0
칼슘(mg)	234.00	267.00	198.4	338.8	277.6	149.7	129.8	95.9
철분(mg)	3.70	4.70	6.5	7.9	12.0	3.2	6.9	2.4

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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.갯

♠ 원산지표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥,누룽지,죽), 축산물(소,돼지,닭,오리), 배추김치(배추,고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀,방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산,북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국,러시아/외국산),새우살(베트남산/외국산),주꾸미(중국산/외국산),오징어가공품(칠레산/외국산),고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남),가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔,가리비,우렁쉥이,부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				12월 25일(월)	12월 26일(화)	12월 27일(수)	12월 28일(목)	12월 29일(금)
					<ul style="list-style-type: none"> · 새우야채족(9.13) · 배추김치(9) · 바나나 · 딸기크림롤케이크(1.2.5.6) · 크랜베리아몬드그레인롤라/우유(2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 순두부계란국(1.5) · 미트볼데리야끼조림(1.2.5.6.10.13.15.16) · 두부담은찰도그롤(1.2.5.6.10.12.13.15) · 배추김치(9) · 레몬에이드 	<ul style="list-style-type: none"> · 소고기야채족(16) · 배추김치(9) · 사인머스켓 · 콘푸레이크/우유(2.5.6) · 크림치즈파운드케이크(1.2.5.6.14) 	<ul style="list-style-type: none"> · 참치마요주먹밥(1.5.16.18) · 열갈이된장국(5.6) · 새송이버섯볶음 · 돈육깻잎볶음(10) · 배추김치(9) · 떠먹는요구르트(요거특)(2.6)
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	-9.0		736.7	731.2	777.1	546.2
탄수화물(g)			61.7		120.9	96.0	143.9	68.2
단백질(g)	18.40	18.40	14.6		24.8	23.2	17.3	36.6
지방(g)			23.7		17.1	27.9	14.1	14.0
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	505.5		774.5	54.8	1,124.8	68.1
티아민(mg)	0.30	0.37	1.2		1.0	0.4	2.5	0.9
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	1.0		1.6	0.3	1.5	0.5
비타민C(mg)	26.70	33.40	51.7		88.6	13.5	86.8	17.8
칼슘(mg)	234.00	267.00	189.6		198.6	134.6	167.0	258.4
철분(mg)	3.70	4.70	3.9		6.4	1.9	5.0	2.4

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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

♠ 원산지 표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥, 누룽지, 죽), 축산물(소, 돼지, 닭, 오리), 배추김치(배추, 고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀, 방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산, 북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국, 러시아/외국산), 새우살(베트남산/외국산), 주꾸미(중국산/외국산), 오징어가공품(칠레산/외국산), 고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남), 가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔, 가리비, 우렁쉥이, 부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 25일(월)	12월 26일(화)	12월 27일(수)	12월 28일(목)	12월 29일(금)
					· 친환경잡곡밥(5) · 마라탕 (1.2.4.5.6.10.12.13.15.16.18) · 콩나물무침(5) · 춘천식닭갈비(5.6.15) · 미역줄기볶음 · 봄동겉절이(5.6) · 딸기	· 불고기명초주먹밥(5.6.10.13.18) · 유부우동 () (5.6.7.10.13.16.18) · 오이지무침 · 트리플치즈크러스트 조각피자 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 배추김치(9) · 수제애플망고라떼(2.13)	· 친환경잡곡밥(5) · 조갯살시금치된장국(5.6.18) · 오이도라지초무침(5.6) · 한우버섯불고기(5.6.13.16) · 배추겉절이(13) · 월미니(2) · 우리말허니조아용케이크(1.2.5.6)	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	-1.2		803.3	776.8	693.7	
탄수화물(g)			59.7		113.9	127.3	95.0	
단백질(g)	18.40	18.40	19.8		42.3	29.3	40.1	
지방(g)			20.5		19.7	15.3	16.3	
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	131.0		128.4	89.8	174.7	
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5		0.5	0.6	0.4	
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.5		0.4	0.5	0.6	
비타민C(mg)	26.70	33.40	40.4		86.8	12.5	22.0	
칼슘(mg)	234.00	267.00	241.8		209.7	399.5	116.3	
철분(mg)	3.70	4.70	4.6		4.7	2.1	7.0	

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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.갯

♠ 원산지표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥,누룽지,죽), 축산물(소,돼지,닭,오리), 배추김치(배추,고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀,방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산,북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국,러시아/외국산),새우살(베트남산/외국산),주꾸미(중국산/외국산),오징어가공품(칠레산/외국산),고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남),가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔,가리비,우렁쉥이,부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량				12월 25일(월)	12월 26일(화)	12월 27일(수)	12월 28일(목)	12월 29일(금)
					<ul style="list-style-type: none"> · 훈제삼겹살날치알볶음밥(5.6.9.10.13.18) · 열갈이된장국(5.6) · 상추치커리겉절이(5.6) · 수제순살치킨/양파크림소스(1.2.5.6.15) · 깍두기(9) · 카야잼파이(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 돈육김치찌개(5.9.10) · 근대나물(5.6.13.17.18) · 오징어야채볶음/소면(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18) · 총각김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 맑은콩나물국(5) · 돼지갈비매운떡찜(5.6.10.13.18) · 시금치나물(1.2.5.13) · 배추김치(9) 	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	5.6		766.6	832.6	830.9	
탄수화물(g)			55.3		103.2	120.6	105.0	
단백질(g)	18.40	18.40	19.7		38.5	44.7	33.6	
지방(g)			25.0		20.8	16.8	28.5	
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	175.1		124.3	184.5	216.7	
티아민(mg)	0.30	0.37	0.6		0.6	0.6	0.8	
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.4		0.6	0.4	0.4	
비타민C(mg)	26.70	33.40	15.7		13.8	14.4	18.9	
칼슘(mg)	234.00	267.00	157.5		141.1	177.6	154.0	
철분(mg)	3.70	4.70	2.9		3.4	3.1	2.1	

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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.갯

♠ 원산지표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥,누룽지,죽), 축산물(소,돼지,닭,오리), 배추김치(배추,고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀,방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산,북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국,러시아/외국산),새우살(베트남산/외국산),주꾸미(중국산/외국산),오징어가공품(칠레산/외국산),고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남),가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔,가리비,우렁쉥이,부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				02월 05일(월)	02월 06일(화)	02월 07일(수)	02월 08일(목)	02월 09일(금)
				· 친환경백미밥 · 소고기미역국(16) · 참치김치볶음 (5.9.16.18) · 데리야끼멘츠카츠/소 스(1.2.5.6.10.12) · 깍두기(9) · 바나나	· 짬뽕죽(5.6.9.13.18) · 배추김치(9) · 굴 · 콘푸레이크/우유 (2.5.6) · 누텔라코코넛토스트 (1.2.5.6)	· 친환경백미밥 · 오징어무국(17) · 치커리유자청무침 (1.2.5.6) · 오리훈제콩나물볶음 (5.6.13.18) · 배추김치(9) · 떠먹는요구르트(딸 기)(2)	· 친환경백미밥 · 부대찌개 (1.2.5.6.9.10.15.16) · 미트볼야채조림 (1.2.5.6.10.13.15.16. 18) · 오이무침(5.6) · 깍두기(9) · 소프트치즈케이크 (1.2.5.6)	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	767.00	767.00	-7.5	635.8	685.6	704.9	810.9	
탄수화물(g)			55.3	106.2	119.8	76.6	88.4	
단백질(g)	18.40	18.40	15.0	25.9	18.2	38.4	23.5	
지방(g)			29.7	12.9	14.5	25.9	40.0	
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	337.2	51.9	1,065.1	116.1	115.7	
티아민(mg)	0.30	0.37	1.1	0.8	2.5	0.7	0.3	
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.7	0.3	1.4	0.8	0.4	
비타민C(mg)	26.70	33.40	98.7	16.7	114.7	243.0	20.6	
칼슘(mg)	234.00	267.00	163.6	137.4	224.6	189.9	102.6	
철분(mg)	3.70	4.70	3.9	2.1	8.0	3.9	1.8	

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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.갯

◆ 원산지표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥,누룽지,죽), 축산물(소,돼지,닭,오리), 배추김치(배추,고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀,방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산,북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국,러시아/외국산),새우살(베트남산/외국산),주꾸미(중국산/외국산),오징어가공품(칠레산/외국산),고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남),가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔,가리비,우렁쉥이,부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

주간 학교급식 영양량				02월 05일(월)	02월 06일(화)	02월 07일(수)	02월 08일(목)	02월 09일(금)
				영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량
				· 친환경잡곡밥(5) · 돈육순두부찌개 (1.5.6.10) · 상추/쌈장(5.6) · 콩나물파채무침(5) · 삼겹살구이(10) · 배추겉절이(13) · 딸기	· 제육당면덮밥 (5.6.10.13) · 속된장국(5.6) · 상추치커리겉절이 (5.6) · 새우튀김/타르소스 (1.5.6.9.13) · 배추김치(9) · 제주감귤주스(13) · 쿠키번(1.2.5.6)	· 추가밥 · 잔치국수/양념장 (5.6) · 쫄면이복만두 (1.5.6.10.16.18) · 골뱅이야채무침(5) · 수제순살치킨/양념소 스(5.6.12.13.15) · 봉동겉절이(5.6) · 따옴주스(13)		
에너지(kcal)	767.00	767.00	7.9	791.4	841.5	850.6		
탄수화물(g)			59.9	103.7	121.6	140.7		
단백질(g)	18.40	18.40	16.5	28.0	29.1	43.8		
지방(g)			23.5	27.2	25.3	11.4		
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	108.1	122.8	93.9	107.7		
티아민(mg)	0.30	0.37	0.7	0.8	0.8	0.5		
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.5	0.4	0.7	0.3		
비타민C(mg)	26.70	33.40	68.4	62.1	61.5	81.4		
칼슘(mg)	234.00	267.00	128.5	104.4	159.3	121.9		
철분(mg)	3.70	4.70	3.6	3.3	4.1	3.5		

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.게, 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

◆ 원산지 표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥,누룽지,죽), 축산물(소,돼지,닭,오리), 배추김치(배추,고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀, 방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산,북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국,러시아/외국산),새우살(베트남산/외국산),주꾸미(중국산/외국산),오징어가공품(칠레산/외국산),고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남),가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔,가리비,우렁쉥이,부세: 해당없음

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

남원여자고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량				02월 05일(월)	02월 06일(화)	02월 07일(수)	02월 08일(목)	02월 09일(금)								
				영양량	영양량	영양량	영양량	영양량								
· 친환경백미밥	· 한우육개장 (13, 16)	· 간장돼지갈비떡찜 (5, 6, 10, 13)	· 바사삭나초치킨너겟/살사소스 (1, 2, 5, 6, 12, 13, 15)	· 배추김치(9)	· 포도주스(13)	· 친환경백미밥	· 부대찌개 (1, 2, 5, 6, 9, 10, 15, 16)	· 직화간장오리불고기 (5, 13)	· 감자채피망볶음	· 깍두기(9)	· 요거타임(샤인머스켓)(2)	· 돈육카레라이스 (2, 5, 6, 10, 12, 13, 16, 18)	· 꼬들단무지무침	· 우리쌀떡함박스테이크/소스 (1, 2, 5, 6, 10, 12, 13, 15, 16)	· 배추김치(9)	· 뽕로로요구르트(사과)(2)
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량								
에너지(kcal)	767.00	767.00	16.4	910.1	1,011.6	755.6										
탄수화물(g)			49.0	99.7	98.2	124.4										
단백질(g)	18.40	18.40	16.4	41.9	36.7	29.4										
지방(g)			34.6	36.6	49.7	15.0										
비타민A(μg RAE)	150.00	217.00	42.8	28.1	23.2	77.1										
티아민(mg)	0.30	0.37	1.0	1.1	0.4	1.6										
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.5	0.5	0.5	0.3										
비타민C(mg)	26.70	33.40	18.8	6.6	27.8	21.9										
칼슘(mg)	234.00	267.00	141.7	129.6	171.3	124.2										
철분(mg)	3.70	4.70	2.9	2.7	3.3	2.6										

* 에너지는 권장섭취량의 ±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.

* 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

♣ 원산지표시사항안내

[국내산]

- 쌀(밥, 누룽지, 죽), 축산물(소, 돼지, 닭, 오리), 배추김치(배추, 고춧가루),
- 수산물(미꾸라지, 참조기, 오징어, 고등어, 삼치, 전복, 아귀, 방어)
- 육가공품(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산)
- 두부류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장

[외국산]

- 낙지(베트남산/외국산), 명태(러시아산, 북어채:러시아산), 갈치(세네갈/외국산), 꽃게(중국산/외국산), 가자미(미국, 러시아/외국산), 새우살(베트남산/외국산), 주꾸미(중국산/외국산), 오징어가공품(칠레산/외국산), 고춧가루가공품(외국산)
- 식육가공품: 소고기(국내산/ 외국산:호주산 등)
- 수산가공품: 오징어진미채(외국산), 참치캔(다랑어: 원양산), 새우공산품(연육:베트남), 가다랑어가공품:외국산

[그 외] 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔, 가리비, 우렁챙이, 부세: 해당없음