

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				07월 28일(월)	07월 29일(화)	07월 30일(수)	07월 31일(목)	08월 01일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경흑미밥 사골만두국 (1.2.5.6.10.12.16) 명태까스/크리미어니언D (1.2.5.6) 야채계란찜 (1) 건파래야콘드자반볶음 (13) 배추김치 (9) 미니소시지페스츰리(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경현미밥 황태채달걀국 (1.5) 견과류멸치볶음 진짬구이 (1.2.5.6.10.15.16) 데리야끼우동볶음 (5.6.9.13.17) 배추김치 (9) ček스초코+우유 (2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경귀리밥 양지설렁탕/당면 (16) 연양식반달볼고기 (2.16) 도통동그랑땡&깻잎전 (1.2.5.6.10.15.16) 양파부추초무침 (5.6.13) 석박지 (9) 햄치즈브리토 (2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경혼합잡곡밥 (5) 떡만두국 (1.5.6.10.16.18) 치킨너겟/머스타드 (1.2.5.6.15) 감자어묵조림 (1.5.6.13) 야채계란말이 (1) 깍두기 (9) 	
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/햄(돈육:국내산)	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
3) 오춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	중국산
명태/가공품				/명태까스(러시아산)				
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품				세네갈	세네갈	세네갈	세네갈	세네갈
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	중국산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
주꾸미/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	중국산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	895.31	895.31	5.2	919.0	943.8	976.1	963.7	905.9
탄수화물(g)			54.7	135.6	120.9	118.9	138.9	117.3
단백질(g)	21.70	21.70	19.9	43.9	47.8	41.9	39.2	56.7
지방(g)			25.4	19.8	27.2	35.4	26.4	21.6
비타민A(μg RAE)	205.43	282.67	150.5	153.7	307.7	30.3	128.5	132.1
티아민(mg)	0.37	0.44	0.8	0.5	0.7	1.1	0.5	1.2
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.8	1.0	0.6	0.5	0.8
비타민C(mg)	26.57	33.40	18.2	5.4	49.4	12.0	10.8	13.6
칼슘(mg)	247.41	297.42	286.6	173.0	533.0	276.5	184.1	266.3
철분(mg)	3.62	4.60	4.8	4.5	3.6	7.5	3.7	4.6

- * 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.
- * 식재료 원산지
 - 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 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.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

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				07월 28일(월)	07월 29일(화)	07월 30일(수)	07월 31일(목)	08월 01일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경기장밥 부대찌개/떡사리 (1.2.5.6.9.10.15.16) 단호박닭볶음탕 (5.6.13.15) 애너타리버섯들깨볶음 매콤콩나물무침 (5) 석박지 (9) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경차조밥 미소된장국 (5.6) 오징어볶음 (5.6.9.13.17.18) 햄계란말이 (1.2.5.6.10.15.16) 콘치즈구이 (1.2.5.13) 배추김치 (9) 	<ul style="list-style-type: none"> 콩나물밥/양념간장 (5.6.16) 시래기들깨된장국 (5.6) 두릅떡갈비 (5.6.10.15.16.18) 양상추샐러드/망고D (1.2.5.6) 김치왕만두 배추김치 (9) 몬스터파배기 (1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경서리태밥(5) 청국장 (5.9.16) 수육+쌈장 (5.6.10.13) 파리고추메추리알장조림 (1.5.6.13) 상추+깻잎 무생채 (13) 파인애플 	
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/초핑햄(돈육:국산)	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)	895.31	895.31	5.0	921.7	933.3	993.2	913.2	
탄수화물(g)			44.1	101.3	104.7	112.1	89.5	
단백질(g)	21.70	21.70	22.8	53.5	56.9	38.7	61.8	
지방(g)			33.1	32.4	28.2	43.1	32.5	
비타민A(μg RAE)	205.43	282.67	210.9	294.1	200.1	136.4	212.9	
티아민(mg)	0.37	0.44	1.9	4.3	0.4	1.5	1.2	
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.8	0.8	0.7	0.6	0.9	
비타민C(mg)	26.57	33.40	26.1	39.8	13.4	10.3	40.7	
칼슘(mg)	247.41	297.42	231.7	136.8	247.2	316.3	226.5	
철분(mg)	3.62	4.60	6.0	4.3	4.5	8.6	6.6	

- * 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				07월 28일(월)	07월 29일(화)	07월 30일(수)	07월 31일(목)	08월 01일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경현미밥 두부된장찌개(5.6) 돼지갈비찜(5.6.10.13.18) 애호박새우볶음(5.9.13) 배추김치(9) 미니도시락김 패스츄리쿠키(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경혼합잡곡밥(5) 잔치국수(1.5.6) 돈육김치찜(5.6.9.10.13) 도토리묵무침(5.6) 양념깻잎지(13) 깍두기(9) 	<ul style="list-style-type: none"> 강황라이스(5.6.9.10.13.17.18) 고기짬뽕(1.5.6.10.12.13.18) 참쌀탕수육(2.5.6.10.15.16) 소시지새송이볶음(2.5.6.10.15.16) 유자단무지채 깍두기(9) 	<ul style="list-style-type: none"> 후리가케김가루작은밥(1.2.5.6.9.13.16.18) 크림스프(2.5.6.13.16) 토마토스파게티(1.2.5.6.10.12.13.16) 바삭야채튀김(1.5.6.18) 4색야채아삭피클 배추김치(9) 이븐투플러스피자(1.2.5.6.10.12.15.16.18) 	
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)	895.31	895.31	5.9	916.4	963.4	964.4		
탄수화물(g)			51.2	84.2	133.0	142.0		
단백질(g)	21.70	21.70	19.7	50.9	46.2	41.0		
지방(g)			29.1	39.3	25.3	26.0		
비타민A(㎍ RAE)	205.43	282.67	126.8	107.2	178.4	94.7		
티아민(mg)	0.37	0.44	1.0	1.1	1.0	0.9		
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.7	1.1	0.4		
비타민C(mg)	26.57	33.40	18.6	12.8	7.6	35.4		
칼슘(mg)	247.41	297.42	259.9	249.5	293.6	236.6		
철분(mg)	3.62	4.60	6.0	4.3	5.4	8.1		

- * 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