

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				06월 10일(월) · 계란볶음밥 (1) · 매콤오징어무국 (17) · 안동식짬뽕 (5.6.13.15) · 두부네모랑땡 (1.2.5.6.10.16) · 미니도시락김 (9) · 배추김치 (9) · 누룽지	06월 11일(화) · 강황라이스 · 상채수제비 (5.6.18) · 돈육김치찌개 (5.6.9.10.13) · 시금치프리타타 (1.10) · 진미채볶음 (5.6.13.17) · 깍두기 (9)	06월 12일(수) · 친환경쌀밥 · 알큰버섯수제비국 (5.6) · 소고기당면볶음 (16) · 숙주나물무침 · 배추김치 (9) · 꼬물이만두 (1.5.6.10.16.18)	06월 13일(목) · 친환경혼합잡곡밥 (5) · 소고기무국 (5.6.16) · 치킨직화스테이크 (1.2.5.6.12.15.16) · 계란입힌도룡동그랑땡 (1.2.5.6.10.15.16) · 오이무침 (5.6.13) · 배추김치 (9)	06월 14일(금) · 친환경차조밥 · 빼빼는감자탕 (5.6.10) · 오리훈제&머스타드 (1.5.6.13) · 햄강자채볶음 (1.2.5.6.10.15.16) · 참나물무침 (5.6) · 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	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/부대찌개 햄:돈육(앞다리살/미국산)	국내산/만두:돈육(국내산)	국내산/동그랑땡:돈육(국내산)	국내산/햄:돈육(국내산)
닭고기/가공품				국내산/두부네모 동그랑땡:닭가슴살(국내산)	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/치킨스테이크:닭다리살(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) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	중국산
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)	895.29	895.29	5.4	897.7	999.3	918.2	909.0	994.6
탄수화물(g)			49.6	93.5	133.5	145.2	108.5	93.2
단백질(g)	21.70	21.70	21.6	52.9	59.7	45.2	33.7	58.1
지방(g)			28.9	31.4	22.5	15.9	36.2	42.3
비타민A(㎍ RAE)	205.43	282.66	152.3	184.1	243.0	43.7	57.6	233.4
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	0.5	1.0	0.3	0.6	1.2
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.7	1.1	0.4	0.3	1.2
비타민C(mg)	26.56	33.40	67.0	9.1	19.6	7.2	7.2	292.0

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
칼슘(mg)	247.41	297.41	151.4	163.8	227.0	87.2	116.1	162.6
철분(mg)	3.62	4.60	4.9	3.8	6.0	4.8	3.8	6.4

\* 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.

\* 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 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				06월 10일(월)	06월 11일(화)	06월 12일(수)	06월 13일(목)	06월 14일(금)
				· 친환경기장밥 · 부대찌개/떡사리 (1.2.5.6.9.10.15.16) · 해물볶음우동 (2.5.6.12.13.16.17.18) · 양념깻잎지 (13) · 콩나물무침 (5) · 배추김치 (9) · 초코수리취떡	· 친환경흑미밥 · 열무물국수 (5.6.9.16) · 돼지갈비찜 (5.6.10.13.18) · 옥수수전(1.2.5.6) · 오이부추무침 (5.6.13) · 배추김치 (9)	· 제육덮밥 (5.6.10) · 맑은콩나물국(5.9) · 청양갈릭고기튀김 (1.2.5.6.10.15.16) · 달걀후라이(1) · 상채묵우침 (5.6.13) · 배추김치 (9) · 수박	· 친환경현미밥 · 참치김치찌개 (5.9.12.16) · 돈육간장불고기 (5.6.10.13) · 콩나물파채우침(5) · 상추/깻잎무쌈 · 열무김치(9) · 수제마늘빵 (1.2.5.6)	· 친환경보리밥 · 순대국/부추무침 (2.5.6.9.10.13.16) · 크레잇고기완자 전/양파초무침 (1.2.5.6.10.13.15.16.18) · 매콤두부조림 (5.6) · 야채스틱/오이고 추무침(5.6.13) · 석박지 (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/부대찌개:돈육(국내산)	국내산/국내산	국내산/청양갈릭고기튀김:돈육(국내산)	국내산/국내산	국내산/크레잇완자전:돈육(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) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	중국산
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)	895.29	895.29	4.9	944.3	900.4	960.1	911.8	980.6
탄수화물(g)			55.6	152.5	124.3	115.9	106.3	143.5
단백질(g)	21.70	21.70	17.8	32.5	41.1	52.9	48.2	31.1
지방(g)			26.6	21.0	23.5	29.9	31.3	30.7
비타민A(㎍ RAE)	205.43	282.66	148.5	148.7	63.8	257.9	154.2	118.1
티아민(mg)	0.37	0.44	1.6	4.0	1.0	1.3	1.1	0.4
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.5	0.7	0.6	0.8	0.9
비타민C(mg)	26.56	33.40	20.0	37.8	9.7	10.1	11.0	31.4
칼슘(mg)	247.41	297.41	177.6	140.0	74.4	269.5	259.3	144.9

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
철분(mg)	3.62	4.60	4.7	3.9	2.3	6.3	4.5	6.5

- \* 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.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

(석식)

주간 학교급식 영양량				06월 10일(월)	06월 11일(화)	06월 12일(수)	06월 13일(목)	06월 14일(금)
				• 친환경수수밥 • 황태채국 (5.6) • 고추장불고기 (5.6.10.13) • 어묵야채볶음 (1.5.6.13) • 상추+쌈장 (5.6.13) • 배추김치 (9) • 방울토마토 (12)	• 스펀마요덮밥 (1.2.5.6.10.13.15.16) • 어묵국/우동고명 (1.2.5.6.9) • 순살어니언치킨 (1.2.5.6.13.15.18) • 간장무채장아찌 • 볶음김치 (9) • 델몬트 (13)	• 친환경쌀밥 • 육개장 (5.6.16) • 통살새우까스/타르타르소스 (1.5.6.9.13) • 소시지야채볶음 (2.5.6.10.15.16) • 파리고추감자조림 (5.6.13) • 배추김치 (9)	• 야채볶음밥 • 옥수수스프 (2.5.6.13.16) • 치킨까스/강정소스 (1.2.5.6.12.13.15) • 푸실리미트볼 (1.2.5.6.10.15.16) • 배추김치 (9) • 쥬시콜대 (13)	• 친환경수수밥 • 닭곰탕 (15) • 연양식불고기/파채 (2.13.16) • 새우브로콜리볶음 (5.9) • 단무지부추무침 • 배추김치 (9) • 웰치에이드
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/스팸:돈육(국내산)	국내산/비엔나소시지:돈육(국내산)	국내산/국내산	국내산/연양식불고기:돈육(국내산)
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/치킨까스:닭고기(국산)	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) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	중국산
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)	895.29	895.29	9.2	904.2	1,047.9	986.5	995.9	953.3
탄수화물(g)			54.0	114.0	127.5	137.0	143.9	131.5
단백질(g)	21.70	21.70	18.7	62.2	53.2	31.7	32.2	46.8
지방(g)			27.3	19.9	35.1	34.8	32.3	24.9
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	117.8	164.0	164.6	91.2	68.0	101.2
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	1.3	0.5	0.4	0.5	0.5
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.5	0.5	0.5	0.4	0.5	0.5
비타민C(mg)	26.56	33.40	30.2	18.1	12.8	41.4	54.2	24.3
칼슘(mg)	247.41	297.41	204.8	239.1	240.2	277.4	156.7	110.6

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
철분(mg)	3.62	4.60	4.0	4.3	4.2	4.0	2.7	4.5

- \* 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.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