

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				02월 05일(월)	02월 06일(화)	02월 07일(수)	02월 08일(목)	02월 09일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경흑미밥 상색수제비(5.6.18) 치즈풍당매콤볼고기(5.6.13) 야채계란찜(1) 애호박버섯볶음 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경혼합잡곡밥(5) 순두부찌개(민짜)(1.5.10) 오리훈제&머스타드(1.5.6.13) 소시지야채볶음(2.5.6.10.15.16) 감자조림(5.6.13) 깍두기(9) 			
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산			
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산			
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산			
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산			
1) 쌀/가공품				국내산	국내산			
2) 배추/가공품				국내산	국내산			
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산			
4) 콩/가공품				국내산	국내산			
낙지/가공품				중국산	중국산			
고등어/가공품				국내산	국내산			
갈치/가공품				세네갈	세네갈			
오징어/가공품				국내산	국내산			
꽃게/가공품				중국산	중국산			
참조기/가공품				국내산	국내산			
주꾸미/가공품				중국산	중국산			
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	894.71	894.71	19.7	1,022.7	1,119.3			
탄수화물(g)			58.4	198.0	111.6			
단백질(g)	21.70	21.70	17.3	31.2	60.6			
지방(g)			24.3	10.3	46.9			
비타민A(μg RAE)	205.23	282.50	127.2	145.3	109.1			
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	0.3	1.1			
리보플라빈 (mg)	0.47	0.56	1.1	1.2	1.0			
비타민C(mg)	26.55	33.40	174.6	9.8	339.4			
칼슘(mg)	247.09	297.09	219.5	176.1	262.9			
철분(mg)	3.61	4.59	6.1	5.1	7.1			

* 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 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.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				02월 05일(월)	02월 06일(화)	02월 07일(수)	02월 08일(목)	02월 09일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경쌀야현미밥 맑은콩나물국(5.9) 돈마호크(2.5.6.10.12.13.18) 김치비빔국수(5.6.9.13) 블루베리무피클 배추김치(9) 마시는꿀꿀이한라봉(100)(13) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경쌀밥 돈육김치찌개(5.9.10) 안심돈까스/소스(1.2.5.6.10) 양상추샐러드/오리엔탈D(5.6.13) 간장무채장아찌 배추김치(9) 열대과일/망고D(1.2.5.6) 			
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산			
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/돈가스(돈육:국산)			
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산			
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산			
1) 쌀/가공품				국내산	국내산			
2) 배추/가공품				국내산	국내산			
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산			
4) 콩/가공품				국내산	국내산			
낙지/가공품				중국산	중국산			
고등어/가공품				국내산	국내산			
갈치/가공품				세네갈	세네갈			
오징어/가공품				국내산	국내산			
꽃게/가공품				중국산	중국산			
참조기/가공품				국내산	국내산			
주꾸미/가공품				중국산	중국산			
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	894.71	894.71	6.8	960.7	949.5			
탄수화물(g)			53.8	139.0	111.1			
단백질(g)	21.70	21.70	18.6	58.0	28.7			
지방(g)			27.6	15.2	41.9			
비타민A(μg RAE)	205.23	282.50	72.1	65.4	78.8			
티아민(mg)	0.37	0.44	1.0	1.4	0.6			
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.5	0.7	0.3			
비타민C(mg)	26.55	33.40	9.6	10.6	8.6			
칼슘(mg)	247.09	297.09	140.9	161.4	120.4			
철분(mg)	3.61	4.59	6.3	9.5	3.2			

* 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 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.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				02월 05일(월)	02월 06일(화)	02월 07일(수)	02월 08일(목)	02월 09일(금)
				• 김가루주먹밥 (1.2.5.6.10.15.16) • 매콤어묵우동국 (1.5.6.9) • 떡볶이(1.5.6) • 홍오징어튀김/통김 말이(1.5.6.16.17) • 반달단무지 • 배추김치(9)				
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산				
돼지고기/가공품				국내산/국내산				
닭고기/가공품				국내산/국내산				
오리고기/가공품				국내산/국내산				
1) 쌀/가공품				국내산				
2) 배추/가공품				국내산				
3) 고춧가루/가공품				국내산				
4) 콩/가공품				국내산				
낙지/가공품				중국산				
고등어/가공품				국내산				
갈치/가공품				세네갈				
오징어/가공품				국내산/튀김(오징어:칠레,페루,중국)				
꽃게/가공품				중국산				
참조기/가공품				국내산				
주꾸미/가공품				중국산				
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	894.71	894.71	3.6	926.4				
탄수화물(g)			74.8	174.2				
단백질(g)	21.70	21.70	11.0	25.6				
지방(g)			14.2	14.7				
비타민A(μg RAE)	205.23	282.50	169.1	169.1				
티아민(mg)	0.37	0.44	0.4	0.4				
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.7	0.7				
비타민C(mg)	26.55	33.40	26.1	26.1				
칼슘(mg)	247.09	297.09	228.8	228.8				
철분(mg)	3.61	4.59	15.3	15.3				

* 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 찌쌀을 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