

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				06월 24일(월)	06월 25일(화)	06월 26일(수)	06월 27일(목)	06월 28일(금)
				· 친환경쌀밥 · 경상도식소고기무국 (5.6.16) · 미니바베큐/미키크로켓(1.5.6.10) · 햄계란말이 (1.2.5.6.10.15.16) · 새송이볶음 (5) · 배추김치 (9)	· 친환경흑미밥 · 닭곰탕 (15) · 돈육간장불고기 (5.6.10.13) · 베이컨스크램블 (1.10) · 양배추찜/쌈장 · 배추김치 (9)	· 친환경기장밥 · 미니우동 (5.6.7.13.18) · 순살찜닭 (5.6.13.15.18) · 배추김치 (9) · 스트링치즈어묵바 (1.2.5.6) · 바닐라크림크로칸슈 (1.2.5.6)	· 친환경보리밥 · 사골만두국 (1.2.5.6.10.12.16) · 삼치데리야끼구이 (5.6.13) · 베이컨애호박볶음 (10) · 두부네모랑땡 (1.2.5.6.10.16) · 배추김치 (9) · 크림치즈취낭시예 (1.2.5.6)	· 강황라이스 · 한우버섯국 (16) · 들깨백불고기 (5.6.10.13) · 파리고추메추리알장조림 (1.5.6.13) · 도토리묵무침 (5.6) · 배추김치 (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/초핑햄:돈육(국산),폭립:돈육(국내산)	국내산/베이컨:돈육(앞다리살/미국산)	국내산/국내산	국내산/굴림만두:돈육(국산)베이컨:돈육(앞다리살/미국산)	국내산/국내산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/두부네모랑땡:가슴살(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	7.3	935.1	982.6	986.2	954.4	942.9
탄수화물(g)			48.8	98.3	101.8	146.6	125.2	101.9
단백질(g)	21.70	21.70	22.6	46.0	68.2	53.9	39.6	57.5
지방(g)			28.6	39.1	30.7	17.7	30.5	31.5
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	167.0	188.2	196.2	115.6	77.9	257.0
티아민(mg)	0.37	0.44	0.8	0.7	1.2	0.7	0.3	1.1
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.8	0.9	0.4	0.3	0.9
비타민C(mg)	26.56	33.40	15.9	19.1	29.4	4.7	11.4	15.1

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
칼슘(mg)	247.41	297.41	149.0	137.1	134.0	150.7	93.0	230.2
철분(mg)	3.62	4.60	3.9	4.7	4.3	3.2	1.4	6.0

- * 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

(중식)

주간 학교급식 영양량				06월 24일(월)	06월 25일(화)	06월 26일(수)	06월 27일(목)	06월 28일(금)
				• 친환경흑미밥 • 사골떡국 (1.16) • 치즈폭포돈카츠 (1.2.5.6.10.12.13.18) • 매콤콩나물무침 (5) • 석박지 (9) • 알감자버터구이 (2.5.13) • 쿠앤크슈퍼볼 (1.2.5.6)	• 친환경수수밥 • 돼지국밥/소면 (5.6.10) • 김치닭볶음탕 (5.6.9.13.15) • 매콤두부조림(5.6) • 열갈이된장무침 (5.6) • 석박지 (9) • 요거특초코볼&크런치 (2)	• 야채비빔밥/약고추장(5.6.16) • 시래기들깨된장국 (5.6) • 스윗소코순살치킨 (1.6.15) • 달걀후라이 (1) • 열무김치 (9) • 망고푸딩	• 친환경혼합잡곡밥 (5) • 팽이버섯된장국 (5.6) • 콩나물불고기 (5.6.10.13) • 찐득찐나물전 (1.5.6) • 상추+야채스틱/쌈장(5.6.13) • 배추김치 (9) • 왕새우미니핫도그 (1.2.5.6.9.12)	• 김가루주먹밥 • 메밀소바 (3.5.6.13) • 오향장육 (5.6.10) • 온두부/김치볶음 (5.9) • 반달단무지 • 배추김치 (9) • 룡추러스 (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	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품				국내산/치즈폭포돈카츠:돈육(국내산)	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/스위소코순살치킨:가슴살(국산)	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	2.4	790.1	974.6	914.9	879.9	1,024.4
탄수화물(g)			52.7	113.9	113.2	130.3	112.0	129.0
단백질(g)	21.70	21.70	19.5	27.1	60.9	37.3	49.9	46.0
지방(g)			27.8	25.3	29.1	26.1	24.7	35.0
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	177.8	152.8	271.7	213.6	130.2	120.7
티아민(mg)	0.37	0.44	0.9	0.8	1.1	0.3	1.4	1.1
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.4	1.2	0.5	0.6	1.0
비타민C(mg)	26.56	33.40	17.2	14.2	13.4	9.2	31.7	17.8

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
칼슘(mg)	247.41	297.41	245.4	169.6	315.4	288.5	272.8	180.8
철분(mg)	3.62	4.60	4.3	2.7	4.7	3.7	5.5	4.8

* 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.

- * 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

(석식)

주간 학교급식 영양량				06월 24일(월) · 카레라이스 (2.5.6.10.12.13.16.18) · 바지락미역국 (5.6.18) · 미니육전&야채튀김 (1.5.6.10.15.18) · 콘치즈구이 (1.2.5.13) · 콩나물부추우침(5) · 배추김치 (9)	06월 25일(화) · 오므라이스/치즈소시지 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 미소된장국 (5.6) · 주꾸미떡볶음 (5.6) · 스탁단무지 · 배추김치 (9) · 벌집군만두 (1.5.6.15)	06월 26일(수) · 친환경쌀밥 · 양지설렁탕/당면 (13.16) · 연양식반달볼고기 (2.16) · 데리야끼볶음우동 (5.6.9.13.17) · 양파부추초우침 (5.6.13) · 석박지 (9)	06월 27일(목) · 후리가케김가루작은밥 (1.2.5.6.9.13.16.18) · 브로콜리크림스프 (2.5.6.13.16) · 미트스파게티 (1.2.5.6.10.12.13.16) · 케이준치킨샐러드 (1.2.5.6.15.18) · 배추김치 (9) · 파인애플	06월 28일(금) · 친환경현미밥 · 매콤어묵국 (1.5.6.9) · 닭갈비 (5.6.13.15) · 고추송송고기말이 (1.6.10.15.16) · 참나물우침 (5.6) · 배추김치 (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/미니육전:돈육(국내산)	국내산/소시지:돈육(국내산),벌집군만두:돈육(국내산)	국내산/연양식볼고기:돈육(국내산)	국내산/국내산	국내산/고추송송고기말이:돈육(국내산)
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/고추송송고기말이:계육(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	1.3	904.8	907.8	902.1	907.2	911.5
탄수화물(g)			56.7	121.0	124.1	132.9	143.5	110.6
단백질(g)	21.70	21.70	17.0	24.7	44.1	40.0	33.5	47.8
지방(g)			26.3	34.8	25.5	20.2	21.1	28.8
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	130.0	119.8	111.7	43.3	134.7	240.5
티아민(mg)	0.37	0.44	0.8	0.7	1.7	0.4	0.4	0.7
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.5	0.4	0.8	0.3	0.4	0.7
비타민C(mg)	26.56	33.40	23.4	14.3	42.6	13.3	37.4	9.3

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
칼슘(mg)	247.41	297.41	185.5	197.5	225.1	81.1	230.4	193.5
철분(mg)	3.62	4.60	5.8	4.5	12.0	4.7	3.3	4.8

* 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.

* 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