

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				05월 19일(월)	05월 20일(화)	05월 21일(수)	05월 22일(목)	05월 23일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경귀리밥 오징어묵 (5.6.17) 돈육간장불고기 (5.6.10.13) 비엔나감자조림 (2.5.6.10.13.15.16) 참치김치볶음 (5.9) 깍두기 (9) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경혼합잡곡밥 (5) 매콤어묵국 (1.5.6.9) 소시지야채볶음 (2.5.6.10.15.16) 미니스파게티 (1.2.5.6.10.12.13.16) 양상추샐러드/참깨 (1.5) 배추김치 (9) 첵스초코+우유 (2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경차조밥 김치만두전골 (1.5.6.7.10.16.18) 순살찜닭 (5.6.13.15.18) 베이컨애호박볶음 (10) 포테이토샐시 (5.6) 깍두기 (9) 		<ul style="list-style-type: none"> 카레라이스 (2.5.6.10.12.13.16.18) 꼬치어묵국 (1.5.6.9) 등심에그카츠 (1.5.6.10.12.13.18) 단무지 무침 배추김치 (9) 김치왕만두 (1.5.6.10.16.18)
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/국내산	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	5.5	917.1	999.1	895.5		967.2
탄수화물(g)			51.3	104.8	153.2	101.4		119.2
단백질(g)	21.70	21.70	20.6	59.3	35.4	69.9		27.5
지방(g)			28.1	27.1	26.7	21.4		41.4
비타민A(μg RAE)	205.43	282.67	173.0	111.5	349.4	110.6		120.4
티아민(mg)	0.37	0.44	0.8	1.1	0.7	0.7		0.6
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.7	1.0	0.7		0.3
비타민C(mg)	26.57	33.40	28.4	29.1	55.6	14.4		14.7
칼슘(mg)	247.41	297.42	275.2	250.4	509.9	119.6		220.8
철분(mg)	3.62	4.60	3.9	4.1	4.1	3.9		3.6

- * 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

(중식)

주간 학교급식 영양량				05월 19일(월)	05월 20일(화)	05월 21일(수)	05월 22일(목)	05월 23일(금)
				· 친환경서리태밥(5) · 순두부찌개 (1.5.10) · 목살마늘구이(10) · 버섯야채볶음/오이 고추 · 상추+쌈장 (5.6.13) · 배추김치 (9)	· 강황라이스 · 사골만두국 (1.2.5.6.10.12.16) · 어니언 떡갈비 (5.6.10.13.15.16.18) · 떡볶이/고추잡채김 말이 (1.5.6.10.13.16) · 반달단무지 · 깍두기 (9) · 빠빠코(1.2.5)	· 제육덮밥 (5.6.10) · 어묵국/우동고명 (1.2.5.6.9) · 야채계란말이 (1) · 왕새우튀김 (1.5.6.9) · 매콤콩나물무침 (5) · 배추김치 (9) · 파인애플		· 친환경귀리밥 · 잔치국수(1.5.6) · 로스트통닭다리 (15) · 파리고추감자조림 (5.6.13) · 도토리묵무침 (5.6) · 배추김치 (9) · 망고바
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산		국내산(한우)/국 내산
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	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	6.6	901.9	995.5	926.6		992.0
탄수화물(g)			49.8	85.4	142.1	105.8		137.2
단백질(g)	21.70	21.70	20.7	51.6	28.2	53.9		61.6
지방(g)			29.5	36.9	35.9	30.3		20.9
비타민A(μg RAE)	205.43	282.67	163.8	112.3	210.3	158.9		173.7
티아민(mg)	0.37	0.44	1.0	1.6	0.8	1.1		0.3
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.6	0.8	0.4	0.6		0.4
비타민C(mg)	26.57	33.40	20.8	17.6	12.3	39.3		14.1
칼슘(mg)	247.41	297.42	234.9	201.0	179.5	270.9		288.3
철분(mg)	3.62	4.60	4.3	4.8	2.2	4.5		5.5

- * 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.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				05월 19일(월)	05월 20일(화)	05월 21일(수)	05월 22일(목)	05월 23일(금)
				· 계란볶음밥 (1) · 감자양파국 (18) · 한입떡갈비야채볶음(5.6.10.15.16.18) · 로제떡볶이 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.18) · 단무지무침 · 배추김치 (9)	· 친환경흑미밥 · 맑은콩나물국 (5.9) · 오리슬라이스직화구이(5) · 상추부추무침 (9) · 배추김치 (9) · 불고기&치즈브레드 (1.2.5.6)	· 친환경서리태밥(5) · 미소된장국 (5.6) · 경양식돈까스/소스 (1.2.5.6.10.12.13.16.18) · 김치비빔국수 (5.6.9.13) · 양배추샐러드/케마소스(1.5.12) · 배추김치 (9)		· 친환경기장밥 · 소고기무국 (5.6.16) · 낙지볶음&소면 (5.6.9.13.17.18) · 해물부추전 (1.5.6.9.13.17) · 청경채무침 (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
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	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	3.2	964.7	925.4	905.2		900.7
탄수화물(g)			52.7	119.1	133.1	117.3		108.4
단백질(g)	21.70	21.70	18.2	35.8	34.2	37.1		57.9
지방(g)			29.1	38.3	27.4	29.8		21.5
비타민A(μg RAE)	205.43	282.67	144.7	197.5	178.4	96.7		106.2
티아민(mg)	0.37	0.44	0.8	1.2	0.6	1.0		0.4
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.6	0.6	0.7	0.6		0.5
비타민C(mg)	26.57	33.40	17.0	33.6	8.7	9.0		16.7
칼슘(mg)	247.41	297.42	233.4	270.0	299.3	202.9		161.2
철분(mg)	3.62	4.60	5.1	5.6	5.4	3.6		5.7

- * 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, 길절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
 - 3) 고춧가루: 배추김치, 길절이, 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