

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				02월 03일(월)	02월 04일(화)	02월 05일(수)	02월 06일(목)	02월 07일(금)
				• 친환경흑미밥 • 참치김치찌개 (5.9.12.16) • 오곡고구마스트링 톨까스(1.5.6.10) • 대파해물전&깻잎전 (1.5.6.8.9.10.15.16.17.18) • 4색야채아삭피클 • 배추김치 (9)	• 친환경혼합잡곡밥 (5) • 순두부찌개 (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)	895.29	895.29	18.0	949.0	1,163.6			
탄수화물(g)			39.5	101.7	105.0			
단백질(g)	21.70	21.70	15.8	26.7	56.0			
지방(g)			44.6	46.7	57.0			
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	81.0	37.0	125.1			
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	0.4	1.1			
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.6	0.4	0.8			
비타민C(mg)	26.56	33.40	31.2	2.7	59.6			
칼슘(mg)	247.41	297.41	225.2	188.0	262.5			
철분(mg)	3.62	4.60	3.7	3.9	3.4			

- * 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				02월 03일(월)	02월 04일(화)	02월 05일(수)	02월 06일(목)	02월 07일(금)
				· 친환경현미밥 · 바지락미역국 (5.6.18) · 돈육사태찜 (5.6.10.13) · 잡채(5.6.10) · 콩나물청경채무침 (5) · 배추김치 (9) · 우유생크림빵 (1.2.5.6)	· 계란볶음밥 (1) · 쌀국수 (4.5.6.15.16.18) · 포크큐브스테이크 (1.2.5.6.10.12.15.16) · 간장무채장아찌 · 양상추샐러드/오리 엔탈D (5.6) · 배추김치 (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)	895.29	895.29	9.0	954.8	996.2			
탄수화물(g)			55.1	119.7	145.9			
단백질(g)	21.70	21.70	20.0	51.9	44.5			
지방(g)			24.9	27.4	25.9			
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	196.9	136.5	257.3			
티아민(mg)	0.37	0.44	0.8	1.1	0.5			
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.8	1.0	0.6			
비타민C(mg)	26.56	33.40	13.5	9.6	17.5			
칼슘(mg)	247.41	297.41	264.7	179.5	349.9			
철분(mg)	3.62	4.60	7.6	8.1	7.0			

- * 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.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 03일(월)	02월 04일(화)	02월 05일(수)	02월 06일(목)	02월 07일(금)
				· 친환경귀리밥 · 자슈라멘/삶은달걀 (1.2.5.6.10.15.16) · 치킨직화스테이크 (1.2.5.6.12.15) · 새우브로콜리볶음 (5.9.13) · 유자양상추샐러드 (13) · 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				
꽃게/가공품				중국산				
참조기/가공품				국내산				
주꾸미/가공품				중국산				
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	895.29	895.29	33.7	1,197.3				
탄수화물(g)			49.1	144.8				
단백질(g)	21.70	21.70	17.5	51.6				
지방(g)			33.4	43.9				
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	55.3	55.3				
티아민(mg)	0.37	0.44	0.3	0.3				
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	1.0	1.0				
비타민C(mg)	26.56	33.40	19.7	19.7				
칼슘(mg)	247.41	297.41	251.1	251.1				
철분(mg)	3.62	4.60	4.0	4.0				

- * 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.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