

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				07월 21일(월)	07월 22일(화)	07월 23일(수)	07월 24일(목)	07월 25일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경현미밥 매콤어묵국 (1.5.6.9) 옥수수함박야 (1.2.5.6.10.12.15.16.18) 비엔나푸실리볶음 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) 블루베리우유 (9) 배추김치 (9) 	<ul style="list-style-type: none"> 강황라이스 김치만두전골 (1.5.6.7.10.16.18) 치킨너겟/머스타드 (1.2.5.6.15) 견과류열치볶음 애너타리버섯들깨볶음 깍두기 (9) 전복죽 (18) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경보리밥 맑은콩나물국 (5.9) 돈육사태짬 (5.6.10.13) 소시지전&육원전 (1.2.5.6.8.9.10.15.16.17.18) 온두부 (5) 깍두기 (9) 블루레몬에이드 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경수수밥 삼색수제비 (5.6.18) 수비드연어스테이크 (5.12) 소시지야채볶음 (2.5.6.10.15.16) 반달단무지 깍두기 (9) 우리밀모닝빵/딸기잼 (1.2.5.6.13) 	
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	
돼지고기/가공품				국내산/함박스테이크(돈육:국산)	국내산/만두(돈육:국산)	국내산/육원전(돈육:국산)	국내산/소시지(돈육:국산)	
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/치킨너겟(계육:국산)	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	3.5	906.7	912.4	987.1	901.8	
탄수화물(g)			56.3	134.3	115.0	125.0	144.3	
단백질(g)	21.70	21.70	17.8	35.0	38.2	52.2	38.3	
지방(g)			25.9	24.3	33.2	30.9	17.5	
비타민A(μg RAE)	205.43	282.67	63.3	76.2	78.6	61.7	36.7	
티아민(mg)	0.37	0.44	0.6	0.5	0.7	1.0	0.4	
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.6	0.5	0.5	1.0	0.3	
비타민C(mg)	26.57	33.40	23.4	26.2	7.2	19.6	40.6	
칼슘(mg)	247.41	297.42	221.0	184.9	189.5	319.7	190.0	
철분(mg)	3.62	4.60	5.6	9.6	3.7	5.3	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

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				07월 21일(월)	07월 22일(화)	07월 23일(수)	07월 24일(목)	07월 25일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경차조밥 장각삼계탕(15) 김치오징어전(5.6.9.17) 오이무침(5.6.13) 야채스틱/오이고추무침(5.6.13) 석박지(9) 수박 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경혼합잡곡밥(5) 열무물국수(5.6.9.16) 닭갈비(5.6.13.15) 베이컨스크램블(1.10) 양배추찜/무쌈 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경수수밥 바지락칼국수(6.18) 오리훈제야채볶음 양파부추초무침(5.6.13) 쌈배추겉절이(9.13) 망고바 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경흑미밥 남도물갈비(5.6.10) 새송이버섯볶음 미니크림스파게티(1.2.5.6.10.13.16) 짜리고추감자조림(5.6.13) 배추김치(9) 오라떼(2) 	
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/베이컨(돈육:국산)	국내산/국내산	국내산/베이컨(돈육:미국산)	
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/오리훈제(오리:국산)	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	4.7	910.2	918.6	930.4	989.9	
탄수화물(g)			55.5	106.0	126.1	114.9	162.7	
단백질(g)	21.70	21.70	19.3	52.8	47.2	36.0	41.8	
지방(g)			25.2	28.0	21.7	35.1	18.1	
비타민A(μg RAE)	205.43	282.67	160.6	256.9	166.5	69.0	150.0	
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	0.7	0.6	0.6	0.8	
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.6	0.8	0.5	0.9	
비타민C(mg)	26.57	33.40	33.2	34.3	22.0	56.5	20.1	
칼슘(mg)	247.41	297.42	170.2	102.0	117.2	80.2	381.4	
철분(mg)	3.62	4.60	3.2	3.1	3.3	3.6	2.9	

* 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				07월 21일(월)	07월 22일(화)	07월 23일(수)	07월 24일(목)	07월 25일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> · 친환경귀리밥 · 애호박 고추장찌개 (5.6) · 돈육숙주볶음 (5.6.10.13.18) · 갈비만두 (1.5.6.10.15.16.18) · 배추김치 (9) · 찰도그를 (2.5.6.10.15) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경쌀밥 · 해물짬뽕국 (6.9.13.17.18) · 자장소스(1.5.6.10) · 닭가슴살궤바로우 (파채소스) (1.2.5.6.10.12.13) · 스탁단무지 · 배추김치 (9) · 열대과일샐러드 (1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경기장밥 · 팽이버섯된장국 (5.6) · 오곡고구마스트링 · 톨까스(1.5.6.10) · 멕시칸샐러드 (1.2.5.6.10.13.15.16) · 4색야채아삭피클 · 배추김치 (9) 		
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산		
돼지고기/가공품				국내산/햇도그를(돈육:국산)만두(돈육:국산)	국내산/국내산	국내산/행(돈육:국산)고구마톨까스(돈육:국산)		
닭고기/가공품				국내산/햇도그를(계육:국산)	국내산/궤바로우(계육:국산)	국내산/국내산		
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산		
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산		
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산		
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산		
낙지/가공품				중국산	중국산	중국산		
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산		
갈치/가공품				세네갈	세네갈	세네갈		
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산		
꽃게/가공품				중국산	중국산	중국산		
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산		
주꾸미/가공품				중국산	중국산	중국산		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	895.31	895.31	0.5	901.1	898.6	899.5		
탄수화물(g)			52.2	118.4	137.9	93.2		
단백질(g)	21.70	21.70	15.9	49.9	34.1	22.7		
지방(g)			31.9	23.5	23.1	48.3		
비타민A(μg RAE)	205.43	282.67	84.7	80.4	81.3	92.5		
티아민(mg)	0.37	0.44	0.8	1.5	0.5	0.4		
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.4	0.4	0.6	0.3		
비타민C(mg)	26.57	33.40	22.0	12.6	28.7	24.6		
칼슘(mg)	247.41	297.42	231.7	246.6	258.6	189.8		
철분(mg)	3.62	4.60	4.1	4.7	4.2	3.4		

- * 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 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