

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				08월 26일(월)	08월 27일(화)	08월 28일(수)	08월 29일(목)	08월 30일(금)
				· 강황라이스 · 참치김치찌개 (5.9.12.16) · 햄감자채볶음 (1.2.5.6.10.15.16) · 포테이토삼치(5.6) · 배추김치 (9) · 체크초코+우유 (2.5.6)	· 친환경쌀밥 · 꽃게탕(5.6.8) · 한입참스테이크 (1.2.5.6.10.12.16) · 닭가슴살두부전 (15) · 장나물무침 (5.6) · 배추김치 (9) · 뿌띠쿨파인(2)	· 친환경차조밥 · 미니우동 (5.6.7.13.18) · 순살찜닭 (5.6.13.15.18) · 비엔나소시지떡볶음 (2.5.6.10.12.13.15.16) · 스틱단우지 · 깍두기 (9)	· 친환경현미밥 · 사골떡국 (1.16) · 한입떡갈비야채볶음(5.6.10.15.16.18) · 돈육원전&애호박전 (1.5.6.10.15.18) · 콩나물청경채무침 (5) · 깍두기 (9)	· 친환경혼합잡곡밥 (5) · 돈육김치찌개 (5.6.9.10) · 미니크림스파게티 (1.2.5.6.10.13.16) · 떡새우완자 (1.2.5.6.9.18) · 배추김치 (9) · 치킨텐더 (1.5.6.15.18)
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/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	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	4.7	896.3	897.8	913.8	976.7	999.9
탄수화물(g)			55.2	116.7	141.0	130.1	116.1	130.2
단백질(g)	21.70	21.70	19.9	42.7	45.6	54.1	35.3	50.5
지방(g)			24.9	26.5	14.8	17.0	40.0	29.0
비타민A(㎍ RAE)	205.43	282.66	180.9	305.5	250.9	114.3	149.7	83.9
티아민(mg)	0.37	0.44	0.8	0.6	0.4	0.7	1.4	1.0
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.5	1.0	0.4	0.4	0.5	0.3
비타민C(mg)	26.56	33.40	24.4	34.7	36.4	26.8	11.6	12.3
칼슘(mg)	247.41	297.41	227.0	458.0	205.7	138.2	163.5	169.7
철분(mg)	3.62	4.60	3.6	3.5	3.7	2.9	4.7	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 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				08월 26일(월)	08월 27일(화)	08월 28일(수)	08월 29일(목)	08월 30일(금)
				· 친환경수수밥 · 바지락미역국 (5.6.18) · 돼지갈비찜 (5.6.10.13.18) · 김치오징어전 (5.6.9.17) · 콩나물파채무침(5) · 배추김치 (9) · 망고슬러쉬(2)	· 친환경기장밥 · 순두부찌개 (1.5.10) · 수육+쌈장 (5.6.10.13) · 야채계란찜 (1) · 상추/깻잎무쌈 · 배추김치 (9) · 지파이(1.5.6.15)	· 제육덮밥 (5.6.10) · 맑은콩나물국 (5.9) · 건파래아몬드자반 볶음 (13) · 달걀후라이(1) · 오이맛살냉채 (5.6.13) · 열무김치(9) · 리얼딸리젤라도 (1.2.5)	· 강황라이스 · 닭곰탕 (15) · 옥수수함박스테이 크 (1.2.5.6.10.12.15.1 6) · 두부구이/양념간장 (5.6) · 김치비빔국수 (5.6.9.13) · 석박지 (9)	· 친환경흑미밥 · 백짬뽕국 (6.9.13.17.18) · 한입깨바로우탕수 육(1.5.6.10.13) · 유아단무지채 · 배추김치 (9) · 부추갈비만두 (1.5.6.10.16.18) · 납작복송아허니그 린티(11)
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	국내산(한우)/국 내산
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	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	6.4	906.8	1,016.0	904.4	996.6	937.7
탄수화물(g)			51.0	126.2	91.9	121.5	120.4	133.7
단백질(g)	21.70	21.70	21.7	44.6	78.4	50.6	50.2	29.0
지방(g)			27.3	22.1	34.2	22.2	32.5	30.5
비타민A(㎍ RAE)	205.43	282.66	123.8	62.4	194.3	177.4	131.2	54.0
티아민(mg)	0.37	0.44	0.9	1.1	1.5	1.1	0.6	0.4
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.6	0.6	0.9	0.7	0.7	0.3
비타민C(mg)	26.56	33.40	12.9	10.2	6.5	19.9	9.8	18.3
칼슘(mg)	247.41	297.41	178.6	118.0	217.0	312.9	155.0	90.1
철분(mg)	3.62	4.60	5.8	4.0	6.3	5.1	4.4	9.0

- * 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				08월 26일(월)	08월 27일(화)	08월 28일(수)	08월 29일(목)	08월 30일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> • 카레라이스 (2.5.6.10.12.13.16.18) • 꼬치어묵국 (1.2.5.6.9) • 통살새우까스/타르타르소스 (1.5.6.9.13) • 시금치나물 (5.6) • 유자양상추샐러드 (13) • 배추김치 (9) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경발아현미밥 • 사골떡만두국 (1.2.5.6.10.12.16) • 닭갈비(떡) (5.6.13.15) • 삼색튀김 (1.5.6.10.18) • 양배추짬/쌈장 • 깍두기 (9) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경혼합잡곡밥 (5) • 시래기들깨된장국 (5.6) • 갈비맛치킨스테이크 (1.2.5.6.12.13.15) • 미트스파게티 (1.2.5.6.10.12.13.16) • 양상추샐러드/참깨D (1.5) • 배추김치 (9) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경찰보리밥 • 자장소스/자장면 (1.5.6.10) • 실파계란국 (1.9) • 유자탕수육 (1.5.6.10.12.13.18) • 배추김치 (9) • 스위트플럼 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경차조밥 • 순대국/부추무침 (2.5.6.9.10.13.16) • 갯잎완자&호박전 (1.5.6.10.15.16) • 매콤콩나물무침 (5) • 배추김치 (9) • 요거특초코필로우&크런치(2)
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/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	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	6.7	968.4	998.8	920.1	981.4	906.5
탄수화물(g)			62.2	143.8	138.4	134.2	176.7	145.9
단백질(g)	21.70	21.70	13.6	28.1	41.4	35.5	33.9	23.1
지방(g)			24.2	30.9	29.5	26.4	15.9	25.3
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	154.4	226.2	145.2	144.7	87.3	168.6
티아민(mg)	0.37	0.44	0.5	0.6	0.5	0.4	0.6	0.5
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.5	0.2	0.5	0.4	0.6	0.7
비타민C(mg)	26.56	33.40	18.9	35.3	17.0	19.6	15.5	7.4
칼슘(mg)	247.41	297.41	225.8	235.8	98.8	320.0	206.7	267.7
철분(mg)	3.62	4.60	4.7	3.4	2.4	4.1	8.2	5.3

- * 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