

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				07월 29일(월)	07월 30일(화)	07월 31일(수)	08월 01일(목)	08월 02일(금)
						<div>• 친환경귀리밥</div> <div>• 황태채달걀국 (1.5)</div> <div>• 연양식반달볼고기 (2.16)</div> <div>• 진땀구이 (1.2.5.6.10.15.16)</div> <div>• 진미채볶음 (5.6.13.17)</div> <div>• 배추김치 (9)</div>	<div>• 친환경쌀밥</div> <div>• 경상도식소고기무국 (5.6.16)</div> <div>• 돈육간장볼고기 (5.6.10.13)</div> <div>• 베이컨스크램블 (1.10)</div> <div>• 애너타리버섯들깨볶음</div> <div>• 배추김치 (9)</div> <div>• 프렌치토스트 (1.2.5.6.13)</div>	<div>• 친환경차조밥</div> <div>• 빼없는감자탕 (5.6.10)</div> <div>• 오리훈제&amp;머스타드 (1.5.6.13)</div> <div>• 숙주맛살무침 (1.5.6.8)</div> <div>• 오이지무침</div> <div>• 배추김치 (9)</div>
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품						국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품						국내산/진땀:돈육(국내산)연양식볼고기:돈육(국내산)	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	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)	895.29	895.29	5.3			855.7	942.3	1,030.5
탄수화물(g)			42.9			94.5	118.5	86.2
단백질(g)	21.70	21.70	22.9			49.0	55.4	55.2
지방(g)			34.2			29.5	26.1	50.2
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	156.1			118.9	256.2	93.1
티아민(mg)	0.37	0.44	1.0			0.6	1.2	1.2
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.8			0.5	1.1	0.8
비타민C(mg)	26.56	33.40	28.9			27.0	19.6	40.2
칼슘(mg)	247.41	297.41	162.8			178.5	130.0	179.9

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
철분(mg)	3.62	4.60	4.1			5.0	4.9	2.3

- \* 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 찌쌀을 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				07월 29일(월)	07월 30일(화)	07월 31일(수)	08월 01일(목)	08월 02일(금)
						• 친환경보리밥 • 부대찌개/떡사리 (1.2.5.6.9.10.15.16) • 순살닭강정/콘볼 (1.2.4.5.6.12.13.15.18) • 매콤두부조림(5.6) • 오이고추된장무침(5.6) • 석박지 (9)	• 콩나물밥/양념간장(5.6.16) • 미소된장국 (5.6) • 오징어볶음(5.6.9.13.17.18) • 진뽕구이(1.2.5.6.10.15.16) • 미니도시락김 • 배추김치 (9) • 새우꼬치(1.5.6.9)	• 친환경흑미밥 • 참치김치찌개(5.9.12.16) • 수육+쌈장(5.6.10.13) • 콩나물파채무침(5) • 상추/깻잎우쌈 • 보쌈김치(9) • 오븐에 구운도넛(1.2.5.6)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품						국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품						국내산/부대찌개 햄:돈육(국내산)	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	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)	895.29	895.29	7.4			986.7	973.0	926.1
탄수화물(g)			47.8			121.9	108.1	107.6
단백질(g)	21.70	21.70	24.0			55.8	61.5	52.2
지방(g)			28.2			29.2	29.8	29.6
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	134.2			84.7	241.5	76.4
티아민(mg)	0.37	0.44	2.0			4.2	0.6	1.1
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7			0.7	0.8	0.5
비타민C(mg)	26.56	33.40	29.1			43.7	35.2	8.5
칼슘(mg)	247.41	297.41	194.4			130.3	259.0	193.9
철분(mg)	3.62	4.60	4.2			3.7	4.8	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

(석식)

주간 학교급식 영양량				07월 29일(월)	07월 30일(화)	07월 31일(수)	08월 01일(목)	08월 02일(금)
						• 친환경혼합잡곡밥 (5) • 톨육김치찌개 (5.9.10) • 치즈인까스/소스 (1.2.5.6.10.12.13.18) • 양념깻잎지 (13) • 참나물도토리묵무침 (5,6) • 배추김치 (9) • 파인애플	• 친환경쌀밥 • 해물짬뽕국 (6.9.13.17.18) • 자장소스 (1.5.6.10) • 유아탕수육 (1.5.6.10.12.13.18) • 간장무채장아찌 • 배추김치 (9) • 치즈소시지바 (1.2.5.6.10.12.15.16)	
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	1.7			903.5	916.8	
탄수화물(g)			61.9			139.6	141.1	
단백질(g)	21.70	21.70	15.9			37.9	34.1	
지방(g)			22.2			21.5	23.2	
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	174.8			144.3	205.2	
티아민(mg)	0.37	0.44	0.9			1.2	0.7	
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.6			0.5	0.7	
비타민C(mg)	26.56	33.40	40.2			36.9	43.4	
칼슘(mg)	247.41	297.41	234.9			279.3	190.5	
철분(mg)	3.62	4.60	7.1			3.9	10.4	

- \* 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