

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				08월 05일(월)	08월 06일(화)	08월 07일(수)	08월 08일(목)	08월 09일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경흑미밥 김치우동 (1.5.6.7.9.13.18) 돈육메추리알장조림 (1.5.6.10.13) 날치알고기완자 (1.2.5.6.10.16.18) 진미채볶음 (5.6.13.17) 깍두기 (9) 우리사과100주스 (13) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경보리밥 양지설향탕/소면 (5.6.13.16) 순살코다리강정 매콤콩나물무침 (5) 석박지 (9) 크림치즈황남시예 (1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경현미밥 매콤오징어무국 (17) 오리훈제&머스타드 (1.5.6.13) 베이컨애호박볶음 (10) 양파초무침&무쌈 (5.6.13) 배추김치 (9) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경장밥 김치콩나물국 (5.6.9) 순살찜닭 (5.6.13.15.18) 매콤두부조림(5.6) 배추김치 (9) 바나나라떼(2) 우리쌀초코칩머핀 (1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경수수밥 얼큰닭곰탕 (15) 너비아니구이 (1.2.5.6.10.13.15.16.18) 메추리알감자조림 (1.5.6.13) 오이무침 (5.6.13) 배추김치 (9)
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	7.4	966.5	962.5	904.4	994.3	978.5
탄수화물(g)			47.4	150.8	93.3	83.5	132.1	98.4
단백질(g)	21.70	21.70	23.7	50.3	78.5	43.4	58.3	48.9
지방(g)			28.8	15.5	27.1	42.5	24.5	41.2
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	173.2	215.3	80.9	81.8	208.6	279.2
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	1.4	0.4	0.6	0.7	0.6
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.5	0.6	0.5	1.0	0.8
비타민C(mg)	26.56	33.40	25.0	47.5	3.2	48.0	5.7	20.4
칼슘(mg)	247.41	297.41	234.1	203.5	327.1	126.8	396.7	116.4
철분(mg)	3.62	4.60	4.3	4.1	5.2	1.3	6.2	4.5

- * 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

(중식)

주간 학교급식 영양량				08월 05일(월) · 친환경쌀밥 · 일큰콩나물국(5.9) · 자장소스(1.5.6.10) · 깐쇼새우(1.5.6.9.12.13) · 유자양상추샐러드(13) · 배추김치(9) · 파인애플	08월 06일(화) · 친환경거리밥 · 부대찌개/떡사리(1.2.5.6.9.10.15.16) · 치즈감자스테이크(S)(1.2.5.6.10.12.15.16) · 야채계란찜(1) · 오이부추초무침(5.6.13) · 배추김치(9) · 해가득포도(13)	08월 07일(수) · 김치볶음밥(1.2.5.6.9.10.13.15.16) · 시래기들깨된장국(5.6) · 달걀후라이(1) · 소고기육전(1.6.10.15.16) · 미니도시락김 · 깍두기(9) · 오라떼(사과)(2)	08월 08일(목) · 친환경혼합잡곡밥(5) · 고기국수(6.10.16) · 쫄면복만두(1.5.6.10.16.18) · 단무지부추무침 · 깍두기(9) · 알감자버터구이(2.5.13) · 빼빼코(1.2.5)	08월 09일(금) · 강황라이스 · 돈육김치찌개(5.6.9.10) · 고등어바베큐구이(5.6.7.12.13) · 달걀후라이(1) · 상추무침(5.6.13) · 열무김치(9) · 콘톡톡핫도그(1.2.5.6.10.15.18)
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	4.5	905.4	998.8	937.2	934.8	902.3
탄수화물(g)			55.8	160.9	129.7	116.1	130.6	107.4
단백질(g)	21.70	21.70	16.0	25.9	43.8	37.9	32.5	44.9
지방(g)			28.2	17.3	32.2	34.1	31.3	29.7
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	173.0	49.2	225.4	210.0	220.1	160.3
티아민(mg)	0.37	0.44	1.2	0.4	4.0	0.5	0.6	0.7
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.6	0.7	0.9	0.4	0.9
비타민C(mg)	26.56	33.40	27.4	51.3	36.0	24.2	20.8	4.9
칼슘(mg)	247.41	297.41	267.6	266.1	213.3	509.9	176.9	171.6
철분(mg)	3.62	4.60	3.5	3.1	4.4	3.7	1.9	4.3

- * 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

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량				08월 05일(월)	08월 06일(화)	08월 07일(수)	08월 08일(목)	08월 09일(금)
				· 친환경현미밥 · 소고기우육 (5.6.16) · 삼치김치조림 (9.13) · 트리플소시지볶음 (1.2.5.6.10.15.16) · 간장무채장아찌 · 배추김치 (9) · 행차즈브리또 (2.5.6)	· 친환경발아현미밥 · 순대국/부추무침 (2.5.6.9.10.13.16) · 연양식불고기/파채 (2.13.16) · 상색알케첩볶음 (1.2.5.6.10.12.15.16) · 두부구이/양념간장 (5.6) · 배추김치 (9)	· 친환경흑미밥 · 경상도식소고기우육 (5.6.16) · 소시지야채볶음 (2.5.6.10.15.16) · 참나물무침 (5.6) · 석박지 (9) · 회오리감자(5.6) · 쿠앤크슈퍼볼 (1.2.5.6)	· 야채볶음밥 · 꼬치어묵국 (1.2.5.6.9) · 시금치프리타타 (1.10) · 떡볶이(5.6.13) · 배추김치 (9) · 타코야끼 (1.5.6.13)	
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	
돼지고기/가공품				국내산/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)	895.29	895.29	7.0	930.1	997.3	955.7	950.1	
탄수화물(g)			55.1	126.4	113.3	136.4	146.6	
단백질(g)	21.70	21.70	15.8	40.9	45.0	28.0	35.7	
지방(g)			29.1	26.6	40.4	32.7	23.0	
비타민A(μg RAE)	205.43	282.66	204.7	132.1	186.6	199.4	300.6	
티아민(mg)	0.37	0.44	0.6	1.0	0.6	0.5	0.3	
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.7	0.9	0.6	0.5	
비타민C(mg)	26.56	33.40	32.8	37.9	26.2	37.7	29.6	
칼슘(mg)	247.41	297.41	200.0	287.6	173.5	115.1	223.8	
철분(mg)	3.62	4.60	5.3	4.7	8.7	3.2	4.7	

- * 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, 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