

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				07월 14일(월)	07월 15일(화)	07월 16일(수)	07월 17일(목)	07월 18일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경보리밥 김치콩나물국 (5.6.9) 순살찜닭 (5.6.13.15.18) 소시지새송이볶음 (2.5.6.10.15.16) 참치김치볶음 (5.9) 석박지 (9) 모짜렐라치즈쉬림 프너켓 (1.2.5.6.9.12.13) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경흑미밥 만두전골 (1.5.6.7.10.16.18) 돈육사태찜 (5.6.10.13) 어묵야채볶음 (1.5.6.13) 매콤콩나물무침 (5) 배추김치 (9) 이오팩 (2) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경귀리밥 돈육김치찌개 (5.6.9.10) 통살연어까스/레몬 마요소스 (1.5.6) 행감자채볶음 (1.2.5.6.10.15.16) 유자양상추샐러드 (13) 깍두기 (9) 초코그레놀라/우유 (2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경수수밥 한우사골곰탕/소면 (5.6.16) 새송이너비아니 (5.6.10.12.13.15.16.18) 베이컨스크램블 (1.10) 감자조림 (5.6.13) 배추김치 (9) 	<ul style="list-style-type: none"> 김가루주먹밥 잔치국수(1.5.6) 한입참스테이크 (1.2.5.6.10.12.16) 진뽕구이 (1.2.5.6.10.15.16) 반달단무지 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/만두(돈육:국산)	국내산/국내산	국내산/베이컨(돈육:미국산)너비아니(돈육:국산)	국내산/참스테이크(돈육:국산)진뽕(돈육: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)	895.31	895.31	6.8	901.8	908.1	996.4	978.4	994.0
탄수화물(g)			52.9	95.2	123.9	142.0	125.9	136.0
단백질(g)	21.70	21.70	20.4	66.9	50.3	38.0	42.0	43.1
지방(g)			26.8	26.6	22.1	28.7	32.7	30.1
비타민A(μg RAE)	205.43	282.67	190.9	172.9	93.4	339.4	94.6	254.2
티아민(mg)	0.37	0.44	0.8	0.7	1.0	0.8	1.2	0.6
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.6	0.8	0.9	0.6	0.6
비타민C(mg)	26.57	33.40	28.6	24.5	8.5	49.1	13.6	47.3
칼슘(mg)	247.41	297.42	243.0	235.4	173.4	403.9	180.0	222.1
철분(mg)	3.62	4.60	4.3	3.9	3.1	3.9	5.3	5.2

* 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 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.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 14일(월)	07월 15일(화)	07월 16일(수)	07월 17일(목)	07월 18일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경기장밥 한우버섯국 (5.6.16) 고등어김치조림 (7.9.13) 깻잎호박전 (5) 열갈이된장무침 (5.6) 배추김치 (9) 쉬림프&핫치킨피자 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경보리밥 부대찌개/떡사리 (1.2.5.6.9.10.15.16) 스윗소코순살치킨 (1.6.15) 매콤두부조림 (5.6) 오이부추무침 무생채 (13) 감자크로켓 (1.5.6.12) 	<ul style="list-style-type: none"> 제육덮밥 (5.6.10) 얼큰콩나물국 (5.9) 포테이토삼치 (5.6) 달걀후라이 (1.5) 상추부추무침 (9) 배추김치 H(9) 수박에이드 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경현미밥 순대국/부추무침 (2.5.6.9.10.13.16) 닭볶음탕 (5.6.13.15) 불고기메밀전병 (2.3.5.6.16.18) 미니도시락김 석박지 (9) 딸기젤라또 (1.2.5) 	<ul style="list-style-type: none"> 카레라이스 (2.5.6.10.12.13.16.18) 꼬치어묵국 (1.2.5.6.9) 경양식돈까스/소스 (1.2.5.6.10.12.13.16.18) 미니스파게티 (1.2.5.6.10.12.13.16) 4색야채아삭피클 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/소시지(돈육:국산)	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품				국내산/피자(닭고기:브라질산)	국내산/순살치킨(계육:국산)	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)	895.31	895.31	7.8	917.3	899.6	906.8	1,115.7	987.8
탄수화물(g)			52.1	106.3	125.5	108.5	141.9	140.5
단백질(g)	21.70	21.70	19.3	38.5	40.2	60.4	48.1	43.2
지방(g)			28.6	36.1	26.0	24.2	39.1	26.3
비타민A(μg RAE)	205.43	282.67	164.3	100.0	114.0	166.0	329.2	112.4
티아민(mg)	0.37	0.44	1.5	0.5	3.9	1.1	0.6	1.2
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.9	0.5	0.7	0.9	0.5
비타민C(mg)	26.57	33.40	19.6	13.6	40.9	19.0	11.5	12.9
칼슘(mg)	247.41	297.42	190.1	247.6	125.2	202.6	174.9	200.1
철분(mg)	3.62	4.60	4.4	4.7	3.4	4.6	5.8	3.6

* 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 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.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 14일(월)	07월 15일(화)	07월 16일(수)	07월 17일(목)	07월 18일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 새우볶음밥 (1.5.9.13) 백짬뽕국 (6.9.13.17.18) 데리야끼멘츠카츠 (1.5.6.10) 양상양상추샐러드/어니언크림소스 (1.2.5.6.12) 스틱단무지 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> 강황라이스 감자양파국 (18) 오리작화볼고기 (5) 야채계란찜 (1) 상추+야채스틱 배추김치 (9) 최고야포도C 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경혼합잡곡밥 (5) 빼빼는감자탕 (5.6.10) 오징어볶음 (5.6.9.13.17.18) 참나물도토리묵무침 (5.6) 시금치나물 (5.6) 깍두기 (9) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경율무밥 매콤어묵국 (1.5.6.9) 돈육간장볼고기 (5.6.10.13) 해물볶음우동 (2.5.6.12.13.16.17.18) 청포묵김가루무침 배추김치 (9) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경흑미밥 팽이버섯된장국 (5.6) 매운돼지갈비찜 (5.6.10.13) 야채가득동그랑땡 (1.2.5.6.10.15.16) 숙주나물무침 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/멘츠카츠(돈육: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)	895.31	895.31	2.5	904.9	901.2	926.8	969.5	883.7
탄수화물(g)			50.7	96.5	115.9	112.6	142.6	103.1
단백질(g)	21.70	21.70	21.4	35.0	39.8	64.8	53.4	47.8
지방(g)			27.9	39.9	29.7	21.2	19.2	29.7
비타민A(μg RAE)	205.43	282.67	219.1	196.3	267.3	325.0	159.6	147.4
티아민(mg)	0.37	0.44	0.9	0.3	0.7	1.0	1.1	1.3
리보플라빈(mg)	0.46	0.57	0.7	0.3	0.9	0.8	0.6	0.9
비타민C(mg)	26.57	33.40	31.5	16.5	86.2	29.5	14.0	11.3
칼슘(mg)	247.41	297.42	222.0	131.4	344.5	245.5	193.5	195.1
철분(mg)	3.62	4.60	4.6	3.2	7.0	4.3	3.7	4.6

- * 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