

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				02월 19일(월)	02월 20일(화)	02월 21일(수)	02월 22일(목)	02월 23일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경혼합잡곡밥(5) 소고기무국(5.6.16) 홍삼훈제삼겹(10) 돈육원전8매호박전(1.5.6.10.15.18) 양파부추무침/참소스(5.6.13) 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경수수밥 닭곰탕(15) 베이컨스크램블(1.10) 올방개목양념무침(5.6) 배추김치(9) 배 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경기장밥 실파계란국(1.9) 닭가슴살꿔바로우(레몬소스)(1.5.6.10.11.12.13.18) 자장소스(1.5.6.10) 어묵피망볶음(1.5.6) 단무지무침 배추김치(9) 		
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산		
돼지고기/가공품				국내산/돈육원전(돈육:국산)훈제삼겹(돈육:국산)	국내산/베이컨(돈육:미국, 네덜란드, 캐나다)	국내산/국내산		
닭고기/가공품				국내산/돈육원전(계육:국산)	국내산/국내산	국내산/꿔바로우(계육:국산)		
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)	894.71	894.71	8.5	967.4	920.4	1,024.8		
탄수화물(g)			48.3	94.8	93.3	158.1		
단백질(g)	21.70	21.70	18.3	43.3	52.8	34.8		
지방(g)			33.5	44.5	34.7	27.5		
비타민A(μg RAE)	205.23	282.50	104.7	38.4	213.4	62.1		
티아민(mg)	0.37	0.44	0.6	0.8	0.6	0.4		
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.5	0.4	0.8	0.4		
비타민C(mg)	26.55	33.40	57.0	97.1	46.3	27.6		
칼슘(mg)	247.09	297.09	186.4	96.6	148.2	314.3		
철분(mg)	3.61	4.59	3.5	3.8	4.2	2.6		

* 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

(중식)

주간 학교급식 영양량				02월 19일(월)	02월 20일(화)	02월 21일(수)	02월 22일(목)	02월 23일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경보리밥 부대찌개/라면 (국)(1.2.5.6.9.10.13.15.16) 돈육사태김치찜 (9.10) 버섯들깨볶음 잡채(5.6.10) 깍두기(9) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경발아현미밥 순대국/부추무침 (2.5.6.10.13.16) 오징어볶음 (5.6.13.17) 매콤볼어묵조림 (1.5.6.13) 오이고추된장무침 (5.6) 깍두기(9) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경귀리밥H 참치김치찌개(5.9) 돈육고추장불고기 (5.6.10.13) 계란말이(1) 상추부추무침(9) 총각김치(9) 		
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산		
돼지고기/가공품				국내산/찌개용(돈육:국산)	국내산/순대(돈육:국산)	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)	894.71	894.71	17.5	1,176.0	1,081.5	897.6		
탄수화물(g)			56.9	148.3	180.7	109.1		
단백질(g)	21.70	21.70	21.2	60.9	46.7	55.2		
지방(g)			21.9	34.7	16.1	24.0		
비타민A(μg RAE)	205.23	282.50	131.4	104.9	92.5	196.7		
티아민(mg)	0.37	0.44	1.0	1.5	0.4	1.0		
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.9	1.6	0.3	0.7		
비타민C(mg)	26.55	33.40	19.8	30.6	23.4	5.4		
칼슘(mg)	247.09	297.09	204.3	245.0	153.7	214.1		
철분(mg)	3.61	4.59	5.8	4.4	7.6	5.4		

* 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 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

(석식)

주간 학교급식 영양량				02월 19일(월)	02월 20일(화)	02월 21일(수)	02월 22일(목)	02월 23일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 친환경흑미밥 만두전골 (1.5.6.7.10.16.18) 오삼불고기 (5.6.10.13.17) 감자채볶음(5) 콩나물청경채무침 (5.6) 배추김치(9) 크런치초코(2) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경흑미밥 한우버섯국(16) 오리작화불고기(5) 건파래아몬드자반볶음(13) 소시지전&애호박전 (1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(9) 			
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산			
돼지고기/가공품				국내산/만두(돈육:국산)	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)	894.71	894.71	6.4	895.9	1,007.3			
탄수화물(g)			57.7	135.6	136.7			
단백질(g)	21.70	21.70	15.1	34.0	37.5			
지방(g)			27.2	23.3	33.8			
비타민A(μg RAE)	205.23	282.50	171.5	174.8	168.2			
티아민(mg)	0.37	0.44	0.6	0.7	0.6			
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.8	0.6	1.0			
비타민C(mg)	26.55	33.40	15.4	12.4	18.5			
칼슘(mg)	247.09	297.09	216.1	246.9	185.2			
철분(mg)	3.61	4.59	3.5	2.6	4.5			

- * 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 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