

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주오송중학교

(중식)

| 주간 학교급식 영양량 | 6월 3일(월) | 6월 4일(화) | 6월 5일(수) | 6월 6일(목) | 6월 7일(금) |
|----------------|---|--|---|----------|----------|
| | <ul style="list-style-type: none"> 현미잡쌀밥 생일미역국 5.6.13.16. 참나물오이무침 5.6.13. 닭고기떡매콤볶음 5.6.13.15.16.18. 감자채볶음(오븐) 2.5.6.10. 배추김치 9.13. 생일축하와플 1.2.5.6.13. 양념류 5.13. | <ul style="list-style-type: none"> 클로렐라쌀밥 두부된장국 5.6.13.18. 김실파무침 5.6.13.18. 돼지불고기 5.6.10.13.18. 오꼬노미만두 1.2.5.6.9.10.13.16.17.18. 배추김치 9.13. 골드키위 양념류 5.13. | <ul style="list-style-type: none"> 단호박카레밥 2.5.6.10.13.15.16. 유부맑은된장국 5.6.13.18. 매콤간장치킨 1.2.5.6.12.13.15.16.18. 배추김치 9.13. 청경채겉절이 13. 파인애플팝 5.13. 양념류 5.13. | | |
| 식재료 | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 |
| 쌀 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | | |
| 김치류/고춧가루 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | / | / |
| 쇠고기(종류)/가공품 | 국내산(한우)/국내산 | 국내산(한우)/국내산 | 국내산(한우)/국내산 | / | / |
| 돼지고기/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | / | / |
| 닭고기/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | / | / |
| 오리고기/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | / | / |
| 양고기/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | / | / |
| 넙치/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | / | / |
| 조피볼락/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | / | / |
| 참돔/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | / | / |
| 미꾸라지/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | / | / |
| 뱀장어/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | / | / |
| 낙지/가공품 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 | / | / |
| 명태/가공품 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 | / | / |
| 고등어/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | / | / |
| 갈치/가공품 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 | / | / |
| 오징어/가공품 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 | / | / |
| 꽃게/가공품 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 | / | / |
| 참조기/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | / | / |
| 두부 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | | |

| 식재료 | | | | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 |
|-----------|-----------|-----------|------------|-------|-------|-------|-----|-----|
| 콩 | | | | 국내산 | 국내산 | 국내산 | | |
| 비고 | | | | | | | | |
| 영양소 | 평균 필요량 | 권장 섭취량 | 주평균 섭취량 | 영양량 | 영양량 | 영양량 | 영양량 | 영양량 |
| 에너지(kcal) | 759.00 | 759.00 | 1.1 | 719.2 | 765.3 | 817.0 | | |
| 탄수화물(g) | | | 56.4 | 94.9 | 71.0 | 94.6 | | |
| 단백질(g) | 16.20 | 16.20 | 21.4 | 40.5 | 32.9 | 25.3 | | |
| 지방(g) | | | 22.3 | 16.6 | 17.9 | 11.2 | | |
| 비타민A(R.E) | 160.89 | 226.47 | 223.6 | 193.1 | 165.5 | 312.3 | | |
| 티아민(mg) | 0.31 | 0.37 | 0.6 | 0.5 | 1.0 | 0.4 | | |
| 리보플라빈(mg) | 0.39 | 0.45 | 0.4 | 0.5 | 0.5 | 0.3 | | |
| 비타민C(mg) | 24.35 | 32.00 | 31.9 | 25.3 | 35.2 | 35.2 | | |
| 칼슘(mg) | 254.24 | 312.10 | 180.9 | 145.4 | 206.0 | 191.3 | | |
| 철분(mg) | 3.04 | 4.01 | 5.3 | 5.4 | 5.5 | 5.0 | | |

* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~70%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

* 알레르기 정보

1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.계 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함)

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주오송중학교

(중식)

| 주간 학교급식 영양량 | 6월 10일(월) | 6월 11일(화) | 6월 12일(수) | 6월 13일(목) | 6월 14일(금) |
|----------------|---|--|---|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • 기장밥 • 쇠고기무국 5.6.13.16. • 열갈이배추나물, 된장 5.6. • 연근유자절임(자율배식) 13. • 간장불고기 5.6.10.13.18. • 어묵떡볶이 1.2.5.6.13.16. • 깍두기 9.13. • 요구르트 140ml 2. • 양념류 5.13. | <ul style="list-style-type: none"> • 차수수밥 • 두부김치찌개 5.9.10.13.18. • 로제스파게티 1.2.5.6.10.12.13.16.18. • 애호박전 1.2.5.6.10.13.15. • 깻잎완자전 1.2.5.6.10.13.15.16.18. • 열무김치 9.13. • 사과당근쥬스 • 양념류 5.13. • 채소피클 13. | <ul style="list-style-type: none"> • 비벼먹는 찜닭 1.2.5.6.10.12.13.15.18. • 팽이버섯맑은국 5.6.13. • 배추김치 9.13. • 오이소박이 13. • 플라워파이 1.2.5.6.13.16. • 양념류 5.13. • 청포도쥬스 5.13. | <ul style="list-style-type: none"> • 강황쌀밥 • 동태매운탕 5.13. • 멸치견과류볶음 4.13. • 돼지고기커들렛 1.2.5.6.10.13. • 배추김치 9.13. • 사과쥬스 5.13. • 브로콜리 초회 5.13. • 양념류 5.13. | <ul style="list-style-type: none"> • 칼슘잡쌀밥 • 감자수제비국 5.6.13. • 열갈이겉절이 9.13. • 오리양념볶음 5.8.13. • 건파래볶음(오븐) 5.9.13. • 배추김치(자율배식) 9.13. • 젤리과일샐러드 1.2.5.13. • 양념류 5.13. |
| 식재료 | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 |
| 쌀 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 |
| 김치류/고춧가루 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 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 |
| 양고기/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 넙치/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 조피볼락/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 참돔/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 미꾸라지/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 뱀장어/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 낙지/가공품 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 |
| 명태/가공품 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 |
| 고등어/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 갈치/가공품 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 |
| 오징어/가공품 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 |
| 꽃게/가공품 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 |
| 참조기/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 두부 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 |

| 식재료 | | | | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 |
|-----------|-----------|-----------|------------|-------|---------|-------|-------|-------|
| 콩 | | | | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 |
| 비고 | | | | | | | | |
| 영양소 | 평균 필요량 | 권장 섭취량 | 주평균 섭취량 | 영양량 | 영양량 | 영양량 | 영양량 | 영양량 |
| 에너지(kcal) | 759.00 | 759.00 | 0.5 | 818.2 | 788.0 | 727.2 | 729.5 | 750.9 |
| 탄수화물(g) | | | 62.6 | 116.1 | 120.8 | 100.2 | 104.0 | 109.9 |
| 단백질(g) | 16.20 | 16.20 | 18.5 | 38.5 | 31.6 | 32.6 | 35.1 | 24.7 |
| 지방(g) | | | 19.0 | 18.6 | 22.4 | 13.3 | 16.2 | 3.9 |
| 비타민A(R.E) | 160.89 | 226.47 | 487.4 | 128.5 | 1,568.1 | 337.8 | 112.7 | 289.9 |
| 티아민(mg) | 0.31 | 0.37 | 0.7 | 1.2 | 0.7 | 0.6 | 0.6 | 0.5 |
| 리보플라빈(mg) | 0.39 | 0.45 | 0.6 | 0.6 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 0.5 |
| 비타민C(mg) | 24.35 | 32.00 | 34.9 | 27.2 | 43.0 | 35.0 | 27.8 | 41.6 |
| 칼슘(mg) | 254.24 | 312.10 | 247.0 | 309.8 | 267.5 | 258.8 | 228.0 | 170.7 |
| 철분(mg) | 3.04 | 4.01 | 5.0 | 5.8 | 5.9 | 3.9 | 4.7 | 4.9 |

* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~70%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

* 알레르기 정보

1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.계 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함)

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주오송중학교

(중식)

| | 6월 17일(월) | 6월 18일(화) | 6월 19일(수) | 6월 20일(목) | 6월 21일(금) |
|----------------|--|--|--|--|---|
| 주간 학교급식 영양량 | <ul style="list-style-type: none"> 현미밥 순두부찌개(달갈) 1.5.13.17. 돼지고기김치찌 5.6.9.10.13.18. 미역오이초무침 13. 당면잡채 1.5.6.10.13.16.18. 총각김치 9.13. 오렌지 양념류 5.13. | <ul style="list-style-type: none"> 칼슘참쌀밥 뼈없는감자탕 5.6.10.13.18. 메추리알조림 1.5.6.13.18. 배추나물 5.6.12.13.16.18. 코다리강정 얼려먹는딸기 음료 5.13. 양념류 5.13. | <ul style="list-style-type: none"> 자장밥 2.5.6.10.13.16.18. 곤약어묵국 1.5.6.13.16. 채소샐러드(자율배식) 1.2.5.12.13. 바삭한 탕수육 5.6.10.13.18. 배추김치 9.13. 쥬스(130ml) 5.13. 단무지 양념류 5.13. | <ul style="list-style-type: none"> 차수수밥 새우호박맑은국 9.13. 오향장육 5.6.10.13.18. 비빔메밀국수 1.3.5.13. 배추겉절이 9.13.18. 과일젤리 2.5.13. 양념류 5.13. 무쌈 5.6.13.18. 채소+쌈장(자율배식) 5.6.18. | <ul style="list-style-type: none"> 기장밥 조랭이떡국 1.13. 당호박닭찜 5.6.13.15.18. 오이골뱅무침 5.6. 배추김치 9.13. 방울토마토 12. 떠먹는요구르트 2.13. 양념류 5.13. |
| 식재료 | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 |
| 쌀 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 |
| 김치류/고춧가루 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 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 |
| 양고기/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 넙치/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 조피볼락/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 참돔/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 미꾸라지/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 뱀장어/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 낙지/가공품 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 |
| 명태/가공품 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 |
| 고등어/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 갈치/가공품 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 |
| 오징어/가공품 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 |
| 꽃게/가공품 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 |
| 참조기/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 두부 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 |

| 식재료 | | | | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 |
|-----------|-----------|-----------|------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 콩 | | | | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 |
| 비고 | | | | | | | | |
| 영양소 | 평균 필요량 | 권장 섭취량 | 주평균 섭취량 | 영양량 | 영양량 | 영양량 | 영양량 | 영양량 |
| 에너지(kcal) | 759.00 | 759.00 | -0.3 | 706.6 | 748.8 | 747.8 | 828.2 | 752.7 |
| 탄수화물(g) | | | 56.3 | 97.2 | 84.4 | 113.0 | 80.1 | 102.8 |
| 단백질(g) | 16.20 | 16.20 | 19.5 | 36.1 | 35.8 | 24.5 | 35.4 | 33.6 |
| 지방(g) | | | 24.2 | 18.5 | 19.3 | 19.5 | 17.7 | 16.0 |
| 비타민A(R.E) | 160.89 | 226.47 | 219.3 | 207.9 | 279.8 | 143.6 | 111.3 | 353.8 |
| 티아민(mg) | 0.31 | 0.37 | 0.9 | 1.0 | 0.9 | 1.0 | 1.4 | 0.4 |
| 리보플라빈(mg) | 0.39 | 0.45 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 0.3 | 0.6 | 0.4 |
| 비타민C(mg) | 24.35 | 32.00 | 32.6 | 58.4 | 18.0 | 40.2 | 19.4 | 27.1 |
| 칼슘(mg) | 254.24 | 312.10 | 239.9 | 199.0 | 233.0 | 219.5 | 219.9 | 328.2 |
| 철분(mg) | 3.04 | 4.01 | 5.0 | 5.4 | 6.0 | 3.7 | 6.2 | 3.8 |

* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~70%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

* 알레르기 정보

1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.계 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함)

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주오송중학교

(중식)

| | 6월 24일(월) | 6월 25일(화) | 6월 26일(수) | 6월 27일(목) | 6월 28일(금) |
|----------------|---|---|---|---|--|
| 주간 학교급식 영양량 | <ul style="list-style-type: none"> • 버섯카로틴쌀밥 • 배추된장국 5.6.13.18. • 갈치무조림 5.6.18. • 참나물무침 • 옥수수샐러드 떡갈비구이 1.2.5.6.10.13.15.16.18. • 배추김치 9.13. • 참외 • 양념류 5.13. | <ul style="list-style-type: none"> • 칼슘찜쌀밥 • 푸딩 1.2.5. • 청국장찌개 5.9.10.13.18. • 돼지고기짜리장조림 1.5.6.10.13.18. • 파스타 미트볼 1.5.6.10.12.13.15.16.18. • 갯잎순볶음 5.6.18. • 배추김치 9.13. • 양념류 5.13. • 데친 목이버섯(자율배식) 5.6.13. | <ul style="list-style-type: none"> • 비빔밥과약고추장2 5.10.16. • 두부달걀탕 1.5.13. • 도토리묵상추무침 5.6.13.18. • 감자돈까스 1.5.6.10.13.15.16. • 열무김치 9.13. • 달콤돈가스소스 1.2.5.6.12.13.16.18. • 감귤쥬스,슬러시 5.13. • 양념류 5.13. | <ul style="list-style-type: none"> • 강황쌀밥 • 우동국 1.5.6.13.16. • 오이고추무침(자율배식) 1.5.6.18. • 토란대볶음 5.13. • 닭고기치즈떡볶음 2.5.13.15. • 배추김치 9.13. • 수박 • 양념류 5.13. | <ul style="list-style-type: none"> • 기장밥 • 우렁된장국 5.6.13.18. • 마늘꿀조림(자율배식) 5.6.18. • 목살폭찜 5.6.10.12.13.16.18. • 김치부침 1.5.6.9.13.17.18. • 배추김치 9.13. • 갯잎김치 13. • 요구르트(80) 2. • 양념류 5.13. |
| 식재료 | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 |
| 쌀 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 |
| 김치류/고춧가루 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 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 |
| 양고기/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 넙치/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 조피볼락/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 참돔/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 미꾸라지/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 뱅장어/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 낙지/가공품 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 | 베트남산/베트남산 |
| 명태/가공품 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 | 러시아산/러시아산 |
| 고등어/가공품 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 갈치/가공품 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 | 세네갈산/세네갈산 |
| 오징어/가공품 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 | 국내산/국내산, 페루산 |
| 꽃게/가공품 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 | 국내산/중국산 |

| 식재료 | | | | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 | 원산지 |
|-----------|-----------|-----------|------------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 참조기/가공품 | | | | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 | 국내산/국내산 |
| 두부 | | | | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 |
| 콩 | | | | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 |
| 비고 | | | | | | | | |
| 영양소 | 평균 필요량 | 권장 섭취량 | 주평균 섭취량 | 영양량 | 영양량 | 영양량 | 영양량 | 영양량 |
| 에너지(kcal) | 759.00 | 759.00 | 1.2 | 707.5 | 791.6 | 760.2 | 816.1 | 766.1 |
| 탄수화물(g) | | | 60.7 | 78.3 | 106.1 | 93.5 | 108.8 | 108.1 |
| 단백질(g) | 16.20 | 16.20 | 19.0 | 25.9 | 32.2 | 24.9 | 34.2 | 37.9 |
| 지방(g) | | | 20.2 | 14.4 | 22.8 | 6.7 | 8.2 | 21.1 |
| 비타민A(R.E) | 160.89 | 226.47 | 280.8 | 196.2 | 387.7 | 351.4 | 146.0 | 322.8 |
| 티아민(mg) | 0.31 | 0.37 | 0.7 | 0.6 | 1.0 | 0.8 | 0.3 | 1.0 |
| 리보플라빈(mg) | 0.39 | 0.45 | 0.6 | 0.3 | 0.5 | 0.9 | 0.6 | 0.6 |
| 비타민C(mg) | 24.35 | 32.00 | 42.4 | 40.2 | 52.0 | 43.3 | 25.3 | 51.2 |
| 칼슘(mg) | 254.24 | 312.10 | 323.4 | 204.2 | 289.7 | 209.8 | 259.8 | 653.7 |
| 철분(mg) | 3.04 | 4.01 | 5.9 | 4.3 | 6.6 | 5.4 | 4.2 | 8.8 |

* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~70%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

* 알레르기 정보

1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함)