

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

성일고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				12월 02일(월)	12월 03일(화)	12월 04일(수)	12월 05일(목)	12월 06일(금)
				· 친환경잡곡밥*(5) · 김치어묵탕 *(1.5.6.9) · 백김치볶음*(5.9) · 스펀피망볶음 *(1.2.5.6.10.13.15 .16) · 연두부/양념장 *(5)	· 누룽지* · 순대국밥 *(2.5.6.10.13.16) · 볶음김치*(9) · 시리얼/우유 *(2.5.6)	· 누룽지* · 웅심이수제비 *(5.6.17) · 볶음김치*(5.9) · 시리얼/우유 *(2.5.6)	· 누룽지* · 닭죽*(15) · 볶음김치*(9) · 시리얼/우유 *(2.5.6)	· 누룽지* · 유부우동 *(1.2.5.6.9) · 볶음김치*(9) · 시리얼/우유 *(2.5.6)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산
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/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품				베트남	베트남	베트남	베트남	베트남
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다랑어/가공품				/참치캔(원양산)	/참치캔(원양산)	/참치캔(원양산)	/참치캔(원양산)	/참치캔(원양산)
주꾸미/가공품				베트남	베트남	베트남	베트남	베트남
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	872.38	872.38	3.0	883.1	893.0	895.1	911.8	910.1
탄수화물(g)			62.8	112.3	150.9	161.3	120.4	147.3
단백질(g)	21.31	21.31	13.0	28.7	25.7	20.8	44.3	23.3
지방(g)			24.3	33.4	18.4	18.0	25.3	23.8
비타민A(μg RAE)	200.12	276.70	523.0	63.4	327.2	632.9	1,024.9	566.9
티아민(mg)	0.36	0.43	1.3	0.6	0.6	1.6	2.2	1.2
리보플라빈(mg)	0.46	0.55	1.0	0.4	0.9	1.0	1.6	1.0
비타민C(mg)	26.36	33.40	52.4	27.3	34.0	85.6	74.9	40.1
칼슘(mg)	240.84	290.84	325.7	145.9	396.6	375.4	285.3	425.4
철분(mg)	3.58	4.54	5.5	2.5	4.3	9.2	7.1	4.3

\* 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

성일고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 02일(월)	12월 03일(화)	12월 04일(수)	12월 05일(목)	12월 06일(금)
				· 친환경잡곡밥*(5) · 부산식당면 *(5.6.10) · 돼지고기수육 *(10) · 마늘고추상추된장 * · 친환경콩나물국 *(5) · 배추김치*(9) · 한라봉*	· 친환경잡곡밥*(5) · 부추물만두국 *(1.5.6.10.16) · 떡갈비폭창 *(5.6.10.15.16.18) · 배추김치*(9) · 랜덤음료* · 회오리감자 *(2.5.6.13)	· 친환경콘드레밥 /부추간장*(16) · 팽이된장국* · 깻잎장아찌* · 케이준치킨샐러드 *(1.5.6.12.15.18) · 페퍼로니피자 *(1.2.5.6.10.12.13 .15.16) · 깍두기*(9) · 김구이*	· 친환경잡곡밥*(5) · 파송송계란국*(1) · 돼지고기청경채볶 음*(10) · 카레볶음 *(2.5.6.10.12.13.1 6.18) · 배추김치*(9) · 그린키위*	· 친환경잡곡밥*(5) · 한식잡채*(10) · 카스테라파래기 *(1.2.5.6) · 홍합우국*(18) · 고추장닭갈비 *(15) · 배추김치*(9)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산
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/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품				베트남	베트남	베트남	베트남	베트남
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다랑어/가공품				/참치캔(원양산)	/참치캔(원양산)	/참치캔(원양산)	/참치캔(원양산)	/참치캔(원양산)
주꾸미/가공품				베트남	베트남	베트남	베트남	베트남
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	872.38	872.38	1.9	889.2	885.4	914.3	879.0	877.8
탄수화물(g)			63.0	136.1	145.2	148.6	117.8	140.3
단백질(g)	21.31	21.31	18.0	47.7	21.5	36.3	57.3	33.5
지방(g)			19.0	14.7	23.3	18.7	17.0	18.5
비타민A(μg RAE)	200.12	276.70	118.4	82.1	51.5	240.7	68.2	149.5
티아민(mg)	0.36	0.43	1.1	1.3	0.9	0.6	1.9	0.6
리보플라빈(mg)	0.46	0.55	0.4	0.4	0.3	0.6	0.4	0.3
비타민C(mg)	26.36	33.40	31.8	48.3	21.6	12.0	56.7	20.6
칼슘(mg)	240.84	290.84	158.0	144.7	116.8	301.5	107.2	119.7
철분(mg)	3.58	4.54	5.2	4.9	4.2	5.6	3.2	8.4

\* 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.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

성일고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량				12월 02일(월)	12월 03일(화)	12월 04일(수)	12월 05일(목)	12월 06일(금)
				· 친환경잡곡밥*(5) · 부대찌개 *(1.2.5.6.9.10.12.15.16) · 함박스테이크 *(1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 배추김치*(9) · 배*	· 친환경잡곡밥*(5) · 찜뽕국 *(5.6.9.10.17.18) · 간장등뼈찜*(10) · 꽃빵튀김/연유 *(2.5.6) · 배추김치*(9)	· 친환경잡곡밥*(5) · 감자스프 *(1.2.5.6.13.16) · 토마토스파게티 *(1.5.6.10.12.13.16) · 치즈돈까스/소스 *(1.2.5.6.10.12.13.18) · 배추김치*(9)	· 친환경잡곡밥*(5) · 한우사골곰탕/당면*(13.16) · 군만두 *(1.5.6.10.16.18) · 매콤닭wing이 *(15) · 배추김치*(9)	
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	국내산/국내산	국내산/국내산	
낙지/가공품				베트남	베트남	베트남	베트남	
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
다랑어/가공품				/참치캔(원양산)	/참치캔(원양산)	/참치캔(원양산)	/참치캔(원양산)	
주꾸미/가공품				베트남	베트남	베트남	베트남	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	872.38	872.38	7.4	889.0	952.0	954.2	951.2	
탄수화물(g)			57.7	119.8	100.6	170.3	136.4	
단백질(g)	21.31	21.31	17.6	39.4	50.0	30.5	40.9	
지방(g)			24.7	26.4	34.8	15.1	24.1	
비타민A(μg RAE)	200.12	276.70	87.6	158.3	61.7	69.0	61.6	
티아민(mg)	0.36	0.43	1.7	3.9	1.5	1.0	0.3	
리보플라빈(mg)	0.46	0.55	0.4	0.7	0.5	0.3	0.2	
비타민C(mg)	26.36	33.40	10.5	16.4	13.9	9.8	2.1	
칼슘(mg)	240.84	290.84	142.1	208.7	106.4	151.7	101.6	
철분(mg)	3.58	4.54	3.5	4.3	3.2	3.2	3.5	

\* 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.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