

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

서영여자고등학교

주간 학교급식 영양량				8월 30일(월)	8월 31일(화)						
				· 친환경잡곡밥(5.) · 소고기떡국(1.16.) · 오이지무침(13.) · 쭈꾸미야채볶음/소면 (1.5.6.13.) · 갈릭크런치생선까스/ 타르소스 (1.2.5.6.13.18.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 쪽파계란국(1.) · 크리스피돈강정 (1.5.6.10.12.13.16.) · 알감자버터구이(2.) · 배추김치(9.13.) · 초코칩스/우유 (2.5.6.13.)						
				· 친환경흑미밥 · 참치김치찌개 (9.13.18.) · 참나물된장무침 · 돈육야채볶음(5.6.10.) · 깻잎만두 (1.4.5.6.10.12.13.15.16 .18.) · 깻두기(9.13.) · 오렌지주스(5.13.)	· 친환경보리밥 · 배추된장국(5.6.18.) · 돼지수육 (5.6.10.13.16.18.) · 상추부추겉절이 · 오징어야채무침(17.) · 배추김치(9.13.) · 모듬컵과일						
				· 친환경백미밥 · 두부된장국(5.6.18.) · 메추리알곤약조림 (1.5.6.13.) · 근대나물 · 순살치킨/양념소스 (1.2.5.6.12.13.15.16.18) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 햄두부찌개 (2.5.6.9.10.13.15.16.18) · 시래기나물 (5.6.13.18.) · 닭고구마볶음(5.6.15.) · 코코넛새우까스/타르 소스 (1.2.5.6.9.13.16.18.)						
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/ 수입산(호주산)	국내산(한우)/ 수입산(호주산)	국내산(한우)/ 수입산(호주산)	국내산(한우)/ 수입산(호주산)	국내산(한우)/ 수입산(호주산)	국내산(한우)/ 수입산(호주산)	국내산(한우)/ 수입산(호주산)	국내산(한우)/ 수입산(호주산)
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
뱅장어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품				수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)
명태/가공품				수입산(러시아)	수입산(러시아)	수입산(러시아)	수입산(러시아)	수입산(러시아)	수입산(러시아)	수입산(러시아)	수입산(러시아)
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품				수입산(세네갈)	수입산(세네갈)	수입산(세네갈)	수입산(세네갈)	수입산(세네갈)	수입산(세네갈)	수입산(세네갈)	수입산(세네갈)
오징어/가공품				국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
두부/콩				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다량어				원양산	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산
아귀				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
쭈꾸미				수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)
비고											
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	730.47	730.47	6.1	722.5	828.2						
탄수화물(g)			57.6	117.6	105.8						
단백질(g)	19.32	19.32	20.9	38.7	42.4						
지방(g)			21.6	11.8	25.4						
비타민 A(R.E)	151.78	219.41	148.5	231.4	65.5						
티아민(mg)	0.31	0.37	0.9	1.0	0.8						
리보플라빈 (mg)	0.35	0.40	0.5	0.6	0.3						
비타민 C(mg)	26.57	33.40	32.3	49.1	15.5						
칼슘(mg)	231.97	266.21	111.3	133.0	89.6						
철분(mg)	3.65	4.63	6.8	9.8	3.7						

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

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

* 주 평균 섭취량은 월요일부터 금요일까지의 영양량의 평균입니다.

* 알레르기 정보

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산염 ⑭호두 ⑮달고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴 전복 홍합 포함) ⑳갯