

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

서영여자고등학교

주간 학교급식 영양량					11월 22일(월)	11월 23일(화)	11월 24일(수)	11월 25일(목)	11월 26일(금)	11월 27일(토)	11월 28일(일)
					· 친환경백미밥 · 감자들깨국 · 돈사태떡집(5.6.10.) · 피자오물렛/케첩 (1.2.5.6.12.13.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 콘푸레이크/우유 (2.5.6.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 누룽지 · 산적데리야끼조림 (1.2.5.6.10.13.15.16.18.) · 골뱅이야채무침 (5.13.18.) · 배추김치(9.13.) · 달걀웃식빵토스트 (1.2.5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 오징어무국(17.) · 콘샐러드(1.5.13.) · 코코넛새우까스/타르 소스 (1.2.5.6.9.13.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 떡먹는요구르트(복숭 아)(2.11.)	· 참치야채국(13.) · 잉글리쉬머핀피자빵 (1.2.5.6.10.12.13.) · 배추김치(9.13.) · 바나나 · 오레오오즈/우유 (2.5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 복어무국(13.) · 치커리사과무침 · 오리버섯볶음 · 배추김치(9.13.) · 메이플피칸파이 (1.2.5.6.13.14.)	· 친환경백미밥 · 무채된장국(5.6.18.) · 감자채볶음(2.6.10.) · 돈육숙주볶음 (5.6.9.10.12.13.17.18.) · 배추김치(9.13.) · 초코칩스/우유 (2.5.6.13.)	
					· 돈육카레라이스 (2.5.6.10.13.16.) · 미역미소된장국 (5.6.13.18.) · 꼬들단무지무침 · 소떡소떡/케첩 (1.2.5.6.10.12.) · 배추김치(9.13.) · 투게더스그니처 (1.2.5.)	· 친환경흑미밥 · 돈육김치찌개 (9.10.13.18.) · 오리훈제/머스타드 (1.5.13.) · 배추무침 · 카레갈치구이 (2.5.6.13.16.) · 총각김치(9.13.) · 굴	· 추가밥 · 김치잔치국수/양념장 (5.6.9.13.18.) · 비빔야채만두 (1.5.6.10.15.16.18.) · 간장무채장아찌 (5.6.8.9.18.) · 알감자버터구이(2.) · 깍두기(9.13.) · 포켓팝콘(카라멜 맛)(2.5.16.)	· 친환경백미밥 · 팥홍순두부찌개 (5.6.9.13.17.18.) · 갯손나물 · 돈육꾸꾸미볶음 (5.6.10.13.18.) · 치킨텐더또띠아를 (1.2.5.6.10.12.13.15.18.) · 배추김치(9.13.) · 오렌지주스(5.13.)	· 친환경보리밥 · 근대된장국(5.6.18.) · 소시지브로콜리볶음 (2.5.6.10.15.18.) · 곤드레나물(13.) · 체다치즈속속함박 (1.2.5.6.10.12.13.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 청포도에이드(5.13.)	· 친환경백미밥 · 부추달걀국(1.) · 달야채볶음(5.6.15.) · 버섯잡채 (5.6.8.13.18.) · 배추김치(9.13.) · 키위사과주스(5.13.)	
					· 친환경백미밥 · 열무된장국(5.6.18.) · 콩나물무침(5.) · 닭고구마볶음(5.6.15.) · 핫트리즈연어까스/타 르소스(1.2.5.6.13.) · 배추김치(9.13.)	· 땡초주먹밥 (1.5.6.10.13.18.) · 어묵무국 (1.5.6.13.16.) · 매크카르보떡볶이 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.) · 고구마튀김(1.6.) · 배추김치(9.13.) · 요구르트(2.)	· 친환경백미밥 · 소고기떡국(1.16.) · 실곤약야채무침 (5.6.13.) · 열무된장무침 · 간장돼지불고기 (5.6.9.10.12.17.18.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 돈등뼈사래기감자탕 (9.10.13.18.) · 미역초무침 · 스펀달걀볶음 (1.2.6.10.13.) · 박삭한치킨너겟/머스 타드 (1.2.5.6.13.15.16.18.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 돼지고기짜글이찌개 (5.9.10.13.18.) · 안동달걀 (5.6.8.13.15.) · 청포묵야채무침(5.) · 새우튀김/타르소스 (1.5.6.9.13.) · 배추김치(9.13.)		
식재료					원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀					국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루					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)
돼지고기/가공품					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
오리고기/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
뱅장어/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품					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)
고등어/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품					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
꽃게/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
두부/콩					국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다랑어					원양산	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산
아귀					국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
꾸꾸미					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
에너지(kcal)	730.47	730.47	8.3		796.6	875.6	742.0	708.4	832.2	754.8	
탄수화물(g)			54.6		115.7	73.4	122.6	99.7	134.7	87.8	
단백질(g)	19.32	19.32	19.0		31.2	51.7	25.3	45.6	36.8	37.3	
지방(g)			26.4		25.2	43.9	18.3	15.2	14.8	16.5	
비타민 A(R.E)	151.78	219.41	227.9		241.3	98.1	185.1	327.7	287.3	176.3	
티아민(mg)	0.31	0.37	0.5		0.4	0.7	0.1	0.8	0.6	0.5	
리보플라빈(mg)	0.35	0.40	0.5		0.5	0.6	0.2	0.7	0.4	0.5	
비타민 C(mg)	26.57	33.40	35.6		24.7	46.6	16.4	59.6	30.9	30.6	
칼슘(mg)	231.97	266.21	145.7		175.5	116.1	114.7	184.0	138.1	74.7	
철분(mg)	3.65	4.63	3.8		3.3	4.6	2.4	5.3	3.6	4.5	

\* 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