

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

서영여자고등학교

주간 학교급식 영양량					9월 9일(월)	9월 10일(화)	9월 11일(수)	9월 12일(목)	9월 13일(금)	9월 14일(토)	9월 15일(일)
					· 친환경백미밥 · 누룽지 · 초코칩스/우유 2.5.6.13. · 연두부/양념장 5. · 크리스파돈강정 1.5.6.10.12.13.16. · 배추김치 9.13.	· 친환경잡곡밥 5. · 시래기고추장국 5.6.13.18. · 돈등뼈감자찜 5.6.10. · 숙주나물 · 배추김치 9.13. · 메이플칸파이 1.2.5.6.13.14.	· 친환경잡곡밥 5. · 흑임자깨죽 · 야채계란찜 1.2. · 마카로니샐러드 1.5.6.13. · 닭봉그릴구이 13.15. · 배추김치 9.13.				
					· 돼지고기당면덮밥 5.8.10. · 두부된장국 5.6.18. · 아삭이고추된장무침 · 매크롬볶이 1.2.5.6.12.13.16. · 감자커름렛/케첩 1.5.6.10.12.13.15. · 배추김치 9.13.	· 참치야채비빔밥 13. · 열같이된장국 5.6.18. · 메밀김치전병 2.3.5.6.16.18. · 새우튀김/타르소스 1.5.6.9.13. · 배추김치 9.13. · 식혜	· 친환경백미밥 · 새알만두국 1.5.6.10.16.18. · 돼지갈비떡찜 5.6.10. · 어묵잡채 1.5.6.8.13.16. · 깻잎전 1.5.6.10.15.16. · 배추김치 9.13. · 추석찰쌀떡 5.13.				
					· 친환경잡곡밥 5. · 김치어묵국 1.5.6.9.13.16.18. · 콩나물무침 5. · 빼없는닭갈비 5.6.15. · 호박부추전 1.2.6. · 깍두기 9.13.	· 친환경백미밥 · 소고기미역국 16. · 고등어무조림 5.6.7. · 비빔야채만두 1.5.6.10.15.16.18. · 배추김치 9.13. · 포도주스 5.13.					
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
뱀장어/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					국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
콩					국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
비고											
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	750.00	750.00	7.4	720.8	730.9	865.8					
탄수화물(g)			60.4	115.8	97.7	113.4					
단백질(g)	19.00	19.00	17.9	26.2	29.8	41.0					
지방(g)			21.7	14.9	13.3	23.9					
비타민 A(R.E)	165.45	232.45	213.2	83.3	162.5	393.7					
티아민(mg)	0.28	0.34	0.8	0.7	0.2	1.4					
리보플라빈 (mg)	0.34	0.40	0.4	0.2	0.4	0.5					
비타민C(mg)	25.00	33.40	32.6	41.5	15.7	40.6					
칼슘(mg)	244.87	293.96	280.9	143.1	603.2	96.4					
철분(mg)	3.97	5.34	27.2	4.4	72.3	4.8					

\* 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 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴 전복 홍합 포함)