

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

서영여자고등학교

주간 학교급식 영양량				2월 17일(월)	2월 18일(화)	2월 19일(수)	2월 20일(목)	2월 21일(금)	2월 22일(토)	2월 23일(일)
					· 친환경백미밥 · 두부된장국 5.6.18. · 미트볼떡데리아끼조림 1.2.5.6.10.13.15.16.18. · 콩치캔김치조림 9.13.18. · 야채김 13. · 깍두기 9.13.	· 친환경백미밥 · 소고기버섯국 16. · 콘푸레이크/우유 2.5.6.13. · 떡갈비파인조림 2.5.6.10.13.15.16.18. · 갈릭크림치탕수어/칠리소스 1.5.6.12.13. · 배추김치 9.13.	· 친환경잡곡밥 5. · 맑은감자국 · 돼지갈비매운떡찜 5.6.10.13. · 조각파인애플 · 만두탕수/소스 1.5.6.10.12.13.15.16.18. · 배추김치 9.13.	· 친환경잡곡밥 5. · 시금치된장국 5.6.18. · 깻순나물 · 청포묵/양념장 5.6.13. · 할라페뇨체다를까스/소스 1.2.5.6.10.12.13.15.16.18. · 배추김치 9.13.		
					· 친환경백미밥 · 참치김치찌개 9.13.18. · 오징어야채무침 17. · 오리훈제부추볶음 5.6.9.12.13.17.18. · 냉이된장나물 · 깍두기 9.13. · 짜먹는워터젤리 2.5.11.13.	· 친환경백미밥 · 무채들깨국 5.6.18. · 돌나물/초장 · 돈육청경채볶음 5.6.9.10.12.17.18. · 치킨까스/머스터드 1.5.6.13.15.18. · 배추김치 9.13. · 오렌지망고주스 5.13.	· 친환경백미밥 · 곶탕/소면 1.2.5.6.16.18. · 목은지달걀찜 9.13.15.18. · 취나물무침 · 연어까스/소스 1.5.6.13. · 배추김치 9.13. · 야채호빵 1.2.5.6.10.13.16.	· 친환경백미밥 · 콩나물계란국 1.5. · 간장어묵조림 1.5.6.13.16. · 파래김자반 · 돈육꾸꾸미볶음 10. · 배추김치 9.13. · 떠먹는요플레토평 1.2.		
					· 친환경백미밥 · 새알만두국 1.5.6.10.13.16.18. · 갈치감자조림 5.6. · 돈사태떡찜 5.6.10. · 다시마부각 · 배추김치 9.13.	· 김가루밥 13. · 얼갈이된장국 5.6.18. · 오이피클 13. · 미트스파게티 1.5.6.10.12.13.18. · 흑당아몬드피자 2.5.6.10.12.13.16.18. · 배추김치 9.13.	· 친환경잡곡밥 5. · 팽이버섯된장국 5.6.18. · 시래기고등어조림 7.9.13.18. · 호박나물 9.13. · 돈육야채볶음 5.6.10. · 배추김치 9.13.	· 친환경잡곡밥 5. · 바지락미역국 18. · 단호박닭볶음 15. · 미나리초무침 5.6. · 후랑크야채볶음 2.5.6.10.15. · 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
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
에너지(kcal)	750.00	750.00	4.6	798.8	747.2	773.7	819.1			
탄수화물(g)			48.9	90.9	89.5	98.1	71.2			
단백질(g)	19.00	19.00	22.1	46.0	32.1	40.7	39.2			
지방(g)			29.0	27.0	27.9	22.7	14.5			
비타민 A(R.E)	165.45	232.45	211.4	206.4	177.0	257.3	204.7			
티아민(mg)	0.28	0.34	1.1	0.3	1.4	0.5	2.0			
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.8	0.3	0.7	0.4	1.6			
비타민C(mg)	25.00	33.40	44.8	67.0	76.0	20.6	15.7			
칼슘(mg)	244.87	293.96	191.5	150.7	226.8	100.7	287.7			
철분(mg)	3.97	5.34	5.9	7.7	6.7	3.3	5.9			

\* 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 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴 전복 홍합 포함)