

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

서영여자고등학교

주간 학교급식 영양량				6월 6일(월)	6월 7일(화)	6월 8일(수)	6월 9일(목)	6월 10일(금)	6월 11일(토)	6월 12일(일)
					· 친환경백미밥 · 누룽지 · 파래김자반 · 야채달걀말이(1.) · 밥에싸먹는햄(2.6.10.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 단호박죽 · 간장깻잎지(13.18.) · 오리야채볶음(5.6.) · 배추김치(9.13.) · 초코칩스/우유(2.5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 북어무국(13.) · 근대원장무침 · 돈육떡볶음(5.6.10.) · 배추김치(9.13.) · 한라봉플케이크(1.2.5.6.)	· 소고기야채죽(16.) · 배추김치(9.13.) · 방울토마토(12.) · 아몬드후레이크/우유(2.5.6.13.) · 허브소시지치즈도그(1.2.5.6.10.12.13.15.18.)	· 친환경백미밥 · 맑은감자국 · 떡갈비굴소스조림(1.2.5.6.10.13.16.18.) · 다시쌈/초창 · 배추김치(9.13.) · 소프트치즈케이크(1.2.5.6.13.)	
					· 친환경보리밥 · 달걀육개장(1.2.5.6.13.16.18.) · 간장돼지갈비떡볶(5.6.10.) · 실곤약야채무침(5.6.13.) · 청경채겉절이 · 배추김치(9.13.) · 짜먹는워터젤리(포도)	· 추가밥 · 김치말이냉국수(5.6.9.13.16.18.) · 마늘쫄초무침(5.6.13.18.) · 감자크로켓/케첩(1.5.6.10.12.13.15.) · 달장각오븐구이(15.) · 열무김치(9.13.)	· 친환경흑미밥 · 시래기된장국(5.6.13.18.) · 삼치무조림(5.6.) · 치커리사과무침 · 통모짜등심돈까스/소스(1.5.6.10.11.12.13.18.) · 배추김치(9.13.) · 카스테라생크림모닝빵(1.2.5.6.13.)	· 참치마요덮밥(1.5.6.13.18.) · 표고미역국(13.) · 과일요거트샐러드(1.2.5.12.) · 소떡소떡/양념소스(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 스위트사인머스켓	· 친환경백미밥 · 오징어무국(17.) · 속갓겉절이 · 오리떡볶음(5.6.) · 토띠아피자(2.5.6.10.12.13.) · 배추김치(9.13.)	
					· 친환경백미밥 · 돼지고기짜글이찌개(5.9.10.13.18.) · 계란장조림(1.5.6.13.) · 미나리초무침(5.6.) · 함박스테이크/양송이소스(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 꽃게탕(8.) · 안동닭찜(5.6.8.13.15.) · 시금치돼개무침 · 마늘행구이/케첩(6.10.12.13.) · 배추김치(9.13.)	· 김치참치주먹밥(1.5.9.13.) · 어묵무국(1.5.6.13.16.) · 찰순대찜+깨소금(6.10.) · 치즈떡볶이(1.2.5.6.13.16.) · 단호박튀김(1.5.6.10.16.)	· 친환경백미밥 · 배추들깨국 · 상추겉절이(5.6.13.) · 오리훈제숙주볶음(5.6.9.12.13.17.18.) · 용가리치킨너겟/머스탁드(1.5.6.13.15.) · 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
뱅창어/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	10.8		704.6	883.2	794.9	855.8	768.5	
탄수화물(g)			55.7		100.9	104.0	102.4	147.3	98.3	
단백질(g)	19.32	19.32	17.8		33.6	52.7	31.3	27.8	39.6	
지방(g)			26.5		18.9	29.5	28.7	18.9	24.7	
비타민 A(R.E)	151.94	219.61	188.3		128.2	338.5	133.1	153.2	223.3	
티아민(mg)	0.31	0.37	0.4		0.8	0.4	0.3	0.2	0.5	
리보플라빈(mg)	0.34	0.41	0.4		0.5	0.5	0.2	0.4	0.4	
비타민 C(mg)	26.57	33.39	14.4		14.9	27.3	5.3	10.0	13.6	
칼슘(mg)	234.00	267.00	122.2		171.6	123.9	107.8	85.3	275.3	
철분(mg)	3.65	4.63	3.4		3.1	2.9	3.8	3.6	3.3	

\* 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 ⑬야생산염 ⑭호두 ⑮달고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴 전복 홍합 포함) ⑳갯