

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

서영여자고등학교

주간 학교급식 영양량		2월 3일(월)	2월 4일(화)	2월 5일(수)	2월 6일(목)	2월 7일(금)	2월 8일(토)	2월 9일(일)
		· 친환경잡곡밥 5. · 소고기무국 2.5.16.18. · 오레오오즈/우유 2.5.6.13. · 돈등뼈김치찜 9.10.13.18. · 개살까스/어니언소스 1.2.5.6.8.9.10.13.15.16 .17.18.	· 친환경백미밥 · 누룽지 · 감자채썬볶음 2.6.10. · 돈육버섯볶음 10. · 배추김치 9.13. · 초코칩쿠키 1.2.5.6.13.	· 친환경백미밥 · 미역들깨국 · 도토리묵야채무침 5.6. · 납작그릴스테이크/소 스 1.2.5.6.10.12.13.15.16. · 깍두기 9.13. · 달걀햄치즈토스트 1.2.5.6.10.13.				
		· 친환경잡곡밥 5. · 두부호박된장국 5.6.18. · 오이무침 5.6. · 춘천식당갈비 5.6.15. · 우리쌀떡함박스테이 크/소스 1.2.5.6.10.15.16. · 배추김치 9.13. · 우유미숫가루 2.5.	· 새우달걀굴소스볶음 밥 1.5.6.9.13.18. · 맑은콩나물국 5. · 후르츠양배추샐러드 1.5.11.12.13. · 순살파닭/오리엔탈소 스 1.2.5.6.12.13.15.18. · 배추김치 9.13. · 오렌지					
		· 친환경백미밥 · 얼큰버섯국 · 삼치무조림 5.6. · 브로콜리/초장 · 닭감자볶음 5.6.15. · 배추김치 9.13.	· 김가루밥 13. · 어묵무국 1.5.6.13.16. · 찰순대찜+깨소금 6.10. · 매콤떡볶이 1.2.5.6.12.13.16. · 김말이튀김 1.5.6.16.18. · 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
에너지(kcal)	750.00	750.00	6.7	859.3	740.5	877.8		
탄수화물(g)			52.5	109.9	80.4	134.1		
단백질(g)	19.00	19.00	22.2	43.7	36.8	38.9		
지방(g)			25.3	24.9	15.8	17.3		
비타민 A(R.E)	165.45	232.45	254.8	242.4	267.1	165.9		
티아민(mg)	0.28	0.34	0.4	0.5	0.3	0.3		
리보플라빈 (mg)	0.34	0.40	0.6	0.5	0.6	0.7		
비타민C(mg)	25.00	33.40	49.0	39.1	58.8	30.2		
칼슘(mg)	244.87	293.96	662.2	247.0	1,077.3	240.6		
철분(mg)	3.97	5.34	5.2	5.5	4.8	8.2		

* 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)