

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

서명여자고등학교

주간 학교급식 영양량				09월 25일(월)	09월 26일(화)	09월 27일(수)	09월 28일(목)	09월 29일(금)	09월 30일(토)	
				· 친환경백미밥 · 모듬버섯무국 · 비엔나케첩조림 (2.6.10.12.13.15) · 사각튀포볶음 · 불닭스테이크/고구마무스 (1.2.5.6.11.12.13.15.16.18) · 배추김치(9.13)	· 친환경잡곡밥(5) · 단호박죽 · 시금치나물 · 데리야끼닭볶음 (5.6.13.15) · 고추송송고기말이/케첩 (2.5.6.10.12.15.18) · 배추김치(9.13)	· 참치야채죽(5.13.16.18) · 돈육메추리알장조림 (1.5.6.10.13) · 무알맹이무침(13.18) · 배추김치(9.13) · 인절미토스트(2.5.6) · 초코칩스/우유(2.5.6.13)				
				· 친환경발아현미밥 · 팜봉순두부찌개 (5.6.9.13.17.18) · 근대된장무침(5.6) · 오리훈제부추볶음 (5.6.9.12.13.17.18) · 고추잡채크로켓/케첩 (1.5.6.10.12.13.15) · 배추김치(9.13) · 떡먹는요구르트(복숭아)(2.11)	· 새우달걀굴소스볶음밥 (1.5.6.9.13.18) · 맑은미역국(5.6.13) · 도토리묵야채무침(5.6) · 블랙알리오치킨 (1.5.6.12.13.15.16.18) · 마늘햄구이/케첩 (6.10.12.13) · 배추김치(9.13) · 동바나나우유(2)	· 친환경찰보리밥 · 소고기무국(2.5.16.18) · 돼지갈비감자찜 (5.6.10.13) · 시금치나물 · 대파해물동그랑땡/케첩 (5.17) · 배추김치(9.13) · 추석악과타르트(1.2.5.6)				
				· 친환경백미밥 · 청경채된장국(5.6.18) · 산적데리야끼조림 (1.2.5.6.10.13.15.16.18) · 오이도라지초무침(5.6) · 돈육야채볶음 (5.6.10.13.18) · 깍두기(9.13)	· 친환경잡곡밥(5) · 돈육김치찌개 (5.6.9.10.13.18) · 건취나물볶음(5.6.13) · 단호박부추전(1.2.6) · 치킨까스/어니언소스 (1.5.6.12.13.15.18) · 배추김치(9.13)					
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	
1) 쌀				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
2) 배추				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
3) 고춧가루				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
4) 콩/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/호주산	국내산(한우)/호주산	국내산(한우)/호주산	국내산(한우)/호주산	국내산(한우)/호주산	국내산(한우)/호주산	
돼지고기/가공품				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	
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
양고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
넙치/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
조피볼락/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
참돔/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
미꾸라지/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
뱅장어/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
낙지/가공품				베트남	베트남	베트남	베트남	베트남	베트남	
5)명태/가공품				러시아	러시아	러시아	러시아	러시아	러시아	
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
갈치/가공품				세네갈	세네갈	세네갈	세네갈	세네갈	세네갈	
오징어/가공품				국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
다랑어/가공품				원양산	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산	
아귀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
주꾸미/가공품				베트남	베트남	베트남	베트남	베트남	베트남	
가리비/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
우렁행이/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
전복/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
방어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
부세/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	
에너지(kcal)	730.47	730.47	8.0	799.3	735.8	832.1				
탄수화물(g)			52.5	95.6	101.8	111.8				
단백질(g)	19.32	19.32	17.6	33.4	38.1	32.1				
지방(g)			29.9	32.6	18.6	26.9				
비타민 A(mg)	151.94	219.61	240.3	116.5	497.5	107.0				
티아민(mg)	0.31	0.37	0.6	0.6	0.6	0.7				
리보플라빈 (mg)	0.34	0.41	0.7	0.7	0.9	0.4				
비타민 C(mg)	26.70	33.40	83.5	229.4	4.1	17.2				
칼슘(mg)	234.00	267.00	290.7	153.2	664.7	54.1				
철분(mg)	3.70	4.70	4.0	4.8	3.9	3.3				

\* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

\* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

\* 주 평균 섭취량은 월요일부터 금요일까지의 영양량의 평균입니다.

\* 식재료 원산지

1) 쌀: 쌀, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찹쌀, 현미, 흑미 및 찰쌀을 포함)

2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 배추/열갈이배추/봄동배추

3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루

4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품

5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.게, 09.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산류, 14.호두, 15.달고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣