

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

서영여자고등학교

주간 학교급식 영양량				6월 1일(수)	6월 2일(목)	6월 3일(금)	6월 4일(토)	6월 5일(일)
				· 친환경백미밥 · 누룽지 · 들나물/초장 · 크리스피치킨까스/머스터드(1.5.6.13.15.18.) · 배추김치(9.13.) · 크랜베리아몬드그레인라/우유(2.4.5.6.13.)	· 참치야채죽(5.13.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 초코칩스/우유(2.5.6.13.) · 청포도 · 햄치즈샌드위치(1.2.5.6.10.13.)	· 친환경백미밥 · 새알만두떡국(1.5.6.10.13.16.18.) · 돼지훈제부추볶음(5.6.10.13.18.) · 고구마치즈그라탕(1.2.5.13.) · 배추김치(9.13.) · 아몬드후레이크/우유(2.5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 배추된장국(5.6.18.) · 산적데리야끼조림(1.2.5.6.10.13.15.16.18.) · 청포묵상추무침(5.) · 마늘쫄면치볶음(5.6.13.18.) · 깍두기(9.13.)	
				· 친환경백미밥 · 어묵무국(1.5.6.13.16.) · 참나물무침 · 돈육깨잎볶음(10.) · 카레순살방어구이 · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 맑은미역국(13.) · 두부양념조림(5.6.13.) · 건취나물볶음 · 돈육콩나물불고기(5.6.10.) · 배추김치(9.13.) · 브라우니(1.2.5.6.13.16.)	· 추가밥 · 크림커리우동(2.5.6.10.13.16.) · 꼬들단무지무침 · 달고치/양념소스(5.6.12.13.15.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 의성사쪽마늘빵(2.5.6.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 얼큰북어국(13.) · 오리훈제/머스타드(1.5.13.) · 열무된장무침 · 파래오징어까스/케첩(1.5.6.12.13.17.18.) · 배추김치(9.13.)	
				· 친환경잡곡밥(5.) · 아욱된장국(5.6.18.) · 비엔나케첩조림(2.6.10.12.13.15.) · 돈육찹스테이크(1.2.5.6.10.12.13.16.) · 애호박고지나물(13.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 얼큰김치국(9.13.18.) · 치커리겉절이(5.6.13.) · 어묵피망볶음(1.5.6.13.16.) · 조랭이떡닭볶음(5.6.15.) · 깍두기(9.13.)	· 친환경백미밥 · 콩나물달걀국(1.5.) · 시래기나물(5.6.13.18.) · 오징어야채볶음/소면(1.5.6.13.17.) · 바사삭나초치킨너겟(1.2.5.6.12.13.15.) · 배추김치(9.13.)		
식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루	국내산/국내산	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)	국내산(한우)/수입산(호주산)
돼지고기/가공품	국내산/국내산	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	국내산/국내산
오리고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
뱅장어/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품	수입산(베트남)	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)	수입산(러시아)
고등어/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품	수입산(세네갈)	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	국내산/수입산
꽃게/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
두부/콩	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다랑어	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산
아귀	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
꾸꾸미	수입산(베트남)	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
에너지(kcal)	730.47	730.47	10.1		640.0	755.5	987.7	758.0
탄수화물(g)			53.9		85.1	105.1	140.7	83.4
단백질(g)	19.32	19.32	20.4		40.4	35.4	39.3	33.3
지방(g)			25.7		14.5	21.0	30.5	39.0
비타민 A(R.E)	151.94	219.61	209.8		90.2	116.6	125.3	199.2
티아민(mg)	0.31	0.37	0.6		0.5	0.5	0.7	0.4
리보플라빈(mg)	0.34	0.41	0.5		0.4	0.6	0.5	0.4
비타민 C(mg)	26.57	33.39	14.0		8.3	3.2	21.1	29.9
칼슘(mg)	234.00	267.00	154.8		89.4	120.3	130.6	103.6
철분(mg)	3.65	4.63	5.7		2.8	4.7	13.8	4.0

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