

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

서영여자고등학교

주간 학교급식 영양량				4월 29일(월)	4월 30일(화)						
				· 친환경백미밥 · 소고기야채죽 16. · 계란장조림 1.5.6.13. · 옥수수전 2.5.6.13. · 배추김치 9.13. · 초코머핀 1.2.5.6.13.	· 친환경잡곡밥 5. · 누룽지 · 오리훈제숙주무침 5.6.13.18. · 달걀옷식빵토스트 1.2.5.6.13. · 고구마치즈그라탕 1.2.5.13. · 배추김치 9.13.						
				· 친환경기장밥 · 참치김치찌개 9.13.18. · 콩나물겨자무침 1.5.6.8.13. · 달걀야채볶음 1. · 고추송송치킨/양념소스 1.5.6.12.15.16.18. · 깍두기 9.13. · 치즈케이크 1.2.5.6.13.	· 친환경보리밥 · 열무된장국 5.6.18. · 단호박닭볶음 15. · 느타리버섯들깨탕 · 소시지브로콜리볶음 2.5.6.10.15.18. · 배추김치 9.13. · 카카오봇세 2.5.6.13.						
				· 친환경백미밥 · 열갈이된장국 5.6.18. · 돈육표고야채볶음 10.13. · 햄전/케첩 1.2.6.10.12.13. · 배추김치 9.13. · 떠먹는요구르트(블루베리) 2.	· 친환경잡곡밥 5. · 오징어무국 17. · 마카로니샐러드 1.5.6.13. · 고구마치즈돈까스/소스 1.2.5.6.12.13.16.18. · 갈치구이 13. · 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
뱀장어/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				수입산/연두부:국내산	수입산/연두부:국내산	수입산/연두부:국내산	수입산/연두부:국내산	수입산/연두부:국내산	수입산/연두부:국내산	수입산/연두부:국내산	수입산/연두부:국내산
콩				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
비고											
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	750.00	750.00	4.5	822.6	744.4						
탄수화물(g)			48.4	89.8	87.2						
단백질(g)	19.00	19.00	26.5	56.4	40.7						
지방(g)			25.1	11.6	29.2						
비타민 A(R.E)	165.45	232.45	270.3	298.0	242.5						
티아민(mg)	0.28	0.34	0.5	0.3	0.7						
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.6	0.6	0.6						
비타민C(mg)	25.00	33.40	41.7	21.8	61.6						
칼슘(mg)	244.87	293.96	133.1	132.7	133.5						
철분(mg)	3.97	5.34	5.9	7.8	3.9						

* 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)