

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

서영여자고등학교

주간 학교급식 영양량					6월 17일(월)	6월 18일(화)	6월 19일(수)	6월 20일(목)	6월 21일(금)	6월 22일(토)	6월 23일(일)
					· 친환경백미밥 · 어묵무국 1.5.6.13.16. · 오레오오즈/우유 2.5.6.13. · 연두부/양념장 5. · 납작그릴스테이크/소스 1.2.5.6.10.12.13.15.16. · 배추김치 9.13.	· 친환경백미밥 · 누룽지 · 숙주맛살무침 1.5.6.13. · 스크램블에그 1. · 피자토스트 1.2.5.6.10.12.13. · 배추김치 9.13.	· 친환경잡곡밥 5. · 브로콜리소스 2.5.6.13.16. · 케이준샐러드 1.2.5.6.13.15.18. · 미트볼그라탕 1.2.5.6.10.12.13.15.16. 18. · 배추김치 9.13. · 크루와상/딸기잼	· 친환경잡곡밥 5. · 두부미역국 5.13. · 무말랭이무침 13. · 오리훈제부추무침 5.6.13.18. · 배추김치 9.13. · 딸기우유 2.	· 친환경잡곡밥 5. · 닭야채국 15. · 참나물무침 · 야끼소바볶음우동 5.6.9.12.17.18. · 배추김치 9.13. · 방울토마토 12.	· 친환경백미밥 · 누룽지 · 초코칩스/우유 2.5.6.13. · 메추리알장조림 1.5.6.13. · 동그랑땡전 1.2.5.6.10.15.16. · 배추김치 9.13.	
					· 친환경기장밥 · 김가루떡만두국 1.5.6.10.13.16.18. · 부추겉절이 · 콩나물불고기 5.10. · 마늘햄구이/케첩 6.10.12.13. · 배추김치 9.13. · 치즈케이크 1.2.5.6.13.	· 뽕팥콩카레라이스 1.2.5.6.8.10.13.16.18. · 미역미소된장국 5.6.13.18. · 단무지무침 · 치킨텐더/요거트소스 1.2.5.6.13.15. · 배추김치 9.13. · 청포도플러도 5.	· 친환경흑미밥 · 김치콩나물국 5.9.13.18. · 고등어무조림 5.6.7. · 상추겉절이 · 볶음닭갈비 15. · 깍두기 9.13. · 오렌지	· 친환경보리밥 · 청국장찌개 5.9.13.18. · 콩나물무침 5. · 돈육버섯볶음 10. · 새우튀김도파야물 1.2.5.6.9.10.12.13. · 배추김치 9.13. · 마카롱 1.2.5.6.13.	· 추가밥 · 잔치국수/양념장 5.6.9.13.18. · 고추송송치킨/양념소스 1.5.6.12.15.16.18. · 딸깍스테인크/소스 1.2.5.6.10.12.13.15.16. · 배추김치 9.13. · 수제자몽에이드 5.13.	· 친환경백미밥 · 아욱된장국 5.6.18. · 파래김자반 · 진미채조림 5.6.13.17. · 치킨까스/머스터드 1.5.6.13.15.18. · 배추김치 9.13.	
					· 친환경잡곡밥 5. · 두부된장국 5.6.18. · 오이무침 · 생선까스/타르소스 1.2.5.6.13.18. · 닭강치볶음 15. · 배추김치 9.13.	· 친환경백미밥 · 돈육김치찌개 9.10.13.18. · 실곤약야채무침 13. · 느타리버섯들깨볶음 · 탕수육/소스 1.5.6.10.12.13.16.18. · 깍두기 9.13.	· 친환경잡곡밥 5. · 어묵매운국 1.5.6.13.16. · 건파래쪽파무침 · 떡갈비데리야끼조림 2.5.6.10.13.15.16.18. · 타래과맛탕 3.5.13. · 배추김치 9.13.	· 친환경잡곡밥 5. · 나가사끼수제비(소) 5.6.10.12.17.18. · 돈육김치볶음 9.10.13.18. · 건새우호박볶음 9.13. · 미니돈까스/케첩 1.5.6.10.13.15.16. · 배추김치 9.13.	· 친환경백미밥 · 들깨배추국 · 호박부추전 1.2.6. · 치킨너겟/머스타드 1.2.5.6.13.15.16.18. · 배추김치 9.13. · 레몬크림치즈파이 1.2.5.6.13.		
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
뽕장어/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					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
비고											
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	750.00	750.00	6.1	821.5	779.0	788.4	775.5	855.5	756.3		
탄수화물(g)			54.9	91.6	108.5	119.6	89.5	119.1	91.7		
단백질(g)	19.00	19.00	21.1	33.8	38.1	52.2	30.7	37.0	46.9		
지방(g)			24.0	32.9	18.1	9.4	22.6	15.9	21.3		
비타민 A(R.E)	165.45	232.45	226.7	279.1	182.3	285.2	60.9	295.6	257.0		
티아민(mg)	0.28	0.34	0.7	1.1	0.4	0.7	1.1	0.3	0.3		
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.5	0.5	0.9	0.7	0.4	0.3	0.3		
비타민C(mg)	25.00	33.40	37.4	25.7	31.5	87.9	25.7	39.2	14.3		
칼슘(mg)	244.87	293.96	137.4	72.4	229.6	137.0	149.5	94.4	141.7		
철분(mg)	3.97	5.34	5.4	4.8	5.9	4.7	5.0	6.1	5.9		

\* 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)