

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

서영여자고등학교

주간 학교급식 영양량				7월 12일(월)	7월 13일(화)	7월 14일(수)	7월 15일(목)	7월 16일(금)	7월 17일(토)	7월 18일(일)
				· 친환경백미밥 · 누룽지 · 코코슈레드멘츠카스/소스 (1.2.5.6.10.12.13.18.) · 깻잎등그랑땡/케첩 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.) · 배추김치(9.13.) · 녹차롤케이크	· 친환경백미밥 · 열무된장국(5.6.18.) · 간장무채장아찌 (5.6.8.9.18.) · 돈육김치볶음 (9.10.13.18.) · 스크램블에그(1.) · 깻두기(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 소고기무국(2.5.16.18.) · 산적데리야끼조림 (1.2.5.6.10.13.15.16.18.) · 어묵피망볶음 (1.5.6.13.16.) · 배추김치(9.13.) · 소프트치즈케이크 (1.2.5.6.13.)				
				· 추가밥 · 열무물냉면/겨자소스 (1.3.5.6.9.13.16.) · 아삭이교추된장무침 · 콩고물쫄면떡볶이 (1.5.6.10.12.13.18.) · 배추김치(9.13.) · 모듬컵과일	· 크림스프 (2.5.6.13.16.) · 눈꽃치즈미트스파게티 (1.2.5.6.10.12.13.18.) · 어란알샐러드/블루베리드레싱(13.) · 고구마스트링롤카스/후르츠소스 (1.2.5.6.11.12.13.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 베스킨라빈스아이스크림(1.2.5.)					
				· 친환경잡곡밥(5.) · 감자수제비국(5.6.) · 건취나물볶음 · 고추바사삭치킨/양념소스 (1.5.6.12.13.15.16.18.) · 카레갈치구이 (2.5.6.13.16.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 열큰대구탕 · 연근조림(5.6.13.18.) · 돈육숙주볶음 (5.6.9.10.12.13.17.18.) · 새우볼/칠리소스 (1.5.6.9.12.13.16.18.) · 깻두기(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
뱅장어/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/콩				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다량어				원양산	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산
아귀				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
주꾸미				수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)	수입산(베트남)
비고										
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	권장 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	730.47	730.47	26.7	968.5	882.0	705.0				
탄수화물(g)			61.7	178.3	110.9	98.2				
단백질(g)	19.32	19.32	10.7	22.8	27.3	29.8				
지방(g)			27.6	20.3	37.1	21.6				
비타민 A(RE)	151.78	219.41	195.9	86.1	305.6	275.5				
티아민(mg)	0.31	0.37	0.6	0.8	0.4	0.7				
리보플라빈(mg)	0.35	0.40	0.7	0.9	0.5	0.4				
비타민 C(mg)	26.57	33.40	17.5	22.5	12.5	11.0				
칼슘(mg)	231.97	266.21	253.3	222.5	284.1	132.7				
철분(mg)	3.65	4.63	9.1	14.8	3.3	7.4				

* 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) ⑳걔