

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				06월 30일(월)	07월 01일(화)	07월 02일(수)	07월 03일(목)	07월 04일(금)
				· 친환경쌀밥 · 옥수수스프 (2.5.6.13.16) · 셀러리장아찌 · 계란후라이(1) · 치즈함박스테이크 (1.2.5.6.10.12.13. 15.16.18) · 배추김치(9)	· 친환경쌀밥 · 호박익힌장국 (5.6.9) · 애호박나물 · 카레닭살볶음 (2.5.6.12.13.15.16 ) · 콘치즈구이 (1.2.5.13) · 배추김치(9)	· 친환경쌀밥 · 순두부찌개 (5.6.9.10.13) · 사각어묵조림 (1.5.6) · 돼지고기굴소스볶 음(5.6.10.13.18) · 배추김치(9)	· 고추장계란밥 (1.5.6) · 팽이버섯된장국 (5) · 베이컨아스파라거 스볶음(10) · 감자고로케 (1.6.12) · 배추김치(9)	· 친환경쌀밥 · 맛살계란탕(1) · 등갈비바베큐조림 (1.2.5.6.10.12.13) · 순대볶음 (2.5.6.10.13.16) · 배추김치(9)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산
돼지고기/가공품				국내산/국내산, 미국산	국내산/국내산, 미국산	국내산/국내산, 미국산	국내산/국내산, 미국산	국내산/국내산, 미국산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품				국내산/국내산,미 국산	국내산/국내산,미 국산	국내산/국내산,미 국산	국내산/국내산,미 국산	국내산/국내산,미 국산
낙지/가공품				중국산, 베트남산	중국산, 베트남산	중국산, 베트남산	중국산, 베트남산	중국산, 베트남산
명태/가공품				러시아산/러시아 산	러시아산/러시아 산	러시아산/러시아 산	러시아산/러시아 산	러시아산/러시아 산
고등어/가공품				국내산/국내산, 노르웨이산	국내산/국내산, 노르웨이산	국내산/국내산, 노르웨이산	국내산/국내산, 노르웨이산	국내산/국내산, 노르웨이산
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산/페루산, 러시아산	국내산/페루산, 러시아산	국내산/페루산, 러시아산	국내산/페루산, 러시아산	국내산/페루산, 러시아산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
주꾸미/가공품				중국산, 베트남산	중국산, 베트남산	중국산, 베트남산	중국산, 베트남산	중국산, 베트남산
전복/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	896.25	896.25	4.4	904.8	915.8	926.5	900.9	1,030.7
탄수화물(g)			61.4	135.1	140.0	146.0	138.6	141.5
단백질(g)	21.70	21.70	17.2	31.2	42.1	44.0	36.1	43.3
지방(g)			21.4	24.7	18.4	15.6	20.8	29.5
비타민A(μg RAE)	205.75	282.94	172.6	169.3	178.6	70.8	218.2	225.9
티아민(mg)	0.37	0.44	2.3	8.5	0.6	1.1	0.5	0.8
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.5	0.5	0.6	0.4	0.6	0.5
비타민C(mg)	26.59	33.40	18.1	4.6	18.3	9.1	43.5	15.0

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
칼슘(mg)	247.94	297.94	160.5	275.5	206.1	83.2	99.6	138.0
철분(mg)	3.64	4.62	4.0	3.3	2.8	2.4	3.9	7.8

\* 에너지는 권장섭취량의  $\pm 10\%$ , 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: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 찌쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/얼갈이배추/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

※ 2023.7.1.부터 25~29번 추가(「원산지표시법 시행령」 제3조)

\* 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.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				06월 30일(월)	07월 01일(화)	07월 02일(수)	07월 03일(목)	07월 04일(금)
				· 친환경찰보리밥 · 부대찌개 (1.2.5.6.9.10.15.16) · 순살찜닭(15) · 비름나물된장무침 · 고구마크로켓&케첩(1.5.6.12) · 열무김치(9)	· 친환경차조밥 · 매콤콩나물국(5) · 계란찜(1) · 떡갈비참스테이크(1.2.5.6.10.12.13.16) · 깍두기(9) · 암기빵(1.2.5.6)	· 김치볶음밥 (1.2.5.6.9.10.15.16) · 미소된장국(5.6.7.13.18) · 반달단무지 · 군만두&간장양념(1.5.6.10.16.18) · 도시락김 · 열무김치(9)	· 친환경찰흑미밥 · 냉우묵콩가루국(2.5) · 열무나물무침 · 콩나물제육볶음(5.10) · 밥싸먹는햄(1.2.5.6.10.15.16) · 깍두기(9)	· 친환경찰현미밥 · 열갈이된장국 · 두부조림(5) · 볼소세지야채볶음(2.5.6.10.12.15.16) · 배추김치(9) · 콩깨찰편(6)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품				국내산/국내산, 미국산	국내산/국내산, 미국산	국내산/국내산, 미국산	국내산/국내산, 미국산	국내산/국내산, 미국산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품				국내산/국내산, 미국산	국내산/국내산, 미국산	국내산/국내산, 미국산	국내산/국내산, 미국산	국내산/국내산, 미국산
낙지/가공품				중국산, 베트남산	중국산, 베트남산	중국산, 베트남산	중국산, 베트남산	중국산, 베트남산
명태/가공품				러시아산/러시아산	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산
고등어/가공품				국내산/국내산, 노르웨이산	국내산/국내산, 노르웨이산	국내산/국내산, 노르웨이산	국내산/국내산, 노르웨이산	국내산/국내산, 노르웨이산
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산/페루산, 러시아산	국내산/페루산, 러시아산	국내산/페루산, 러시아산	국내산/페루산, 러시아산	국내산/페루산, 러시아산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
주꾸미/가공품				중국산, 베트남산	중국산, 베트남산	중국산, 베트남산	중국산, 베트남산	중국산, 베트남산
전복/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	896.25	896.25	4.6	898.2	1,047.9	918.9	904.9	918.2
탄수화물(g)			62.0	142.7	144.1	135.3	141.4	146.5
단백질(g)	21.70	21.70	16.1	44.0	38.3	28.5	43.7	30.0
지방(g)			21.9	14.7	32.9	26.8	15.2	21.9
비타민A(μg RAE)	205.75	282.94	121.9	191.0	154.5	143.0	63.6	57.6
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	0.6	0.8	0.7	0.9	0.4
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.4	0.5	0.5	0.5	0.4	0.3
비타민C(mg)	26.59	33.40	24.1	21.1	7.2	44.0	11.3	36.7

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
칼슘(mg)	247.94	297.94	184.4	291.8	100.4	223.4	137.5	168.7
철분(mg)	3.64	4.62	3.3	3.8	3.4	3.0	3.3	2.9

\* 에너지는 권장섭취량의  $\pm 10\%$ , 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: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 찰쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/얼갈이배추/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

※ 2023.7.1.부터 25~29번 추가(「원산지표시법 시행령」 제3조)

\* 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.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량				06월 30일(월)	07월 01일(화)	07월 02일(수)	07월 03일(목)	07월 04일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> <li>· 목살필라프</li> <li>· 유부장국</li> <li>· 닭봉오븐구이</li> <li>· 배추김치</li> <li>· 방울카프레제셀러드</li> <li>· 스위트 트로피컬</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 스펀달갈북음밥</li> <li>· 얼큰어묵국</li> <li>· 피자치즈볼</li> <li>· 닭봉오븐구이</li> <li>· 배추김치</li> <li>· 도시락김</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친환경쌀밥</li> <li>· 돼지고기김치찌개</li> <li>· 달걀말이</li> <li>· 콕찍어돈까스</li> <li>· 배추김치</li> <li>· 김자반</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친환경쌀밥</li> <li>· 물냉면</li> <li>· 쫄면이북만두</li> <li>· 도토리묵무침</li> <li>· 간장볼고기</li> <li>· 열무김치</li> </ul>	
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
낙지/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	896.25	896.25	7.5	977.8	1,028.9	901.4	946.4	
탄수화물(g)			59.7	135.8	138.1	138.3	147.4	
단백질(g)	21.70	21.70	18.0	38.7	46.1	40.0	44.3	
지방(g)			22.3	29.1	29.2	17.4	17.3	
비타민A(㎍ RAE)	205.75	282.94	208.0	257.0	264.1	128.1	182.8	
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	0.6	0.4	0.5	1.2	
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.6	0.6	0.4	0.4	0.9	
비타민C(mg)	26.59	33.40	15.2	26.3	20.5	4.5	9.4	
칼슘(mg)	247.94	297.94	180.0	202.2	217.8	102.7	197.1	
철분(mg)	3.64	4.62	3.9	3.3	3.1	3.1	6.0	

\* 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: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 찌쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/얼갈이배추/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

※ 2023.7.1.부터 25~29번 추가(「원산지표시법 시행령」 제3조)

\* 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.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣