

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				03월 31일(월)	04월 01일(화)	04월 02일(수)	04월 03일(목)	04월 04일(금)	04월 05일(토)	04월 06일(일)
				· 친환경쌀밥 · 미트볼케찹소 림 (1.2.5.6.10.12 .15.16) · 베이컨스크램 블에그 (1.2.5.10) · 배추김치(9) · 체크초코&흰 우유(1.2.5.6)	· 친환경쌀밥 · 김치수제비국 (5.6.9) · 열갈이나물 · 궁중떡볶이 (13.16) · 돼지고기애느 타리볶음(10) · 배추김치(9)	· 친환경쌀밥 · 유부김치찌개 (5.9) · 닭데리아끼조 림 (5.6.13.15.18) · 볼소세지야채 볶음 (2.5.6.10.12.1 5.16) · 배추김치(9) · 껌어먹는요거 트(2)	· 친환경쌀밥 · 소고기탕국 (5.16) · 두부조림(5) · 아욱나물 · 고구마치즈매 콤닭너비아니 (1.2.5.6.10.15 .16) · 배추김치(9)	· 친환경쌀밥 · 얼큰새우탕 (9.13) · 썩갠두부우침 (5) · 스펀김치볶음 (1.2.5.6.9.10. 15.16) · 아몬드썩썩카 레순살고등어 (5.6.7) · 배추김치(9)		
식재료				원산지	원산지	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	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
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/미국산	국내산/미국산	국내산/미국산		
낙지/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	896.25	896.25	-0.6	953.5	805.8	1,012.2	881.9	803.1		
탄수화물(g)			51.7	142.4	136.7	122.2	90.0	81.2		
단백질(g)	21.70	21.70	20.0	27.6	39.8	66.2	43.3	44.5		
지방(g)			28.4	28.4	10.0	28.2	38.4	34.8		
비타민A(㎍ RAE)	205.75	282.94	173.5	420.1	59.0	236.9	79.3	72.3		
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	1.1	0.9	0.7	0.2	0.7		
리보플라빈 (mg)	0.47	0.56	0.7	1.0	0.4	0.9	0.5	0.5		
비타민C(mg)	26.59	33.40	26.3	54.2	7.8	37.5	9.3	22.7		
칼슘(mg)	247.94	297.94	228.8	359.1	65.6	294.4	252.6	172.1		
철분(mg)	3.64	4.62	3.4	3.9	2.1	5.0	3.1	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

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 31일(월)	04월 01일(화)	04월 02일(수)	04월 03일(목)	04월 04일(금)	04월 05일(토)	04월 06일(일)
				· 친환경 수수밥 · 나가사끼짬뽕국 (6.9.13.17.18) · 갈비만두 (5.6.10.13.16) · 오이참깨소스무침(1.5) · 유린기 (1.2.5.6.13.15) · 배추김치(9)	· 친환경찰현미밥 · 돼지고국밥&다대기 (9.10.15.16) · 부추겉절이 · 만두강정 (1.5.6.10.12.13.16.18) · 열무김치(9) · 쌀과자 (1.2.5.6) · 배추김치(9)	· 봄나물비빔밥 &약고추장 (5.16) · 미소된장국 (5.6.7.13.18) · 계란후라이 (1) · 야채고로케 (1.5.6.10) · 배추김치(9) · 열무김치(9) · 나랑드제로사이다	· 친환경찰흑미밥 · 들깨미역국 · 계란찜(1) · 주꾸미돈육볶음(1.5.10.13) · 배추김치(9) · 고르곤졸라피자(2.5.6) · 쌀무 · 오렌지	· 친환경차조밥 · 조랭이떡국 (1.16) · 떡갈비조림 (1.5.6.10.12.13.16) · 감자채볶음 · 배추김치(9) · 식목일방케이크(1.2.5.6) · 오렌지		
식재료				원산지	원산지	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	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
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/미국산	국내산/미국산	국내산/미국산		
낙지/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	896.25	896.25	-1.3	819.5	895.8	675.9	1,041.1	990.9		
탄수화물(g)			56.0	128.0	116.1	84.4	115.3	165.8		
단백질(g)	21.70	21.70	16.7	35.0	40.7	25.5	54.3	26.3		
지방(g)			27.3	16.0	28.8	25.1	37.8	24.2		
비타민A(㎍RAE)	205.75	282.94	124.8	46.8	59.1	227.6	226.3	64.3		
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	0.4	1.1	0.3	1.1	0.4		
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.4	0.2	0.4	0.6	0.8	0.2		
비타민C(mg)	26.59	33.40	24.2	18.6	7.6	26.6	7.6	60.5		
칼슘(mg)	247.94	297.94	161.7	81.9	149.7	229.8	274.5	72.4		
철분(mg)	3.64	4.62	3.9	2.0	6.7	4.7	4.3	1.8		

\* 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 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				03월 31일(월)	04월 01일(화)	04월 02일(수)	04월 03일(목)	04월 04일(금)	04월 05일(토)	04월 06일(일)
				· 친환경쌀밥 · 어묵매운탕 (1.5.6) · 상추사과무침 · 닭봉오븐구이 (6.12.13.15) · 소시지브리또 (1.2.5.6.10.12.13) · 배추김치(9)	· 친환경쌀밥 · 들기름막국수 · 김치콩나물국 (5.9) · 숯불불고기 (10) · 배추김치(9) · 자몽허니블랙 티(13)	· 친환경쌀밥 · 오징어호박찌 개(5.9.17) · 근대된장무침 · 고추잡채&또 띠아 (2.5.6.10.13.18) · 로제닭갈비 (2.5.6.12.13.15) · 배추김치(9)	· 친환경쌀밥 · 순두부찌개 (5.6.9.10.13) · 부추양파무침 · 참치김치전 (1.5.6.9.13) · 떡갈비 *(1.2.5.6.10.12.15.16) · 배추김치(9)	· 친환경쌀밥 · 야깨우동 (5.6.10.13) · 배추된장국 (5.6) · 세발나물무침 · 용가리가스 (1.5.6.15.18) · 배추김치(9)		
식재료				원산지	원산지	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	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
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	국내산/미국산	국내산/미국산	국내산/미국산		
낙지/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	896.25	896.25	-0.4	854.9	1,057.3	913.3	876.5	761.0		
탄수화물(g)			59.7	132.7	147.9	100.0	141.8	127.8		
단백질(g)	21.70	21.70	21.6	36.2	68.0	64.6	33.8	32.2		
지방(g)			18.7	17.1	18.4	25.3	18.0	11.8		
비타민A(㎍ RAE)	205.75	282.94	105.5	90.8	7.8	283.7	80.8	64.3		
티아민(mg)	0.37	0.44	1.1	1.2	1.5	1.7	0.6	0.5		
리보플라빈 (mg)	0.47	0.56	0.4	0.2	0.4	0.6	0.6	0.3		
비타민C(mg)	26.59	33.40	14.5	3.7	32.3	14.2	5.8	16.2		
칼슘(mg)	247.94	297.94	104.6	95.4	86.4	169.2	94.4	77.8		
철분(mg)	3.64	4.62	3.1	2.2	4.5	3.3	3.1	2.2		

\* 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