

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				05월 05일(월)	05월 06일(화)	05월 07일(수)	05월 08일(목)	05월 09일(금)
						• 간장계란밥 (1.5.6) • 우동장국 (1.2.5.6.7.9.13.18) • 취나물된장무침 • 라운드스팸구이 (1.2.5.6.10.12.15.16) • 배추김치(9)	• 친환경쌀밥 • 김치콩나물국 (5.9) • 돼지갈비찜(2.10) • 마파두부 (5.6.10.12.13.18) • 모듬부각(5.6) • 배추김치(9)	• 친환경쌀밥 • 소고기미역국(16) • 콩나물무침(5) • 멘치카츠 (1.2.5.6.12.13.15.18) • 도시락김 • 배추김치(9)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품						국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품						국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품						국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품						국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품						국내산/미국산	국내산/미국산	국내산/미국산
낙지/가공품						국내산	국내산	국내산
고등어/가공품						국내산	국내산	국내산
갈치/가공품						국내산	국내산	국내산
오징어/가공품						국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품						국내산	국내산	국내산
참조기/가공품						국내산	국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	896.25	896.25	8.2			916.1	1,068.0	925.2
탄수화물(g)			57.6			135.3	142.9	127.7
단백질(g)	21.70	21.70	16.0			33.0	46.4	33.0
지방(g)			26.4			22.9	31.0	28.7
비타민A(μg RAE)	205.75	282.94	103.9			209.3	47.0	55.4
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7			0.5	1.2	0.5
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.5			0.7	0.5	0.2
비타민C(mg)	26.59	33.40	18.2			28.7	18.0	7.7
칼슘(mg)	247.94	297.94	90.6			114.4	111.8	45.7
철분(mg)	3.64	4.62	3.1			4.0	3.1	2.2

* 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

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				05월 05일(월)	05월 06일(화)	05월 07일(수)	05월 08일(목)	05월 09일(금)
						· 추가밥 · 마제소바 (5.6.7.10.12.13.18) · 유부무국(5) · 공심채볶음 · 레몬간소새우 (1.5.6.9.13) · 배추김치(9) · 연유갈릭토스트 (2.5.6)	· 친환경찰흑미밥 · 짬뽕국 (6.9.10.13.17.18) · 동파육(10) · 청경채무침 · 빨간잡채(1.5.6) · 총각김치(9)	· 친환경차수수밥 · 열무된장국(5.6) · 목은지닭볶음탕 (9.15) · 에그랑뎡 (1.2.5.6.10.15.16) · 배추김치(9) · 친환경바람떡
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품						국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품						국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품						국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품						국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품						국내산/미국산	국내산/미국산	국내산/미국산
낙지/가공품						국내산	국내산	국내산
고등어/가공품						국내산	국내산	국내산
갈치/가공품						국내산	국내산	국내산
오징어/가공품						국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품						국내산	국내산	국내산
참조기/가공품						국내산	국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	896.25	896.25	12.8			1,006.8	951.9	1,074.5
탄수화물(g)			57.2			136.9	139.8	145.9
단백질(g)	21.70	21.70	18.4			41.1	45.9	48.8
지방(g)			24.4			30.2	20.0	30.0
비타민A(μg RAE)	205.75	282.94	130.7			62.5	141.1	188.6
티아민(mg)	0.37	0.44	0.9			0.7	1.1	0.8
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.4			0.4	0.3	0.6
비타민C(mg)	26.59	33.40	12.2			13.4	14.9	8.3
칼슘(mg)	247.94	297.94	148.5			124.0	108.4	213.0
철분(mg)	3.64	4.62	4.1			2.6	4.5	5.1

* 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

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량				05월 05일(월)	05월 06일(화)	05월 07일(수)	05월 08일(목)	05월 09일(금)
						<ul style="list-style-type: none"> 새우볶음밥 고기짬뽕 달걀말이 군만두 배추김치 단무지 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경쌀밥 소고기무국 미나리된장우침 고추장제육볶음 용가리치킨&머스타드s 배추김치 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경쌀밥 두부미역된장국 돼지불고기 배추김치 따옴 오가닉 옐로우 오리치폴레브리토
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품						국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품						국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품						국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품						국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품						국내산	국내산	국내산
낙지/가공품						국내산	국내산	국내산
고등어/가공품						국내산	국내산	국내산
갈치/가공품						국내산	국내산	국내산
오징어/가공품						국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품						국내산	국내산	국내산
참조기/가공품						국내산	국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	896.25	896.25	0.5			903.9	899.3	898.8
탄수화물(g)			60.0			144.1	122.8	133.9
단백질(g)	21.70	21.70	19.1			43.1	43.1	41.3
지방(g)			20.9			17.2	24.1	20.6
비타민A(μg RAE)	205.75	282.94	175.1			245.5	116.0	163.7
티아민(mg)	0.37	0.44	0.9			0.6	0.9	1.2
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.4			0.6	0.4	0.4
비타민C(mg)	26.59	33.40	28.3			21.3	16.1	47.3
칼슘(mg)	247.94	297.94	146.3			183.6	100.5	154.9
철분(mg)	3.64	4.62	5.5			10.4	2.4	3.8

* 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