학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교 (조식)

주간 학교급식 영양량	12월 11일(월)	12월 12일(화)	12월 13일(수)	12월 14일(목)	12월 15일(금)	12월 16일(토)	12월 17일(일)
	・소고기야채죽(16) ・깻잎장아찌 ・계란후라이(1) ・배추김치(9) ・오레오오즈&흰우유(2.5.6) ・팬케이크&메이플시럽(1.2.5.6)	・친환경쌀밥 ・얼큰새우탕(9.13) ・야채찐빵(1.2.5.6) ・미트볼케첩조림(1.2.5.6.10.12.15.16) ・베이컨감자볶음(10) ・배추김치(9)	・친환경쌀밥 ・호박고추장찌개(5) ・연근조림(13) ・계란찜(1) ・수제떡갈비(5.6.10.15.16.18) ・배추김치(9)	・친환경쌀밥 ・김치갈비찌개(5.6.9.10) ・오븐에구운닭봉(1.2.5.12.13.15) ・네모랑땡(1.2.5.6.10.15.16) ・배추김치(9) ・드링킹요구르트(2)	・친환경쌀밥 ・콩가루배추국(5.6) ・명엽채조림 ・토마토치킨스튜(2.5.6.12.13.15) ・밥싸먹는햄(1.2.5.6.10.15.16) ・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/미국산	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)	900.00	900.00	-17.2	561.8	865.9	781.4	765.9	751.2		
탄수화물(g)			52.3	65.3	111.4	94.3	97.5	106.6		
단백질(g)	21.70	21.70	21.0	23.3	35.8	39.3	43.6	49.0		
지방(g)			26.6	22.3	29.0	25.8	19.6	10.9		
비타민A(㎍ RAE)	207.00	284.00	146.6	308.1	55.7	128.6	83.0	157.4		
티아민(mg)	0.37	0.44	0.6	0.3	0.4	1.2	0.5	0.6		
리보플라빈(mg)	0.47	0.57	0.5	0.8	0.3	0.6	0.4	0.5		
비타민C(mg)	26.70	33.40	20.1	6.6	44.7	19.9	4.4	25.0		
칼슘(mg)	250.00	300.00	203.0	440.9	144.5	98.5	188.7	142.6		
철분(mg)	3.70	4.70	3.0	4.1	2.2	4.1	1.4	3.1		

* 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 찹쌀, 현미, 흑미 및 찐쌀을 포함)
  2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 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)

	12월 11일(월)	12월 12일(화)	12월 13일(수)	12월 14일(목)	12월 15일(금)	12월 16일(토)	12월 17일(일)
주간 학교급식 영양량	·찰보리밥 ·설렁탕(5.6.16) ·닭볶음탕(15) ·부추전(6) ·깍두기(9) ·배추김치(9) ·귤	·찰흑미밥 ·돈육김치찌개(5.9.10) ·두부조림(5) ·돈사태떡찜(10) ·배추김치(9) ·프렌치토스트&딸기잼(1.2.5.6.13)	·지코바치킨(2.5.6.12.13.15) ·유부무국(5) ·양배추샐러드&키위D(1.2.5.6.13) ·고감콘고로케(1.2.5.6.12) ·배추김치(9) ·바나나	·찰현미밥 ·누룽지탕 ·오이고추된장무침 ·김치잡채(1.5.6.9) ·돼지고기마늘구이(10) ·파김치(9)	·차조밥 ·장터국밥(5.16) ·멸치무조림 ·돈육메추리알장조림(1.10) ·조기구이 ·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/미국산	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)	900.00	900.00	-3.8	818.4	855.7	976.8	850.8	828.6		
탄수화물(g)			59.4	129.9	118.2	135.9	118.9	124.5		
단백질(g)	21.70	21.70	19.0	35.1	39.5	45.1	41.1	39.6		
지방(g)			21.6	15.5	23.1	26.8	20.5	15.5		
비타민A(㎍ RAE)	207.00	284.00	99.7	100.0	142.0	138.8	64.0	53.9		
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	0.6	0.7	0.4	1.0	0.9		
리보플라빈(mg)	0.47	0.57	0.5	0.7	0.7	0.4	0.3	0.5		
비타민C(mg)	26.70	33.40	21.4	33.7	4.7	24.4	25.5	18.8		
칼슘(mg)	250.00	300.00	130.7	108.6	139.9	181.6	101.3	122.1		
철분(mg)	3.70	4.70	3.1	3.8	3.6	2.4	3.3	2.6		

* 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 찹쌀, 현미, 흑미 및 찐쌀을 포함)
  2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 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)

				12월 11일(월)	12월 12일(화)	12월 13일(수)	12월 14일(목)	12월 15일(금)	12월 16일(토)	12월 17일(일)
주간 학교급식 영양량				・통스팸김치볶음밥(1.2.5.6.9.10.15.16) ・어묵무국(1.5.6) ・양배추샐러드&케요네즈(1.5.12) ・양념치킨(6.12.13.15) ・깍두기(9) ・쥬시쿨(복숭아맛)(13)	・친환경쌀밥 ・북어달걀국(1) ・매운감자조림 ・옛날소시지전(1.2.5.6.10.12.15.16) ・크리미어니언치킨텐더(1.2.5.6.15.18) ・배추김치(9)	・친환경쌀밥 ・사골우거지국(5.6.16) ・달걀장조림(1) ・모둠소세지볶음(1.2.5.6.10.15.16) ・배추김치(9) ・오레오츄러스(1.2.5.6)	・친환경쌀밥 ・순두부계란탕(1.5) ・기름떡볶이 ・사천돈육자장볶음(1.5.6.10) ・배추김치(9) ・댄케이크버터쿠키(1.2.4.5.6)			
식재료				원산지	원산지	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/미국산	국내산/미국산	국내산/미국산	국내산/미국산			
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	영양량	영양량
에너지(kcal)	900.00	900.00	3.4	1,162.5	884.3	754.1	921.8			
탄수화물(g)			51.3	129.7	115.9	89.2	133.8			
단백질(g)	21.70	21.70	19.4	56.8	41.1	32.4	46.8			
지방(g)			29.4	44.7	26.8	28.0	19.7			
비타민A(㎍RAE)	207.00	284.00	93.4	137.9	60.2	108.4	67.2			
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	0.8	0.6	0.5	1.0			
리보플라빈(mg)	0.47	0.57	0.6	0.7	0.4	0.5	0.8			
비타민C(mg)	26.70	33.40	55.3	117.3	41.8	55.5	6.6			
칼슘(mg)	250.00	300.00	131.9	173.3	120.3	151.2	82.6			
철분(mg)	3.70	4.70	3.3	3.7	3.0	3.4	3.2			

* 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 찹쌀, 현미, 흑미 및 찐쌀을 포함)
  2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 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