학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교 (조식)

	07월 24일(월)	07월 25일(화)	07월 26일(수)	07월 27일(목)	07월 28일(금)	07월 29일(토)	07월 30일(일)
주간 학교급식 영양량	·친환경쌀밥 ·참치두부조림(5.16.18) ·떡새우완자(1.2.5.6.9.10.12.15.16.18) ·배추김치(9) ·콘푸로스트&흰우유(2.5.6) ·미니초코도넛링(1.2.5.6)	·친환경잡곡밥(5) ·어묵김치국(1.5.6.9) ·새우까스&어니언타르S(1.5.6.9.12.13) ·네모슬라이스햄(1.2.5.6.10.12.15.16) ·배추김치(9) ·과수원(11.12)	·친환경기장밥 ·조랭이떡국(1.16) ·카레닭볶음(2.5.6.12.13.15.16) ·깻잎해물주먹완자(1.2.5.6.9.18) ·배추김치(9) ·드링킹요거트(2)				

식재료	원산지	원산지	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	국내산	국내산	국내산				
2) 배추	국내산	국내산	국내산				
3) 고춧가루	국내산	국내산	국내산				
4) 콩/가공품	국내산/국내산	국내산/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	영양량	영양량
에너지(kcal)	900.00	900.00	-3.3	740.1	876.4	994.3				
탄수화물(g)			59.6	114.5	134.5	135.8				
단백질(g)	21.70	21.70	20.1	26.1	34.8	68.9				
지방(g)			20.3	15.6	21.3	21.2				
비타민A(mg)	207.00	284.00	272.8	325.7	45.5	447.2				
티아민(mg)	0.37	0.44	0.6	0.6	0.5	0.6				
리보플라빈(mg)	0.47	0.57	1.3	2.9	0.2	0.7				
비타민C(mg)	26.70	33.40	21.5	45.3	7.9	11.3				
칼슘(mg)	250.00	300.00	297.3	270.8	111.2	510.0				
철분(mg)	3.70	4.70	4.3	5.8	2.7	4.5				

* 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)

	07월 24일(월)	07월 25일(화)	07월 26일(수)	07월 27일(목)	07월 28일(금)	07월 29일(토)	07월 30일(일)
주간 학교급식 영양량	·찰현미밥 ·김냉국(5.6) ·시금치나물 ·불닭(6.12.13.15) ·콘치즈구이(1.2.5.13) ·배추김치(9) ·포도	·귀리밥 ·한우사골곰탕(13.16) ·오이양파무침 ·수제떡갈비(1.2.5.6.10.12.15.16.18) ·닭봉오븐구이(1.2.5.6.12.13.15) ·석박지 ·황도에빠진바나나(11)					

식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산					
돼지고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산					
닭고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산					
오리고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산					
1) 쌀	국내산	국내산					
2) 배추	국내산	국내산					
3) 고춧가루	국내산	국내산					
4) 콩/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산					
낙지/가공품	국내산	국내산					
고등어/가공품	국내산	국내산					
갈치/가공품	국내산	국내산					
오징어/가공품	국내산	국내산					
꽃게/가공품	국내산	국내산					
참조기/가공품	국내산	국내산					

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	900.00	900.00	3.0	912.3	942.1					
탄수화물(g)			58.6	150.2	126.1					
단백질(g)	21.70	21.70	19.7	42.8	50.0					
지방(g)			21.8	17.9	27.8					
비타민A(mg)	207.00	284.00	198.6	309.3	87.9					
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	0.4	0.9					
리보플라빈(mg)	0.47	0.57	0.7	0.7	0.7					
비타민C(mg)	26.70	33.40	19.5	22.8	16.3					
칼슘(mg)	250.00	300.00	242.4	355.9	128.8					
철분(mg)	3.70	4.70	5.1	4.0	6.1					

* 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 (석식)

	07월 24일(월)	07월 25일(화)	07월 26일(수)	07월 27일(목)	07월 28일(금)	07월 29일(토)	07월 30일(일)
주간 학교급식 영양량	・한우표고볶음밥(5.6.13.16.18) ・미소된장국(5.6.7.13.18) ・연근조림(13) ・오징어링&게찹(12.17) ・배추김치(9) ・콘아이스크림(1.2.4.5.6)	・친환경기장밥 ・육개장(16) ・감자범벅(1.4.5.10.13) ・해물볶음우동(5.6.8.9.13.17.18) ・함박스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18) ・배추김치(9)					

식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산					
돼지고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산					
닭고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산					
오리고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산					
1) 쌀	국내산	국내산					
2) 배추	국내산	국내산					
3) 고춧가루	국내산	국내산					
4) 콩/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산					
낙지/가공품	국내산	국내산					
고등어/가공품	국내산	국내산					
갈치/가공품	국내산	국내산					
오징어/가공품	국내산	국내산					
꽃게/가공품	국내산	국내산					
참조기/가공품	국내산	국내산					

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	900.00	900.00	32.1	1,159.9	1,218.3					
탄수화물(g)			52.2	162.3	145.8					
단백질(g)	21.70	21.70	17.7	54.5	50.1					
지방(g)			30.1	29.7	49.2					
비타민A(mg)	207.00	284.00	216.2	380.2	52.2					
티아민(mg)	0.37	0.44	0.6	0.4	0.8					
리보플라빈(mg)	0.47	0.57	0.4	0.4	0.5					
비타민C(mg)	26.70	33.40	34.6	10.8	58.5					
칼슘(mg)	250.00	300.00	186.2	231.7	140.7					
철분(mg)	3.70	4.70	4.9	4.5	5.3					

* 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