학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교 (조식)

주간 학교급식 영양량	04월 07일(월)	04월 08일(화)	04월 09일(수)	04월 10일(목)	04월 11일(금)
	・친환경쌀밥 ・달걀야채국(1) ・감자카레볶음(2.5.6.12.13.16) ・모둠소세지볶음(1.2.5.6.10.15.16) ・배추김치(9) ・미니크루아상헤이즐넛(1.2.5.6)	・친환경쌀밥 ・수제비국(5.6) ・콩나물돼지불고기(5.10) ・고감콘고로케(1.2.5.6.12) ・배추김치(9) ・청사과에이드(13)	・친환경쌀밥 ・매운두부찌개(5.10) ・볼어묵볶음(1.5.6) ・콩나물무침파채무침(5) ・한우간장불고기(16) ・배추김치(9)	・친환경쌀밥 ・사골우거지국(5.6.16) ・곤약메추리알장조림(1.13) ・멘치카츠(1.2.5.6.12.13.15.18) ・김자반(5) ・배추김치(9)	・베이컨김치볶음밥(9.10) ・콩나물국(5) ・비타민양상추샐러드(1.2.5.6) ・오븐에구운닭봉(1.2.5.12.13.15) ・배추김치(9) ・햄치즈토스트(1.2.5.6.10.13.15.16)

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	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
에너지(kcal)	896.25	896.25	-12.2	662.5	874.2	694.6	818.2	885.1
탄수화물(g)			56.6	93.4	135.3	87.6	98.1	132.6
단백질(g)	21.70	21.70	19.1	26.2	44.1	47.2	32.8	34.7
지방(g)			24.3	19.2	14.9	16.4	32.2	21.5
비타민A(㎍ RAE)	205.75	282.94	90.8	107.5	15.3	33.9	187.5	109.9
티아민(mg)	0.37	0.44	0.6	0.5	0.9	0.4	0.6	0.5
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.4	0.3	0.2	0.6	0.4	0.5
비타민C(mg)	26.59	33.40	24.1	58.0	8.1	10.3	13.7	30.5
칼슘(mg)	247.94	297.94	94.3	68.0	48.6	67.3	127.7	159.8
철분(mg)	3.64	4.62	3.4	2.5	1.7	5.4	5.0	2.4

* 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.

원광고등학교/2025.03.31 16:56/10.36.***.148/이유림

* 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)

주간 학교급식 영양량	04월 07일(월)	04월 08일(화)	04월 09일(수)	04월 10일(목)	04월 11일(금)
	·친환경찰보리밥 ·북어콩나물국(1.5) ·냉이된장무침 ·돈육김치볶음&찐두부(5.9.10) ·스크램블에그(1.2) ·깍두기(9)	·친환경찰현미밥 ·유부무국(5) ·새우얼갈이지짐(9) ·닭갈비(15) ·콘치즈구이(1.2.5.13) ·배추김치(9)	·달걀볶음밥(1.5.6.13.18) ·고기짬뽕(5.6.16) ·반달단무지 ·배추김치(9) ·자장소스(5.6.10.13.16) ·떡갈비또띠아(1.2.5.6.10.12.13.15.16)	·친환경찰흑미밥 ·소고기미역국(16) ·닭데리야끼조림(5.6.13.15.18) ·부추전(6) ·깍두기(9) ·골드키위	·친환경차조밥 ·비빔막국수(소)(3.5.6.16) ·해물된장찌개(5.6.17.18) ·수육(10) ·무말랭이무침 ·배추김치(9) ·야채쌈&쌈장

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	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
에너지(kcal)	896.25	896.25	-3.5	704.3	829.5	985.6	832.5	972.2
탄수화물(g)			55.7	69.5	105.7	148.7	137.6	127.7
단백질(g)	21.70	21.70	24.3	52.3	52.0	38.7	51.7	62.2
지방(g)			20.0	21.8	19.9	25.2	7.0	20.1
비타민A(㎍ RAE)	205.75	282.94	185.0	209.3	224.5	250.2	143.0	97.9
티아민(mg)	0.37	0.44	0.8	0.9	0.5	0.7	0.5	1.3
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	1.6	5.3	0.6	0.5	0.9	0.6
비타민C(mg)	26.59	33.40	41.7	13.1	29.6	25.8	126.1	13.9
칼슘(mg)	247.94	297.94	247.7	261.1	592.4	146.3	115.0	124.0
철분(mg)	3.64	4.62	5.8	8.4	3.9	4.8	6.4	5.5

* 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 (석식)

주간 학교급식 영양량	04월 07일(월)	04월 08일(화)	04월 09일(수)	04월 10일(목)	04월 11일(금)
	・친환경쌀밥 ・장터국밥(5.16) ・오이양파무침 ・소시지어묵볶음(1.2.5.6.10.15.16) ・계란말이(1) ・배추김치(9) ・닭통살꼬치(5.6.12.13.15)	・친환경쌀밥 ・얼큰고추장찌개(5.10) ・미나리숙주나물 ・마라크림우동(2.5.6.10.12.13.15.16.18) ・파불고기(10) ・배추김치(9)	・친환경쌀밥 ・무채콩나물국(5) ・김치도토리묵무침(9) ・양상추치커리오리엔탈D(5.6) ・치즈새우무봤나촌닭(1.2.5.6.9.11.13.15) ・배추김치(9)	・친환경쌀밥 ・콩나물국(5) ・참나물무침 ・제육볶음(10) ・돈까스&소스(1.2.5.6.10.12.16) ・배추김치(9)	・친환경쌀밥 ・닭고기무국(5.15) ・크림떡볶이(2.10) ・매운돼지갈비찜(4.5.10) ・오이양파무침 ・배추김치(9)
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	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
에너지(kcal)	896.25	896.25	6.2	848.4	797.2	877.1	1,045.1	1,189.5
탄수화물(g)			47.8	113.5	94.8	115.5	99.2	133.6
단백질(g)	21.70	21.70	20.1	39.6	42.0	48.3	46.2	58.2
지방(g)			32.1	24.0	25.8	22.6	49.3	44.0
비타민A(㎍ RAE)	205.75	282.94	146.0	174.0	113.3	161.0	83.8	197.9
티아민(mg)	0.37	0.44	0.8	0.4	0.9	0.5	1.0	1.4
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.5	0.6	0.4	0.6	0.4	0.5
비타민C(mg)	26.59	33.40	20.0	17.9	26.5	17.0	13.8	24.6
칼슘(mg)	247.94	297.94	146.7	147.5	159.3	192.9	93.0	141.0
철분(mg)	3.64	4.62	4.3	8.0	2.1	3.8	3.5	4.1

* 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.

원광고등학교/2025.03.31 16:56/10.36.***.148/이유림

* 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