학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교 (조식)

주간 학교급식 영양량	05월 20일(월)	05월 21일(화)	05월 22일(수)	05월 23일(목)	05월 24일(금)	05월 25일(토)	05월 26일(일)
	·참치채소죽(5) ·오리엔탈샐러드(5.6.12) ·코코볼*흰우유(2.5.6) ·크로와상*딸기쨈(1.2.5.6.13)	·친환경쌀밥 ·버섯전골(16) ·소세지채소볶음(2.5.6.10.12.15.16) ·달걀말이(1) ·배추김치(9) ·토핑요구르트(2)	·친환경쌀밥 ·닭곰탕(15) ·진미채조림(5.6.13.17) ·임꺽정떡갈비구이(1.5.6.10.12.13.15.16) ·배추김치(9) ·김자반(5)	·친환경쌀밥 ·감자양파국 ·오리주물럭 ·깻잎주먹완자(1.2.5.6.15.16) ·배추김치(9) ·참다래주스(13)	·친환경쌀밥 ·누룽지탕(17) ·참치마요&김(1.5) ·얼갈이겉절이 ·치킨너겟*머스타드S(1.2.5.6.13.15) ·깍두기(9)	·친환경쌀밥 ·닭살미역국(15) ·매콤돈사태찜(10) ·달걀후라이(1) ·배추김치(9) ·드링킹요구르트(2)	
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	국내산(한우)/국내산	
돼지고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
닭고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
오리고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
1) 쌀/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
2) 배추/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
3) 고춧가루/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
4) 콩/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
낙지/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
고등어/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
갈치/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
오징어/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
꽃게/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
참조기/가공품	국내산	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	-4.7	855.1	808.8	868.8	862.5	876.9	845.4	
탄수화물(g)			57.6	124.8	112.2	121.0	121.6	124.1	132.2	
단백질(g)	21.70	21.70	13.9	27.6	32.3	34.8	25.3	26.0	41.3	
지방(g)			28.4	26.8	24.1	25.6	27.6	28.3	14.6	
비타민A(㎍ RAE)	205.75	282.94	142.8	291.0	81.2	63.6	121.8	156.6	163.5	
티아민(mg)	0.37	0.44	0.9	0.8	0.8	1.5	0.7	0.8	1.2	
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.7	1.8	0.6	0.2	0.3	0.2	0.6	
비타민C(mg)	26.59	33.40	35.9	59.7	34.3	3.1	61.3	21.0	3.3	
칼슘(mg)	247.94	297.94	148.6	294.4	166.4	62.2	85.7	134.4	174.8	
철분(mg)	3.64	4.62	2.9	3.6	2.6	3.7	2.1	2.2	3.0	

* 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/2024.04.26 14:09/10.36.***.148/정인지

* 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	05월 20일(월)	05월 21일(화)	05월 22일(수)	05월 23일(목)	05월 24일(금)	05월 25일(토)	05월 26일(일)
	·친환경차조밥.ㅇ ·조랭이떡국(1) ·마카로니과일샐러드(1.5.6.11) ·불닭볶음(2.5.6.13.15) ·오징어링*케찹(1.5.6.12.17) ·배추김치(9)	·친환경 찰현미밥 ·모듬어묵국(1.5.6) ·콩나물무침(5) ·매운사태찜(1.5.10) ·배추김치(9) ·한입타코야끼(1.5.6.7.13.18)	·후리가케밥(9) ·볶음우동(5.6.7.13.18) ·우동장국(1.2.5.6.7.9.18) ·피카츄돈까스(1.2.5.6.10.12.13) ·배추김치(9) ·초코바닐라크림케이크(1.2.5.6)	·친환경흑미밥 ·동태찌개(2.5.6.8.9.16.17.18) ·청양풍안동찜닭(5.6.13.15) ·멘치까스*케찹(1.5.6.10.12.16) ·도시락김 ·배추김치(9)	·친환경 보리밥 ·경상도식소고기무국(5.16) ·간장제육불고기(10) ·베이컨스크램블에그(1.2.5.10) ·배추김치(9) ·파인애플스틱	·데리야끼닭살덮밥(1.5.6.13.15) ·미소장국(5.6) ·새우살애호박볶음(9.13) ·동그랑땡구이(1.2.5.6.10.15.16) ·배추김치(9) ·과수원음료(2)	
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	국내산(한우)/국내산	
돼지고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
닭고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
오리고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
1) 쌀/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
2) 배추/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
3) 고춧가루/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
4) 콩/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
낙지/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
고등어/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
갈치/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
오징어/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
꽃게/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
참조기/가공품	국내산	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	-4.3	859.8	837.3	863.0	906.3	823.7	811.2	
탄수화물(g)			61.2	135.5	128.5	128.6	120.8	126.4	129.0	
단백질(g)	21.70	21.70	16.7	39.8	39.1	22.0	34.9	39.0	39.2	
지방(g)			22.1	15.2	15.7	28.1	28.1	15.5	14.2	
비타민A(㎍ RAE)	205.75	282.94	110.8	93.1	81.0	101.4	156.2	122.4	118.2	
티아민(mg)	0.37	0.44	0.5	0.4	0.9	0.2	0.4	0.8	0.5	
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.4	0.5	0.5	0.2	0.4	0.4	0.5	
비타민C(mg)	26.59	33.40	16.5	12.0	6.4	8.8	10.3	44.9	36.2	
칼슘(mg)	247.94	297.94	90.6	77.4	96.7	91.0	82.9	104.9	179.3	
철분(mg)	3.64	4.62	3.1	4.5	3.1	2.7	2.6	2.6	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.

* 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	05월 20일(월)	05월 21일(화)	05월 22일(수)	05월 23일(목)	05월 24일(금)	05월 25일(토)	05월 26일(일)
	·친환경쌀밥 ·육개장(16) ·청포묵미나리무침 ·오징어김치전(6.9.17) ·목살채소구이(10) ·배추김치(9)	·친환경쌀밥 ·순두부찌개(5.6.10.13) ·닭살굴소스볶음(5.6.13.15.18) ·베이컨감자복음(1.5.10) ·배추김치(9) ·쿠앤크쿠키(1.5.6.13)	·친환경쌀밥 ·김치수제비국(5.6.9) ·돼지갈비찜(10) ·새우강정(1.4.5.6.9.12.13) ·배추김치(9) ·황치즈파이(1.2.5.6)	·친환경쌀밥 ·갈비탕(5.6.16) ·오삼불고기(10.17) ·아몬드잔멸치볶음(1.5.6.13) ·고감콘고로케*케찹(1.5.6.12) ·배추김치(9)	·친환경쌀밥 ·북어해장국(5) ·시금치나물 ·순대야채볶음(2.5.6.10.13.16) ·맛쇼킹순살치킨(5.6.13.15) ·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	국내산	국내산		
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	-1.9	899.9	833.1	986.0	838.2	840.1		
탄수화물(g)			58.8	126.2	121.3	134.9	112.9	133.8		
단백질(g)	21.70	21.70	17.8	39.7	40.6	39.2	35.3	35.8		
지방(g)			23.4	23.8	18.4	29.1	24.1	16.1		
비타민A(㎍ RAE)	205.75	282.94	106.2	63.6	85.2	24.9	85.0	272.2		
티아민(mg)	0.37	0.44	1.1	1.5	0.9	1.4	0.8	0.8		
리보플라빈(mg)	0.47	0.56	0.4	0.8	0.2	0.4	0.3	0.3		
비타민C(mg)	26.59	33.40	17.8	13.9	22.9	8.0	9.9	34.5		
칼슘(mg)	247.94	297.94	114.4	98.4	72.8	68.4	194.7	137.7		
철분(mg)	3.64	4.62	2.8	3.3	2.2	2.5	2.1	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 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