학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교 (조식)

주간 학교급식 영양량	07월 17일(월)	07월 18일(화)	07월 19일(수)	07월 20일(목)	07월 21일(금)	07월 22일(토)	07월 23일(일)
	・친환경쌀밥 ・파불고기(10) ・도시락김 ・배추김치(9) ・아몬드머핀(1.2.5.6) ・첵스&흰우유(2.5.6)	・찰현미밥 ・새우달걀탕(1.9.13) ・부추겉절이 ・쌈장닭갈비(15) ・라운드스팸구이(1.2.5.6.10.12.15.16) ・배추김치(9)	・차수수밥 ・호박고추장찌개(5) ・미니돈까스양념조림(1.5.6.10.12.13.15.16) ・감자전(5.6) ・배추김치(9) ・떠먹는요거트(2)	・친환경잡곡밥(5) ・수제비국(5.6) ・명엽채조림 ・묵은지닭볶음탕(9.15) ・배추김치(9) ・딸기우유(2)	・친환경기장밥 ・들깨미역국 ・매운사태찜(10) ・떡새우완자(1.2.5.6.9.10.12.15.16.18) ・배추김치(9) ・우리밀브라우니(1.2.5.6)	・친환경흑미밥 ・감자버섯국(16) ・호두우엉조림(14) ・그릴치킨스테이크(1.2.5.6.12.13.15.16) ・네모랑땡(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	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	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
2) 배추	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
3) 고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
4) 콩/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	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)	900.00	900.00	-10.6	1,023.7	641.7	862.7	848.4	647.3	690.4	
탄수화물(g)			57.0	159.2	77.4	122.2	108.8	101.6	87.2	
단백질(g)	21.70	21.70	22.8	49.4	58.6	26.9	60.1	32.9	33.0	
지방(g)			20.2	20.6	11.0	28.1	18.5	11.7	24.7	
비타민A(mg)	207.00	284.00	246.9	714.1	122.8	91.8	144.3	161.7	41.7	
티아민(mg)	0.37	0.44	1.0	2.7	0.8	0.3	0.5	0.7	0.6	
리보플라빈(mg)	0.47	0.57	1.3	3.9	0.6	0.4	0.6	1.1	0.4	
비타민C(mg)	26.70	33.40	35.4	144.9	10.4	10.6	9.4	1.7	6.4	
칼슘(mg)	250.00	300.00	219.1	408.8	92.6	200.1	344.6	49.7	111.6	
철분(mg)	3.70	4.70	4.5	7.6	4.8	3.3	4.1	2.8	5.2	

* 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

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

원광고등학교 (중식)

주간 학교급식 영양량	07월 17일(월)	07월 18일(화)	07월 19일(수)	07월 20일(목)	07월 21일(금)	07월 22일(토)	07월 23일(일)
	・율무밥 ・건새우아욱국(5.9) ・당귀상추무침 ・제육볶음(10) ・감자채볶음 ・배추김치(9) ・인절미(5)	・강황밥 ・열무된장국(5.6) ・오리고기김치볶음(9) ・갓김치(9) ・깻잎무침 ・피자토스트(1.2.5.6.10.12.13.15.16) ・과수원(11.12)	・찰보리밥 ・비빔막국수(소)(3.6) ・한방수육(10.15) ・배추김치(9) ・상추쌈 ・우렁강된장(5) ・스위트트로피컬(13)	・옥수수밥 ・미트소스스파게티(소)(1.2.5.6.10.12.13.16) ・닭개장(15) ・콩나물무침(5) ・멘치카츠(1.2.5.6.12.13.15.18) ・총각김치(9) ・두부과자(1.2.5.6)	・친환경흑미밥 ・해신탕(9.15.18) ・감자조림 ・돼지고기새송이볶음(10) ・배추김치(9) ・오이소박이 ・붕어빵싸만코	・친환경잡곡밥(5) ・과일화채(11.13) ・청포묵김치무침(9) ・만두탕수(1.5.6.11.12.15.16.18) ・목살야채구이(10) ・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	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	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
2) 배추	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
3) 고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
4) 콩/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	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)	900.00	900.00	0.8	827.8	1,077.2	883.3	1,045.0	702.8	925.0	
탄수화물(g)			62.2	145.0	151.4	141.6	160.6	110.5	135.8	
단백질(g)	21.70	21.70	19.7	40.6	43.7	47.2	47.9	45.3	38.6	
지방(g)			18.1	10.6	30.3	13.5	25.3	11.9	26.7	
비타민A(mg)	207.00	284.00	203.4	218.2	495.8	92.9	101.1	109.2	370.7	
티아민(mg)	0.37	0.44	0.7	0.8	0.7	1.0	0.5	0.8	0.9	
리보플라빈(mg)	0.47	0.57	0.6	0.3	1.2	0.5	0.5	0.4	0.7	
비타민C(mg)	26.70	33.40	18.5	29.7	20.5	8.5	10.7	23.1	43.5	
칼슘(mg)	250.00	300.00	252.7	120.3	506.7	439.2	116.6	80.9	77.9	
철분(mg)	3.70	4.70	5.9	4.8	5.1	10.8	3.6	5.4	3.2	

원광고등학교/2023.07.03 10:57/10.36.***.158/김보미

* 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 17일(월)	07월 18일(화)	07월 19일(수)	07월 20일(목)	07월 21일(금)	07월 22일(토)	07월 23일(일)
주간 학교급식 영양량				・찰현미밥 ・브로콜리스프(2.5.6.13.16) ・폭찹스테이크(2.5.6.10.12.13.16) ・고추해물완자(1.2.5.6.12.16.18) ・배추김치(9) ・멜론	・소고기야채죽(16) ・수제불고기버거(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18) ・양념감자(5.6) ・닭다리오븐구이(15) ・배추김치(9) ・제로콜라	・친환경잡곡밥(5) ・얼큰소고기얼갈이국(16) ・김치잡채(1.5.6.9) ・모둠소세지볶음(1.2.5.6.10.15.16) ・배추김치(9) ・쥬시쿨에이드(13)	・친환경기장밥 ・김치도토리묵국(5.6.9.16) ・매콤찜닭(5.6.13.15) ・궁중떡볶이(5.6.10.13.16.18) ・배추김치(9) ・빠삐코(초코)(1.2.5)	・친환경흑미밥 ・유부된장국(5) ・아몬드잔멸치볶음 ・참치김치볶음(1.5.9.16.18) ・옛날소시지전(1.2.5.6.10.12.15.16) ・김자반(5) ・깍두기(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				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
2) 배추				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
3) 고춧가루				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
4) 콩/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/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)	900.00	900.00	8.0	1,072.4	1,063.7	711.5	1,270.2	740.5		
탄수화물(g)			46.4	118.5	90.0	115.9	175.9	74.1		
단백질(g)	21.70	21.70	19.7	45.8	61.7	29.3	52.6	55.1		
지방(g)			33.9	47.8	52.6	13.3	42.5	30.2		
비타민A(mg)	207.00	284.00	450.8	189.0	130.5	1,210.8	299.3	424.2		
티아민(mg)	0.37	0.44	0.8	1.3	0.8	0.7	0.5	0.6		
리보플라빈(mg)	0.47	0.57	0.7	1.1	0.5	0.5	0.6	0.8		
비타민C(mg)	26.70	33.40	30.3	60.5	15.1	37.9	13.9	23.9		
칼슘(mg)	250.00	300.00	175.3	56.5	109.4	181.7	89.3	439.3		
철분(mg)	3.70	4.70	4.7	5.5	4.1	3.8	4.1	5.8		

* 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