학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

장대현중고등학교 (중식)

주간 학교급식 영양량	09월 29일(월)	09월 30일(화)	10월 01일(수)	10월 02일(목)	10월 03일(금)
	·검정쌀밥 ·두부된장국(5.6) ·보쌈(5.6.10) ·무말랭이무침 ·상추&오이고추/쌈장(5.6.13) ·배추김치(9) ·골드키위	·혼합잡곡밥(5) ·콩나물국(5.6.9) ·오이양파무침(13) ·마파두부(5.6.10.12.13.18) ·한식잡채(1.5.6.10.13) ·배추김치(9)	·찰현미밥 ·황태미역국(5.6.18) ·매콤닭조림(2.5.6.12.13.15.16.18) ·도라지일미무침(5.6.13.17) ·달걀말이(1.5) ·배추김치(9) ·배(과일)	·혼합잡곡밥(5) ·해물탕국(1.5.6.9.17.18) ·돼지갈비구이(5.6.10.13) ·고사리볶음(13) ·모듬전(1.5.6) ·배추김치(9) ·유기농식혜	

식재료	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	국내산	국내산	국내산	
낙지/가공품	중국산	중국산	중국산	중국산	
명태/가공품	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	
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	
주꾸미/가공품	베트남산	베트남산	베트남산	베트남산	

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	780.95	780.95	-0.93	739.72	810.04	771.47	773.50	
탄수화물(g)	0.00	0.00	55.80	99.40	124.25	106.20	96.03	
단백질(g)	20.28	20.28	19.42	34.88	35.97	40.44	36.94	
지방(g)	0.00	0.00	24.77	21.06	17.84	19.19	25.94	
비타민A(㎍ RAE)	175.76	250.38	159.19	123.73	237.15	229.29	46.61	
티아민(mg)	0.33	0.40	0.66	0.81	0.56	0.49	0.78	
리보플라빈(mg)	0.40	0.48	0.60	0.63	0.52	0.61	0.65	
비타민C(mg)	25.73	33.40	32.26	87.26	16.57	15.55	9.66	
칼슘(mg)	223.43	268.57	267.41	249.39	356.45	226.18	237.64	
철분(mg)	3.23	4.08	4.92	5.14	6.25	3.93	4.37	

* 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

장대현중고등학교 (중식)

주간 학교급식 영양량	10월 13일(월)	10월 14일(화)	10월 15일(수)	10월 16일(목)	10월 17일(금)
	·김가루밥 ·양송이크림스프 (2.5.6.13.16) ·함박스테이크 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) ·해쉬브라운(5.6) ·배추김치(9) ·토마토카프레제 (1.2.5.6.12)	·혼합잡곡밥(5) ·육개장 (1.5.6.9.13.16) ·코다리무조림 (5.6.13) ·오이소박이(9.13) ·비엔나채소볶음 (2.5.6.10.12.13.15.16) ·배추김치(9) ·샤인머스켓	·찰현미밥 ·새우살조랭이떡국 (1.5.6.9.13.18) ·간장버섯돈불고기 (5.6.10.13) ·꿀&고구마찰핫도그 (1.2.5.6.10.12.16) ·파김치(9) ·양배추,다시마쌈&양념장(13)	·쪽파달걀국(1.5.6) ·감자샐러드 (1.2.5.6.10.13.15.16) ·숙주부추나물(5.6) ·매콤눈꽃치즈닭갈비덮밥 (2.5.6.12.13.15.16.18) ·배추김치(9) ·골드파인애플	·후리카케보조밥 (1.2.5.6.9.13.16.18) ·잔치국수 (1.5.6.13) ·양념닭강정 (1.6.15) ·배추김치(9) ·머스크멜론

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	국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품	중국산	중국산	중국산	중국산	중국산
명태/가공품	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산
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
주꾸미/가공품	베트남산	베트남산	베트남산	베트남산	베트남산

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	780.95	780.95	-2.65	773.79	741.72	800.42	732.13	753.32
탄수화물(g)	0.00	0.00	57.55	108.94	97.96	116.79	105.12	118.01
단백질(g)	20.28	20.28	19.60	24.70	55.23	39.77	37.84	28.65
지방(g)	0.00	0.00	22.85	27.85	13.28	19.78	17.56	18.04
비타민A(㎍ RAE)	175.76	250.38	179.27	99.70	195.34	204.60	189.79	206.89
티아민(mg)	0.33	0.40	0.59	0.84	0.52	0.56	0.57	0.46
리보플라빈(mg)	0.40	0.48	0.52	0.48	0.49	0.62	0.65	0.34
비타민C(mg)	25.73	33.40	38.10	25.66	41.24	59.09	54.27	10.21
칼슘(mg)	223.43	268.57	262.32	229.28	275.76	287.61	335.11	183.84
철분(mg)	3.23	4.08	4.21	3.16	3.65	4.99	5.35	3.91

* 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

장대현중고등학교 (중식)

	10월 20일(월)	10월 21일(화)	10월 22일(수)	10월 23일(목)	10월 24일(금)
주간 학교급식 영양량	·검정쌀밥 ·크림떡볶이(1.2.5.6.10) ·유부된장국(5.6.9) ·그린샐러드/오리엔탈드레싱(5.6.13) ·치킨까스&소스(1.5.6.12.13.15.18) ·배추김치(9) ·골드파인애플				·스팸구이(1.2.5.6.10.13.15.16) ·클로렐라쌀밥 ·해물순두부찌개(5.6.9.13) ·알배추겉절이(13) ·감자채볶음(5) ·배추김치(9) ·하루총전포켓너츠(2.5.6.14)

식재료	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/가공품	국내산				국내산
2) 배추/가공품	국내산				국내산
3) 고춧가루/가공품	국내산				국내산
4) 콩/가공품	국내산				국내산
낙지/가공품	중국산				중국산
명태/가공품	러시아산				러시아산
고등어/가공품	국내산				국내산
갈치/가공품	국내산				국내산
오징어/가공품	국내산				국내산
꽃게/가공품	국내산				국내산
참조기/가공품	국내산				국내산
주꾸미/가공품	베트남산				베트남산

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	780.95	780.95	0.14	804.12				759.98
탄수화물(g)	0.00	0.00	59.66	123.58				108.38
단백질(g)	20.28	20.28	15.33	33.30				26.31
지방(g)	0.00	0.00	25.00	19.47				23.74
비타민A(㎍ RAE)	175.76	250.38	132.12	35.18				229.07
티아민(mg)	0.33	0.40	0.47	0.39				0.56
리보플라빈(mg)	0.40	0.48	0.38	0.39				0.37
비타민C(mg)	25.73	33.40	32.54	37.43				27.65
칼슘(mg)	223.43	268.57	221.35	237.14				205.56
철분(mg)	3.23	4.08	3.29	3.20				3.38

* 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

장대현중고등학교 (중식)

주간 학교급식 영양량	10월 27일(월)	10월 28일(화)	10월 29일(수)	10월 30일(목)	10월 31일(금)
	·검정쌀밥 ·팽이버섯된장국(5.6) ·안동찜닭(5.6.13.15) ·브로콜리+초고추장(5.6.13) ·동태전(1.5.6) ·배추김치(9)	·혼합잡곡밥(5) ·멘보샤(1.5.6.9.12.13) ·마라탕(1.2.5.6.10.15.16) ·배추김치(9) ·아이스홍시	·찰현미밥 ·어묵곤약국(1.5.6.13) ·콩나물무침(5) ·낙지당면볶음(5.6.13) ·두부구이&양념장(5.6.13) ·배추김치(9) ·블루베리마카롱(1.2.5)	·후리카케보조밥(1.2.5.6.9.13.16.18) ·베트남쌀국수(2.5.6.10.16) ·메추리알조림(1.13) ·통새우짜조롤(1.5.6.10.16.18) ·배추김치(9) ·샤인머스켓	·클로렐라쌀밥 ·물만두국(1.5.6.10.16.18) ·마카로니콘샐러드(1.2.5.6.10.13.15.16) ·상추&쌈장(5.6.13) ·오리고추장볶음(5.6.13) ·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	국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품	중국산	중국산	중국산	중국산	중국산
명태/가공품	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산
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
주꾸미/가공품	베트남산	베트남산	베트남산	베트남산	베트남산

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	780.95	780.95	1.04	807.51	797.37	776.12	777.18	787.30
탄수화물(g)	0.00	0.00	58.82	117.15	121.18	108.53	112.43	112.23
단백질(g)	20.28	20.28	17.58	41.39	26.04	39.77	25.36	38.21
지방(g)	0.00	0.00	23.60	17.34	22.51	19.71	23.03	19.33
비타민A(㎍ RAE)	175.76	250.38	178.04	178.45	40.53	221.46	219.58	230.18
티아민(mg)	0.33	0.40	0.47	0.49	0.32	0.31	0.55	0.67
리보플라빈(mg)	0.40	0.48	0.50	0.69	0.36	0.51	0.46	0.48
비타민C(mg)	25.73	33.40	18.02	31.67	19.01	12.10	16.94	10.38
칼슘(mg)	223.43	268.57	241.90	267.52	125.51	323.53	237.60	255.33
철분(mg)	3.23	4.08	5.64	4.57	3.98	6.08	5.57	7.98

* 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