

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

작대현중고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 02일(월)	03월 03일(화)	03월 04일(수)	03월 05일(목)	03월 06일(금)
								· 혼합잡곡밥(5) · 쇠고기미역국(5.6.16) · 안동찜닭(5.6.13.15) · 시금치나물(5.6.18) · 배추김치(9) · 자용에이드 · 생일케이크(치즈케익)(1.2.13)
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)	785.00	785.00	0.03		795.88	757.90	785.54	801.55
탄수화물(g)	0.00	0.00	58.04		117.28	119.50	110.17	105.94
단백질(g)	20.05	20.05	17.79		30.92	31.27	39.46	37.18
지방(g)	0.00	0.00	24.17		22.17	18.20	19.08	24.37
비타민A(μg RAE)	178.50	250.50	198.96		304.86	119.85	178.27	192.86
티아민(mg)	0.34	0.41	0.38		0.32	0.36	0.54	0.29
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.45		0.49	0.30	0.44	0.55
비타민C(mg)	26.70	33.40	34.06		26.63	22.37	24.91	62.34
칼슘(mg)	242.00	283.50	264.69		252.21	221.46	276.92	308.16
철분(mg)	3.70	4.70	5.53		4.28	3.03	5.26	9.53

\* 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 찌쌀을 포함)

2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에서 사용하는 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

※ 2022. 7. 1. 부터 25.90이하 크기(「의사기록시범시행령」 제2조)

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 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)

				03월 09일(월)	03월 10일(화)	03월 11일(수)	03월 12일(목)	03월 13일(금)
주간 학교급식 영양량				· 검정쌀밥 · 미더덕된장국(5.6) · 오이양파무침(13) · 매콤떡닭갈비(5.6.13.15) · 배추김치(9) · 마시는요구르트(2)	· 돼지국밥(9.10.13.16) · 혼합잡곡밥(5) · 순대&채소스틱/쌈장(2.5.6.10.13.16) · 두부숙갓무침(5) · 석박지(9) · 마시는샐러드푸른&포도(13)	· 작은밥 · 우부우동(1.2.5.6.9) · 뜯장조림(5.6.10.13) · 양배추전(오코노미야끼)(1.5.6.9.13.17) · 배추김치(9) · 꿀	· 차수수밥 · 해물순두부찌개(5.6.9.13) · 실곶약고추장무침(5.6.13) · 남해마늘너비아니(5.6.10.15) · 달걀후라이(1.5) · 배추김치(9) · 피스타치오초코파이(1.2.5.6)	· 장어덮밥(1.5) · 미소장국(5.6.9) · 청경채팽이버섯무침 · 초생강&락교 · 갯잎달걀말이(1.5) · 배추김치(9) · 바나나
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)	785.00	785.00	0.91	818.75	763.61	799.09	804.55	774.82
탄수화물(g)	0.00	0.00	58.46	129.71	113.75	110.67	109.99	105.88
단백질(g)	20.05	20.05	17.67	39.91	29.40	35.20	30.66	37.15
지방(g)	0.00	0.00	23.86	13.84	20.62	21.82	26.29	20.84
비타민A(μg RAE)	178.50	250.50	202.47	216.02	188.68	180.25	228.71	198.68
티아민(mg)	0.34	0.41	0.70	0.81	0.57	0.91	0.76	0.46
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.63	0.66	0.55	0.63	0.57	0.77
비타민C(mg)	26.70	33.40	24.68	14.19	29.29	47.83	10.59	21.51
칼슘(mg)	242.00	283.50	274.04	327.16	207.42	290.70	277.47	267.45
철분(mg)	3.70	4.70	4.59	3.55	5.17	3.08	6.29	4.84

\* 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 찌쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 길절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에서 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
- 3) 고춧가루: 배추김치, 길절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
- 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
- 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외

※ 2022. 7. 1. 부터 25~20배 증가(「외식업표시제 시행령」 제2조)

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 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		03월 16일(월)	03월 17일(화)	03월 18일(수)	03월 19일(목)	03월 20일(금)		
		· 검정쌀밥 · 쇠고기무국 (5.6.16) · 메추리알곤약조림 (1.13) · 미니돈까스&소스 (1.5.6.10) · 배추김치(9) · 양배추샐러드/사우전드 아일랜드드레싱 (1.2.5.6)	· 혼합잡곡밥(5) · 참치김치찌개 (5.6.9) · 오븐돼지고기구이 (10) · 상추&쌈장 (5.6.13) · 고구마맛탕(5.13) · 배추김치(9)	· 불나물비빔밥 (5.6.13.16) · 두부맑은탕(중고)(5.6) · 달걀후라이(1.5) · 한입소떡볶 (6.10.15.16) · 배추김치(9) · 딸기	· 차수수밥 · 들깨단배추된장국 (5.6) · 매콤닭조림 (2.5.6.12.13.15.16.18) · 해물부추전 (1.5.6.9.13.17) · 배추김치(9) · 오렌지	· 김가루밥 · 마라탕 (1.2.5.6.10.15.16) · 코코넛왕새우튀김 (5.6.9.12.13) · 배추김치(9) · 골드파인애플		
식재료	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	중국산	중국산	중국산	중국산	중국산	중국산		
명태/가공품	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산		
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		
주꾸미/가공품	베트남산	베트남산	베트남산	베트남산	베트남산	베트남산		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	785.00	785.00	3.30	744.46	868.76	837.55	838.45	765.43
탄수화물(g)	0.00	0.00	56.01	98.17	115.48	110.30	121.27	122.98
단백질(g)	20.05	20.05	16.72	24.08	37.91	42.44	39.85	25.38
지방(g)	0.00	0.00	27.26	27.23	27.04	24.73	20.51	23.39
비타민A(μg RAE)	178.50	250.50	188.21	216.25	174.05	233.83	179.02	137.89
티아민(mg)	0.34	0.41	0.57	0.43	0.79	0.29	0.78	0.53
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.66	0.51	0.66	0.51	0.74	0.89
비타민C(mg)	26.70	33.40	48.41	20.71	8.92	79.45	72.68	60.27
칼슘(mg)	242.00	283.50	240.53	145.31	250.84	235.29	314.66	256.59
철분(mg)	3.70	4.70	4.98	3.60	4.65	4.66	4.99	6.99

\* 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 찌쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 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

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 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	03월 23일(월)	03월 24일(화)	03월 25일(수)	03월 26일(목)	03월 27일(금)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 검정쌀밥</li> <li>· 들깨강자국(5.6.9)</li> <li>· 브로콜리+초고추장(5.6.13)</li> <li>· 오돈불고기(5.6.10.13.17)</li> <li>· 두부구이&amp;양념장(5.6.13)</li> <li>· 배추김치(9)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 혼합잡곡밥(5)</li> <li>· 김치수제비국(5.6.9.18)</li> <li>· 불동겉절이(5.6.13)</li> <li>· 바삭소불고기(5.6.13.16)</li> <li>· 한식잡채(1.5.6.10.13)</li> <li>· 배추김치(9)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 단호박카레라이스(2.5.6.10.12.13.16.18)</li> <li>· 팽이버섯된장국(5.6)</li> <li>· 그린샐러드/오리엔탈드레싱(5.6.13)</li> <li>· 한식잡채(2.5.6.9.10.15.16.17.18)</li> <li>· 배추김치(9)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 차수수밥</li> <li>· 부대찌개(1.2.5.6.9.10.12.15.16)</li> <li>· 메추리알조림(1.13)</li> <li>· 숙주부추나물(5.6)</li> <li>· 해물채소모듬전(1.5.6.9.13.17)</li> <li>· 배추김치(9)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 작은밥</li> <li>· 잔치국수(1.5.6.13)</li> <li>· 닭불간장구이(15)</li> <li>· 배추김치(9)</li> <li>· 오렌지</li> </ul>

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)	785.00	785.00	1.91	779.59	796.40	740.08	880.96	802.80
탄수화물(g)	0.00	0.00	58.72	106.80	121.61	108.10	119.17	123.52
단백질(g)	20.05	20.05	18.63	40.33	35.60	31.67	37.44	38.78
지방(g)	0.00	0.00	22.65	20.62	17.51	19.65	26.67	14.84
비타민A(μg RAE)	178.50	250.50	187.44	166.02	238.11	190.85	187.00	155.19
티아민(mg)	0.34	0.41	0.58	0.69	0.41	0.52	0.69	0.59
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.52	0.60	0.48	0.33	0.82	0.36
비타민C(mg)	26.70	33.40	29.84	28.66	17.48	18.88	26.28	57.91
칼슘(mg)	242.00	283.50	252.90	284.61	232.04	263.83	246.24	237.75
철분(mg)	3.70	4.70	4.44	4.88	4.92	3.46	5.44	3.49

\* 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 찌쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
- 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
- 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩미지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
- 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 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				03월 30일(월)	03월 31일(화)	04월 01일(수)	04월 02일(목)	04월 03일(금)
					<ul style="list-style-type: none"> <li>· 혼합잡곡밥(5)</li> <li>· 꼬지어묵국(1.5.6.13)</li> <li>· 돼지갈비찜(5.6.10.13)</li> <li>· 오이소박이(9.13)</li> <li>· 배추김치(9)</li> <li>· 꿀드키위</li> </ul>			
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품					국내산(한우)/국내산			
돼지고기/가공품					국내산/국내산			
닭고기/가공품					국내산/국내산			
오리고기/가공품					국내산/국내산			
1) 쌀/가공품					국내산			
2) 배추/가공품					국내산			
3) 고춧가루/가공품					국내산			
4) 콩/가공품					국내산			
낙지/가공품					중국산			
명태/가공품					러시아산			
고등어/가공품					국내산			
갈치/가공품					국내산			
오징어/가공품					국내산			
꽃게/가공품					국내산			
참조기/가공품					국내산			
주꾸미/가공품					베트남산			
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	785.00	785.00	0.22		786.76			
탄수화물(g)	0.00	0.00	58.99		114.89			
단백질(g)	20.05	20.05	19.05		37.11			
지방(g)	0.00	0.00	21.96		19.01			
비타민A(μg RAE)	178.50	250.50	198.15		198.15			
티아민(mg)	0.34	0.41	0.75		0.75			
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.46		0.46			
비타민C(mg)	26.70	33.40	71.32		71.32			
칼슘(mg)	242.00	283.50	325.13		325.13			
철분(mg)	3.70	4.70	4.97		4.97			

\* 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 5일간의 평균입니다.

\* 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찹쌀, 현미, 흑미 및 찌쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에서 사용하는 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

\* 2022. 7. 1. 부터 25~20번 크기(「의사기록지번호 시행령 제2조」)

\* 알레르기 정보

01. 난류, 02. 우유, 03. 메밀, 04. 땅콩, 05. 대두, 06. 밀, 07. 고등어, 08. 계, 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