

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

장대현중고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량								11월 01일(금)
								· 크로렐라밥(5) · 돼지국밥 (5.6.8.9.16.18) · 순대슬라이드 (5.6.10.13) · 배추김치(자 울)(9) · 요플레 · 브로콜리, 양배 추쌈(5.6)
식재료								원산지
쇠고기(종류)/가공품								국내산(한우)/국 내산
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								국내산
고등어/가공품								국내산
갈치/가공품								국내산
오징어/가공품								국내산
꽃게/가공품								국내산
참조기/가공품								국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량					영양량
에너지(kcal)	829.20	829.20	8.0					895.9
탄수화물(g)			58.0					129.6
단백질(g)	19.93	19.93	20.0					47.6
지방(g)			22.0					19.5
비타민A(μg RAE)	176.20	249.33	186.7					221.5
티아민(mg)	0.30	0.38	0.8					0.9
리보플라빈(mg)	0.40	0.49	0.8					0.8
비타민C(mg)	23.59	30.41	35.5					5.5
칼슘(mg)	259.25	324.23	269.3					194.3
철분(mg)	3.64	4.62	7.4					4.9

- * 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 찰쌀, 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

※ 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.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				11월 04일(월)	11월 05일(화)	11월 06일(수)	11월 07일(목)	11월 08일(금)
				• 정기외박	• 크로켈라밥 • 열무된장국 (5.6.18) • 연근샐러드(자율)(1.5.13.14) • 두부김치조림 (1.10) • 미니돈가스/소스 (1.5.6.10.12.13.18) • 배추김치(자율)(9)	• 크로켈라밥 • 부대찌개 (1.2.5.6.9.10.12.13.15.16) • 시래기강된장찌개(자율)(5.6.18) • 오징어어묵무침 (1.5.6.13.17) • 배추김치(자율)(9)	• 단호박크림스프 (2.5.6.13.16) • 토마토스파게티 (1.2.5.6.10.12.13) • 양배추당근라페(자율)(1.5.6.13) • 깍두기(자율)(9) • 고르곤졸라또띠아/꿀 (2.5.6.12.13)	• 크로켈라밥 • 콩나물국(5) • 목은지돼지갈비조림(5.6.9.10.13) • 달걀찜(1.2.9) • 배추김치(자율)(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				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)	829.20	829.20	6.8	882.7	906.3	890.1	905.7	841.7
탄수화물(g)			56.1	121.5	94.9	141.6	142.7	121.6
단백질(g)	19.93	19.93	15.6	34.8	29.7	39.1	29.4	40.4
지방(g)			28.3	28.7	43.4	20.1	26.6	20.5
비타민A(μg RAE)	176.20	249.33	180.8	136.7	109.3	233.4	243.9	180.6
티아민(mg)	0.30	0.38	0.8	1.5	0.4	0.6	0.5	0.9
리보플라빈(mg)	0.40	0.49	0.8	0.8	0.4	1.3	0.5	0.8
비타민C(mg)	23.59	30.41	30.7	81.0	23.9	25.7	14.1	9.0
칼슘(mg)	259.25	324.23	266.1	191.6	296.5	365.0	238.2	239.4
철분(mg)	3.64	4.62	4.9	6.0	4.1	7.2	2.7	4.3

- * 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 찰쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 포함)
 - 2) 배추: 배추김치, 깬절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
 - 3) 고춧가루: 배추김치, 깬절이, 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

주간 학교급식 영양량				11월 11일(월)	11월 12일(화)	11월 13일(수)	11월 14일(목)	11월 15일(금)
				• 크로렐라밥 • 쇠고기맑은국 (5.6.16) • 고등어무조림 (5.6.7.13) • 감자반볶음(13) • 꼬지없는소떡소떡 (2.5.6.10.12.13.15.16) • 배추김치(자율)(9)	• 크로렐라밥(5) • 돼지등뼈감자탕 (5.6.10.13) • 달걀장조림 (1.5.6.13) • 배추김치(자율)(9) • 순대,파프리카/쌈장(2.5.6.10.13.16)	• 비빔밥 (1.5.6.13.16) • 꽃게된장국(5.6.8) • 모듬나물(자율)(5.6) • 배추김치(자율)(9) • 저장요구르트(2) • 통치즈감자핫도그 (1.2.5.6.10.12.16)	(자체급식)	• 후리카케&소량밥 (1.2.5.6.9.13.16.18) • 달걀국수(5.6.15) • 쌈추부추겉절이(13) • 배추김치(자율)(9) • 애호박전 (1.10)
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				국내산	국내산	국내산		국내산
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
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	829.20	829.20	9.4	904.6	864.0	899.7		959.3
탄수화물(g)			65.9	138.5	137.8	143.6		171.5
단백질(g)	19.93	19.93	15.4	36.1	32.3	33.4		36.1

지방(g)			18.7	23.2	19.9	21.1		10.3
비타민A(μ g RAE)	176.20	249.33	177.8	126.2	249.6	213.9		121.6
티아민(mg)	0.30	0.38	0.5	0.5	0.7	0.5		0.3
리보플라빈(mg)	0.40	0.49	0.7	0.9	0.9	0.7		0.4
비타민C(mg)	23.59	30.41	27.6	24.8	40.5	18.4		26.9
칼슘(mg)	259.25	324.23	263.7	230.0	298.9	309.6		216.1
철분(mg)	3.64	4.62	4.7	4.4	7.0	3.3		4.0

- * 에너지는 권장섭취량의 $\pm 10\%$, 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.

장대현중고등학교

- * 식재료 원산지
- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 찰쌀을 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
- ※ 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	11월 18일(월)	11월 19일(화)	11월 20일(수)	11월 21일(목)	11월 22일(금)
	• 크로켈라밥 • 콩나물김치국(5.9) • 베이컨볶음(10) • 논꽃치즈닭갈비(2.5.6.12.13.15.16.18) • 배추김치(자율)(9)	• 크로켈라밥 • 돼지국밥(5.6.10.13) • 갈비군만두/초간장(1.5.6.10.13.16.18) • 배추겉절이 • 깍두기(자율)(9) • 굴	• 채소밥/부추장(5.6.18) • 유부우동국/사리(1.2.5.6.7.9.18) • 생땅콩조림(자율)(4.5.6.13) • 양배추샐러드(1.5.13) • 배추김치(자율)(9)	• 크로켈라밥 • 참치김치찌개(5.6.9.13) • 돈육매추리알장조림(1.5.6.10.13) • 멸치볶음(자율)(13) • 양배추전(오코노미야끼)(1.5.6.9.10.12.13.17.18) • 총각김치(자율)(9)	• 크로켈라밥(5) • 매운꼬지어묵탕(1.2.5.6.9) • 순두부/양념장(5) • 무생채(자율)(13) • 치킨너겟&떡볶이(1.2.5.6.13.15) • 배추김치(자율)(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	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)	829.20	829.20	9.7	882.8	913.2	912.5	910.6	929.6
탄수화물(g)			58.3	112.9	117.1	142.3	128.9	153.6
단백질(g)	19.93	19.93	18.7	48.0	48.6	32.7	46.8	33.5
지방(g)			23.0	24.8	26.6	22.4	21.1	20.1
비타민A(μg RAE)	176.20	249.33	177.7	239.4	94.6	111.6	258.6	184.2
티아민(mg)	0.30	0.38	0.8	0.6	1.3	0.6	0.8	0.7
리보플라빈(mg)	0.40	0.49	0.7	0.7	0.5	0.4	1.3	0.5
비타민C(mg)	23.59	30.41	21.4	21.7	31.1	25.4	19.0	9.6
칼슘(mg)	259.25	324.23	259.9	329.8	128.2	431.7	255.2	154.4
철분(mg)	3.64	4.62	4.4	4.2	4.5	4.6	5.5	3.1

장대현중고등학교

- * 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 찰쌀, 현미, 흑미 및 찰쌀을 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	11월 25일(월)	11월 26일(화)	11월 27일(수)	11월 28일(목)	11월 29일(금)
	<ul style="list-style-type: none">• 크로렐라밥• 감자수제비국 (5.6.18)• 숙주나물• 오리불고기 (5.6.13)• 배추김치(자율)(9)• 상추쌈(자율)	<ul style="list-style-type: none">• 크로렐라밥• 쇠고기국 (5.6.13.16)• 채소달걀말이(1)• 배추김치(자율)(9)• 총각김치(자율)(9)• 오징어브로콜리초무침(5.6.13.17)	<ul style="list-style-type: none">• 팽이버섯두부장국 (5.6)• 안동찜닭덮밥 (5.6.13.15)• 발효황만두찜 (1.5.6.10.13.16.18)• 배추김치(자율)(9)• 요구르트(2)	<ul style="list-style-type: none">• 크로렐라밥• 순살동태탕(5)• 떡갈비참쌀구이 (5.6.10.12.13.15.16.18)• 상추파채겉절이 (5.6.13)• 배추김치(자율)(9)	<ul style="list-style-type: none">• 크로렐라밥(5)• 청국장찌개 (5.6.16)• 메밀국수무침 (3.5.6.13)• 간장돼지불고기 (5.6.10.13.18)• 배추김치(자율)(9)• 양배추, 다시마쌈(자율)(5.6.13)

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				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)	829.20	829.20	7.5	854.1	846.7	923.8	837.4	996.6
탄수화물(g)			61.0	144.3	124.3	120.8	133.7	151.2
단백질(g)	19.93	19.93	18.5	43.5	35.3	47.3	28.2	50.1
지방(g)			20.5	10.7	21.8	26.2	21.2	20.7
비타민A(μg RAE)	176.20	249.33	177.0	173.0	222.9	200.5	144.5	144.1
티아민(mg)	0.30	0.38	1.0	0.6	0.4	0.8	2.1	1.1
리보플라빈(mg)	0.40	0.49	0.7	0.6	0.7	0.6	0.7	0.8
비타민C(mg)	23.59	30.41	15.2	14.6	14.7	20.3	8.4	18.0
칼슘(mg)	259.25	324.23	261.2	267.8	277.2	293.3	218.4	249.5
철분(mg)	3.64	4.62	5.1	5.9	4.6	6.5	3.9	4.5

장대현중고등학교

* 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 찰쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 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.갯