

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

장대현중고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				05월 04일(월)	05월 05일(화)	05월 06일(수)	05월 07일(목)	05월 08일(금)
						<ul style="list-style-type: none"> · 혼합잡곡밥(5) · 쇠고기미역국(5.6.16) · 어묵채소볶음(1.5.6.13) · 간장돼지불고기(5.6.10.13) · 배추김치(9) · 크림브릴레풍카롱(1.2.6) · 오렌지 		<ul style="list-style-type: none"> · 후리카케보조밥(1.2.5.6.9.13.16.18) · 잔치국수(1.5.6.13) · 단배추부추겉절이(5.6.13) · 롱참쌀통오징어튀김(5.6.17) · 총각김치(9) · 머스크멜론
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)	785.00	785.00	0.19			799.06		773.89
탄수화물(g)	0.00	0.00	59.62			107.67		125.34
단백질(g)	20.05	20.05	16.28			34.52		29.11
지방(g)	0.00	0.00	24.10			25.77		16.09
비타민A(μg RAE)	178.50	250.50	180.81			97.70		263.92
티아민(mg)	0.34	0.41	0.54			0.70		0.37
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.53			0.33		0.73
비타민C(mg)	26.70	33.40	43.86			69.66		18.06
칼슘(mg)	242.00	283.50	223.05			219.40		226.71
철분(mg)	3.70	4.70	5.06			3.15		6.97

* 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 영양량의 평균입니다.

* 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찹쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 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	05월 11일(월)	05월 12일(화)	05월 13일(수)	05월 14일(목)	05월 15일(금)			
	·검정쌀밥 ·콩나물국(5.6.9) ·코다리무조림(5.6.13) ·숙주부추나물(5.6) ·치즈감자채전(2.5) ·배추김치(9) ·바나나	·기장밥 ·계맛살달걀국(1.2.5.6.8) ·고사리볶음(13) ·상추&쌈장(5.6.13) ·돼지고기버섯고추장볶음(5.6.9.10.13) ·배추김치(9) ·미니심원빵(1.2.5.6.16)	·카레라이스(2.5.6.10.12.13.16.18) ·피자반(2.5.6.10.12.15.16.18) ·팽이버섯된장국(5.6) ·어묵채소볶음(1.5.6.13) ·오이양파무침(13) ·배추김치(9) ·오렌지	·작은밥 ·브로콜리스프(2.5.6.13.16) ·크림스파게티(1.2.5.6.9.10.13.16) ·맛살양상추샐러드&오리엔탈드레싱(1.2.5.6.8.12.13) ·통등심돈가스/소스(5.6.10.12.13.18) ·배추김치(9) ·스승의날썰케이크(1.2.5.6.10) ·오미자믹스피클				
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	1.40	852.66	757.23	778.34		795.83
탄수화물(g)	0.00	0.00	58.10	117.02	105.01	128.37		109.63
단백질(g)	20.05	20.05	18.61	59.26	36.47	32.98		18.63
지방(g)	0.00	0.00	23.29	15.36	20.45	15.01		31.15
비타민A(㎍ RAE)	178.50	250.50	191.51	207.37	165.07	238.74		154.84
티아민(mg)	0.34	0.41	0.54	0.54	0.74	0.61		0.26
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.44	0.49	0.57	0.37		0.34
비타민C(mg)	26.70	33.40	28.52	29.21	12.30	43.79		28.77
칼슘(mg)	242.00	283.50	255.46	487.75	231.67	187.06		115.38
철분(mg)	3.70	4.70	4.54	5.38	7.65	2.61		2.53

* 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 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

※ 2022. 7. 1. 부터 25~20배 증가(「외사지표시제 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)

				05월 18일(월)	05월 19일(화)	05월 20일(수)	05월 21일(목)	05월 22일(금)
주간 학교급식 영양량				· 검정쌀밥 · 황태콩나물국(5.6) · 연두부&양념장(5.6.13) · 참나물겉절이(5.6.13) · 눈꽃치즈오리불고기(2.5.6.13) · 배추김치(9) · 참외	· 기장밥 · 닭곰탕(15) · 두부숙갓무침(5) · 오징어브로콜리초무침(5.6.13.17) · 모짜체다찰핫도그(1.2.5.6.12) · 배추김치(9)	· 자장소스(5.6.10.13.16) · 오이냉국(5.6.13.16) · 꼬들단무지무침(13) · 스파이시치킨텐더(2.5.6.15) · 잡채밥(1.5.6.10.13) · 배추김치(9) · 콜드키위	· 기장밥 · 꽃게된장국(5.6.8) · 수제양념깻잎지(5.6.13) · 돈육김치두루치기(5.6.10.13) · 호박&새송이버섯전(1.5.6) · 배추김치(9)	· 김가루밥 · 마라탕(1.2.5.6.10.15.16) · 카다이프새우튀김(5.6.9.12.13) · 배추김치(9) · 아이스홍시
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	0.83	766.51	787.46	810.87	763.80	828.96
탄수화물(g)	0.00	0.00	59.76	112.05	110.70	121.97	109.05	138.96
단백질(g)	20.05	20.05	18.04	39.58	38.18	37.36	41.27	22.53
지방(g)	0.00	0.00	22.21	16.56	20.42	18.94	18.44	23.52
비타민A(㎍ RAE)	178.50	250.50	209.81	210.23	279.09	223.50	259.77	76.44
티아민(mg)	0.34	0.41	0.67	0.85	0.48	0.67	0.86	0.47
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.62	0.65	0.48	0.49	0.72	0.77
비타민C(mg)	26.70	33.40	42.63	28.73	34.88	87.61	28.33	33.61
칼슘(mg)	242.00	283.50	251.23	251.59	246.32	172.38	338.44	247.43
철분(mg)	3.70	4.70	5.15	6.23	3.29	4.51	4.79	6.94

* 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 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

* 알레르기 정보
 ※ 2022. 7. 1. 부터 25. 20번 추가 (「의사기록 기재 지침 개정」)

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.갯

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

장대현중고등학교

(중식)

				05월 25일(월)	05월 26일(화)	05월 27일(수)	05월 28일(목)	05월 29일(금)
주간 학교급식 영양량					· 기장밥 · 김치콩나물국 (5.6.9) · 짜리고추멸치볶음 (5.6.13) · 마라짬뽕 (5.6.10.12.13.15.16) · 미나리나물 (5.6.18) · 배추김치(9)	· 혼합잡곡밥(5) · 돼지등뼈감자탕 (5.6.10) · 김치전 (1.5.6.9.17) · 배추김치(9) · 골드파인애플 · 양배추, 다시마쌈&젓장(5.6.13)	· 작은밥 · 대만식탄탄면 (1.4.5.6.10.15.16.18) · 통살새우까스&타르타르소스 (1.5.6.9.13) · 배추김치(9) · 지중해식오이토마토샐러드 (1.5.6.12.13) · 포도	· 감정쌀밥 · 감자옹심이국 (5.6.9.17) · 오향장육 (5.6.10.13.18) · 가지나물(5.6.18) · 갯잎우쌈 · 배추김치(9)
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	2.30	798.74	841.92	781.41	790.04	
탄수화물(g)	0.00	0.00	60.26	111.50	117.61	126.80	119.23	
단백질(g)	20.05	20.05	18.41	41.29	36.95	26.34	40.60	
지방(g)	0.00	0.00	21.33	19.33	23.57	16.72	15.14	
비타민A(μg RAE)	178.50	250.50	200.03	202.58	224.34	211.37	161.83	
티아민(mg)	0.34	0.41	0.70	0.46	1.01	0.38	0.95	
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.57	0.58	0.72	0.32	0.68	
비타민C(mg)	26.70	33.40	28.28	23.19	53.50	17.94	18.50	
칼슘(mg)	242.00	283.50	273.75	418.18	263.04	105.52	308.27	
철분(mg)	3.70	4.70	3.72	3.89	4.40	2.48	4.12	

* 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