

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

양서고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				1월 30일(월)	1월 31일(화)	2월 1일(수)	2월 2일(목)	2월 3일(금)	2월 4일(토)	2월 5일(일)
				· 잡곡밥(5.13.) · 별속떡국(1.5.6.13.) · 오징어볶음(5.13.17.) · 청양고추떡갈비(1.2.3.5.6.10.12.15.16.) · 깍두기(9.13.) · 팬케이크(1.2.5.6.) · 가나초코우유(2.)	· 잡곡밥(5.13.) · 돈육메추리알조림(1.5.6.10.13.) · 단호박부꾸미(1.5.6.10.15.16.18.) · 총각김치(9.13.) · 쇠고기야채죽(1.5.9.13.) · 몬테크리스토펬드위치(1.2.5.6.10.13.) · 청글주스(5.13.)	· 잡곡밥(5.13.) · 김치여묵국(1.5.6.9.13.) · 닭다리살간장볶음(5.6.13.) · 알찬겇잎동그랑뎡(1.2.5.6.10.15.16.) · 배추김치(9.13.) · 부시브래드(1.2.5.6.13.) · 빙그레초코딸기타입(2.)	· 잡곡밥(5.13.) · 반건오징어고추조림(5.6.13.17.18.) · 참치김치볶음(5.9.13.) · 햄스크램블에그(1.2.5.6.8.10.13.) · 베이컨구이(10.) · 허쉬크런치(5.6.13.) · 우유(2.) · 초코렛시리얼바(2.5.6.13.)	· 잡곡밥(5.13.) · 쇠고기랑자국(5.6.13.) · 알감자스팸조림(5.6.10.13.) · 허브치킨구이(2.5.6.12.13.15.) · 총각김치(9.13.) · 크림카스테라머핀(1.2.5.6.) · 바나나우유(2.)	· 잡곡밥(5.13.) · 목살김치찌개(5.9.10.13.) · 베이컨맛살전(1.5.6.10.13.) · 율가리치킨까스(1.2.5.6.10.12.13.15.) · 배추김치(9.13.) · 후도파이(1.2.5.6.) · 트로피칼주스(13.)	· 잡곡밥(5.13.) · 쇠고기미역국(5.6.13.) · 사태김치찜(5.6.9.10.13.) · 가자미살버터구이(2.5.6.13.) · 깍두기(9.13.) · 찰랑도넛츠(1.2.5.6.13.) · 미니월(2.)
식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
쇠고기(종류)/가공품	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	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	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	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	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/
명태/가공품	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아
고등어/가공품	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/
갈치/가공품	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/
오징어/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
꽃게/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
참조기/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
다랑어/가공품	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산
아귀/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
주꾸미/가공품	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/
두부	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
콩	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
국멸치, 건새우, 다시마 국내산										
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균섭취량/에너지비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	806.00	806.00	14.5	988.9	1,061.7	870.2	951.9	741.4	708.1	806.5
탄수화물(g)			62.1	127.4	196.3	129.2	131.1	127.9	98.4	104.2
단백질(g)	17.20	17.20	15.7	35.3	40.6	35.7	40.0	28.3	31.1	39.3
지방(g)			22.2	28.0	17.4	23.6	30.4	13.7	22.4	25.9
비타민A(R.E)	184.00	256.00	224.3	113.7	135.7	157.2	551.3	163.4	87.9	126.5
티아민(mg)	0.32	0.40	0.5	0.4	0.6	0.3	0.9	0.3	0.4	0.6
리보플라빈(mg)	0.42	0.50	0.8	0.3	0.7	0.5	1.9	0.4	0.4	0.7
비타민C(mg)	26.80	34.90	37.0	8.3	61.3	12.1	91.1	12.2	59.6	4.2
칼슘(mg)	259.00	315.00	217.7	121.7	99.2	291.1	373.4	203.1	121.8	179.1
철(mg)	4.00	5.40	4.1	2.8	4.7	3.5	7.2	2.5	2.7	2.8

※ 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55-65%) : 단백질(7-20%) : 지방(15-30%)
 ※ 주평균 섭취량(비타민A, 티아민, 리보플라빈, 비타민C, 칼슘, 철) : 주간영양량의 합 / 식단일수
 ※ 주평균 에너지비율
 - 에너지(kcal) : {(주간영양량의 합 / 식단일수) - 학교자체영양기준량의 에너지} / 학교자체영양기준의 에너지 x 100
 - 탄수화물 : (주평균 탄수화물 섭취량 x 4) / {(주평균 탄수화물 섭취량 x 4) + (주평균 단백질 섭취량 x 4) + (주평균 지방 섭취량 x 9)} x 100
 * 단백질/지방 : 탄수화물과 동일한 산식 적용(1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산)

※ 알레르기 정보
 1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.계 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.참

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

양서고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				1월 30일(월)	1월 31일(화)	2월 1일(수)	2월 2일(목)	2월 3일(금)	2월 4일(토)	2월 5일(일)
				· 잡곡밥(5.13.) (5.6.13.) · 쇠고기우육 (5.6.13.) · 비빔메밀국수 (3.4.5.6.13.) · 우양콩조림 (5.6.13.) · 편육 (5.6.10.13.) · 우말랭이우침 (13.) · 보쌈김치 (9.13.) · 배 · 배추쌈 (5.6.13.)	· 잡곡밥(5.13.) · 차돌박이된장국 (5.6.13.16.) · 닭김치찌개 (5.6.9.13.15.) · 마늘쫀대지고기 볶음(5.6.10.13.) · 부추장떡(5.6.) · 깍두기(9.13.) · 훈떡 (1.2.5.6.13.) · 굴	· 바지락칼국수 (5.6.9.13.) (새우) · 고기만두찜 (1.5.6.10.13.16.18.) · 구구마롤튀김 (1.2.5.6.15.16.) · 아보카도치킨타 코 (1.2.5.6.12.13.15.18.) · 배추겉절이 (9.13.) · 빅요구르트(2.)	· 잡곡밥(5.13.) · 사골만두전골 (1.5.6.9.10.13.) · 고등어우조림 (5.6.7.13.) · 고사리나물볶음 (5.6.) · 유린기 (1.2.5.6.13.15.) · 깍두기(9.13.) · 생말기타르트 (1.2.5.6.13.)	· 콩나물밥 (5.6.13.) · 근대된장국 (5.6.9.13.) · 돼지갈비찜 (2.5.6.8.10.13.) · 율파래우생채 (5.6.13.) · 멘보샤 (1.2.5.6.9.10.12.13.15.16.18.) (새우) · 배추김치 (9.13.) · 탈래간장(5.6.) · 메론	· 참치비빔밥(따 로배식)(5.6.13.) · 시금치된장국 (5.6.9.13.) · 애호박볶음 (9.13.) · 계란후라이 (1.5.) · 나박김치 (9.13.) · 피자 (1.2.5.6.10.12.13.) · 엘라이브주스 (5.13.)	· 잡곡밥(5.13.) · 어묵국 (1.5.6.13.) · 상큼살쭈꾸미볶 음(5.6.10.13.) · 단호박전 (5.6.9.13.) · 배추김치 (9.13.) · 굴 · 갯잎상추쌈 (5.6.13.) · 다꼬야끼 (1.5.6.10.12.13.) · 야채스틱
식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
쇠고기(종류)/가공품	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산
돼지고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	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	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/
명태/가공품	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아
고등어/가공품	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/
갈치/가공품	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/
오징어/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
꽃게/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
참조기/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
다랑어/가공품	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산
아귀/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
주꾸미/가공품	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/
두부	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
콩	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
국멸치, 건새우, 다시마 국내산						미더덕, 바지락-국 내/새우-베트남				
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균섭 취량/에너 지비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	806.00	806.00	15.7	951.4	818.6	1,014.0	935.5	741.6	831.1	817.0
탄수화물(g)			61.5	150.5	124.9	174.8	124.4	99.7	95.9	124.1
단백질(g)	17.20	17.20	18.3	54.9	40.2	35.5	46.3	38.2	37.7	36.0
지방(g)			20.3	18.9	20.0	14.7	29.4	23.1	36.3	22.7
비타민A(R.E)	184.00	256.00	199.2	236.2	186.2	85.4	134.8	353.6	508.9	389.9
티아민(mg)	0.32	0.40	0.9	1.3	0.6	0.7	0.8	1.1	0.3	0.7
리보플라빈 (mg)	0.42	0.50	1.2	0.5	0.7	0.5	0.7	3.4	0.6	0.6
비타민C(mg)	26.80	34.90	28.4	17.5	45.5	25.4	34.1	19.6	34.0	63.1
칼슘(mg)	259.00	315.00	140.4	150.6	89.3	245.8	105.0	111.4	211.8	130.7
철(mg)	4.00	5.40	7.6	9.3	3.6	8.6	9.7	6.8	6.9	3.4

* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55-65%) : 단백질(7-20%) : 지방(15-30%)
 * 주평균 섭취량(비타민A, 티아민, 리보플라빈, 비타민C, 칼슘, 철) : 주간영양량의 합 / 식단일수
 * 주평균 에너지비율
 - 에너지(kcal) : {(주간영양량의 합 / 식단일수) - 학교자체영양기준량의 에너지} / 학교자체영양기준의 에너지 x 100
 - 탄수화물 : (주평균 탄수화물 섭취량 x 4) / {(주평균 탄수화물 섭취량 x 4) + (주평균 단백질 섭취량 x 4) + (주평균 지방 섭취량 x 9)} x 100
 * 단백질/지방 : 탄수화물과 동일한 산식 적용(1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산)

* 알레르기 정보

1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.계 9.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

양서고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량				1월 30일(월)	1월 31일(화)	2월 1일(수)	2월 2일(목)	2월 3일(금)	2월 4일(토)	2월 5일(일)
				· 잡곡밥(5.13.) · 감자옹심이국(1.5.6.9.13.15.16.) · 닭갈비(5.6.13.) · 갈릭버터감자튀김(1.2.5.6.13.) · 싸먹는오리(5.6.13.) · 배추김치(9.13.) · 말기(5.13.)	· 소보루비빔밥(따로배식)(1.5.6.9.13.) · 배추된장국(5.6.13.) · 골뱅이무침(5.6.13.) · 나박김치(9.13.) · 누텔라생크림와플(1.2.5.6.13.) · 아침에주스(5.13.)	· 잡곡밥(5.13.) · 새알심만둣국(1.5.6.9.10.13.15.16.18.) · 계란고추장조림(1.5.6.13.) · 상추겉절이(5.6.13.) · 고구마맛탕(5.13.) · 옥살구이(5.6.10.13.) · 총각김치(9.13.) · 사과	· 잡곡밥(5.13.) · 유부북주머니국(5.6.13.) · 투움바파스타(1.2.5.6.9.10.12.13.15.)(새우) · 멕치까스(1.2.5.6.10.12.13.) · 배추김치(9.13.) · 칼릭빅바게트(1.2.5.6.13.) · 파인애플	· 잡곡밥(5.13.) · 돼지국밥(2.5.6.9.10.13.16.18.) · 투움바파스타(5.6.9.13.18.)(새우) · 아귀콩나물찜(5.6.9.13.18.)(새우) · 부추양파우침(13.) · 팔콘강정치킨(1.5.6.12.13.15.) · 깍두기(9.13.) · 굴 · 찜빵(1.2.5.6.13.)	· 잡곡밥(5.13.) · 피훈합국(5.6.13.) · 오리로스(5.6.13.) · 신선밀떡볶이(1.5.6.13.) · 김말이(1.5.6.) · 간장깻잎지(13.) · 총각김치(9.13.) · 사과	· 바몬드카레라이스(2.5.6.10.12.13.16.18.) · 우동장국(1.2.5.6.7.9.13.18.) · 키위소스샐러드(1.2.5.6.13.) · 탄두리치킨(2.5.6.10.12.13.16.18.) · 콘치즈만두(1.5.6.10.13.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 시금치고추장우침(5.6.13.)
식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
쇠고기(종류)/가공품	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	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	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	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	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/
명태/가공품	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아
고등어/가공품	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/
갈치/가공품	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/
오징어/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
꽃게/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
참조기/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
다랑어/가공품	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산
아귀/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
주꾸미/가공품	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/
두부	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
콩	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
국멸치, 건새우, 다시마 국내산							새우-베트남	아귀, 홍합-국내산 새우-베트남	홍합-국내산	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균섭취량/에너지비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	806.00	806.00	31.2	990.4	936.9	875.2	1,098.8	1,034.2	961.3	855.2
탄수화물(g)			55.0	136.1	139.5	127.1	141.0	145.5	157.8	109.6
단백질(g)	17.20	17.20	17.7	44.8	43.8	45.8	41.9	53.2	30.9	36.9
지방(g)			27.3	33.5	26.3	26.1	40.8	27.7	26.9	35.8
비타민A(R.E)	184.00	256.00	227.1	131.1	560.2	221.9	66.8	155.7	360.2	385.2
티아민(mg)	0.32	0.40	0.7	0.6	0.8	0.9	0.3	1.0	0.5	0.4
리보플라빈(mg)	0.42	0.50	0.7	0.5	1.1	0.8	0.3	0.6	0.6	0.4
비타민C(mg)	26.80	34.90	54.9	100.9	102.8	10.4	26.5	33.8	14.4	37.0
칼슘(mg)	259.00	315.00	198.8	131.1	318.3	124.2	259.3	160.9	129.9	153.8
철(mg)	4.00	5.40	6.0	4.9	8.4	4.3	6.4	6.1	10.4	4.5

※ 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55-65%) : 단백질(7-20%) : 지방(15-30%)
 ※ 주평균 섭취량(비타민A, 티아민, 리보플라빈, 비타민C, 칼슘, 철) : 주간영양량의 합 / 식단일수
 ※ 주평균 에너지비율
 - 에너지(kcal) : {(주간영양량의 합 / 식단일수) - 학교자체영양기준량의 에너지} / 학교자체영양기준의 에너지 x 100
 - 탄수화물 : (주평균 탄수화물 섭취량 x 4) / {(주평균 탄수화물 섭취량 x 4) + (주평균 단백질 섭취량 x 4) + (주평균 지방 섭취량 x 9)} x 100
 * 단백질/지방 : 탄수화물과 동일한 산식 적용(1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산)

※ 알레르기 정보
 1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.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