

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

양서고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				6월 19일(월)	6월 20일(화)	6월 21일(수)	6월 22일(목)	6월 23일(금)	6월 24일(토)	6월 25일(일)
				· 잡곡밥(5.13.) · 별속떡국(1.5.6.13.) · 콩치킨치조림(5.6.9.) · 용가리치킨(1.2.5.6.10.12.13.15.) · 총각김치(9.13.) · 크림치즈모카번(1.2.5.6.13.) · 비타한라봉주스(13.)	· 누룽밥 · 잡곡밥(5.13.) · 쇠고기메추리알조림(1.5.6.13.16.) · 베이컨맛살전(1.5.6.10.13.) · 총각김치(9.13.) · 피자토스트(1.2.5.6.10.12.13.) · 네스퀵우유(2.)	· 잡곡밥(5.13.) · 쇠고기감자국(5.6.13.) · 오징어브로콜리숙회(따로배식)(5.6.13.) · 허브치킨구이(2.5.6.12.13.15.) · 배추김치(9.13.) · 팬케이크(1.2.5.6.) · 플리또주스(5.13.)	· 잡곡밥(5.13.) · 연근땅콩조림(4.5.6.13.) · 김치볶음(2.5.6.9.10.13.) · 양송이오믈렛(1.2.5.6.10.12.13.) · 수제소세지구이(1.2.5.6.10.13.) · 견과류(14.) · 허쉬크런치(5.6.13.) · 우유(2.)	· 잡곡밥(5.13.) · 물만두계란국(1.5.6.9.10.13.16.18.) · 흑임자한돈볶음(1.2.5.6.10.13.14.15.16.18.) · 고등어고추장구이(5.6.7.13.) · 배추김치(9.13.) · 고구마슈빅데니쉬(1.2.5.6.13.) · 포켓몬우유(2.)	· 잡곡밥(5.13.) · 김치순두부국(5.9.13.) · 메추리알조림(1.5.6.13.) · 숯불바강정소스(5.6.10.12.13.) · 깍두기(9.13.) · 카스테라(1.2.5.6.13.) · 애플망고주스(13.)	· 잡곡밥(5.13.) · 육개장(5.6.13.) · 알감자조림(1.5.6.13.) · 사태고구마찜(5.6.10.13.) · 총각김치(9.13.) · 요거트(2.) · 우유하트도넛(1.2.5.6.)
식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	
쌀	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	
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	
돼지고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산 베이컨-수입	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	
오리고기/가공품	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/	
명태/가공품	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/	국내산/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	
갈치/가공품	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	
꽃게/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	
참조기/가공품	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	
아귀/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	
주꾸미/가공품	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	
두부	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
콩	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)	810.00	810.00	0.9	821.5	962.9	613.1	889.1	800.1	652.8	819.9
탄수화물(g)			60.1	128.9	136.8	112.2	123.7	110.7	112.9	121.4
단백질(g)	20.00	20.00	17.6	29.4	50.4	25.2	40.1	33.7	25.8	31.2
지방(g)			22.3	21.4	19.0	9.1	27.1	24.5	11.7	24.7
비타민A(R.E)	175.00	247.00	320.5	501.8	192.5	42.1	510.5	355.4	131.1	110.6
티아민(mg)	0.33	0.40	0.5	0.2	0.4	0.2	1.2	0.7	0.4	0.5
리보플라빈(mg)	0.40	0.48	0.9	0.4	0.9	0.5	1.9	0.7	0.4	0.6
비타민C(mg)	26.50	33.40	18.8	6.4	11.1	8.1	60.6	7.6	17.6	8.9
칼슘(mg)	236.00	280.00	286.7	133.7	528.4	49.9	283.7	437.9	110.7	237.4
철(mg)	4.00	5.40	4.6	2.8	5.0	2.4	7.2	5.8	3.4	2.6

※ 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) / 학교자체영양기준량의 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.갯

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

양서고등학교

(중식)

<p style="font-size: 24px; font-weight: bold;">주간 학교급식 영양량</p>	6월 19일(월)	6월 20일(화)	6월 21일(수)	6월 22일(목)	6월 23일(금)	6월 24일(토)	6월 25일(일)
	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥(5.13.) · 쇠고기우육(5.6.13.) · 비름나물무침(5.6.13.) · 궁중떡볶음(5.6.13.) · 닭갈비(5.6.13.) · 배추김치(9.13.) · 사과 · 아이스크림단(6.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥(5.13.) · 사골우거지국(5.6.13.) · 레몬크림소스새우(1.2.3.5.9.13.) · 근약골뱅이무침(5.6.13.) · 새송이고추장구이(5.6.13.) · 깍두기(9.13.) · 열대과일샐러드(키위)(1.5.6.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 팥초고기주먹밥(1.5.6.9.10.13.) · 잔치국수(1.5.6.13.) · 왕새우튀김(1.5.6.9.12.13.) · 양념김치(9.13.) · 달고나와플(1.2.5.6.13.) · 복숭아아이스티(11.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥(5.13.) · 시래기된장국(5.6.9.13.) · 매운돼지갈비찜(5.6.10.13.16.18.) · 마늘쫀돼지고기볶음(5.6.10.13.) · 녹두빈대떡(5.6.9.10.) · 배추김치(9.13.) · 쇠개떡(5.13.) · 참외 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥(5.13.) · 호박된장국(5.6.13.) · 콩나물무침(5.) · 고추장삼겹살구이(5.6.10.13.) · 오토노미야끼(1.5.6.8.10.12.13.17.) · 배추김치(9.13.) · 갯잎상추쌈(5.6.13.) · 블루베리바나나스무디(2.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 날치알밥(9.13.) · 배추된장국(5.6.13.) · 반건오징어초무침(13.) · 나박김치(9.13.) · 반미샌드위치(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) · 초록마늘제주감귤주스(2.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥(5.13.) · 북어콩나물국(5.9.13.) · 돈육불고기(5.6.10.13.) · 순대떡강정(2.5.6.10.12.13.16.) · 배추김치(9.13.) · 메론 · 시금치무침(5.6.13.) · 썬다시마(5.6.13.)

식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루	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
돼지고기/가공품	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
오리고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/
명태/가공품	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아
고등어/가공품	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/
갈치/가공품	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/
오징어/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
꽃게/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
참조기/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
다랑어/가공품	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산
아귀/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
주꾸미/가공품	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/
두부	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
콩	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
국멸치, 건새우, 다시마 국내산							

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균섭취량/에너지비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	
에너지(kcal)	810.00	810.00	4.3	800.4	826.8	839.5	831.5	920.2	777.2	759.4
탄수화물(g)			56.5	149.6	110.9	121.1	135.5	102.4	116.1	113.9
단백질(g)	20.00	20.00	17.3	42.1	36.8	36.3	36.3	35.5	27.3	39.1
지방(g)			26.2	6.8	31.2	23.5	16.5	42.9	16.1	18.3
비타민A(R.E)	175.00	247.00	272.7	216.6	439.0	304.9	125.5	277.5	249.2	261.3
티아민(mg)	0.33	0.40	0.5	0.4	0.4	0.4	0.7	0.8	0.3	0.6
리보플라빈(mg)	0.40	0.48	0.6	0.4	0.6	0.6	0.4	0.8	0.5	0.6
비타민C(mg)	26.50	33.40	21.4	15.8	40.2	13.5	13.5	24.1	26.5	21.6
칼슘(mg)	236.00	280.00	490.7	116.9	1,768.2	259.7	112.9	195.9	208.2	127.5
철(mg)	4.00	5.40	4.2	3.5	4.2	6.3	4.0	2.9	4.2	5.9

※ 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

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

양서고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량	6월 19일(월)		6월 20일(화)		6월 21일(수)		6월 22일(목)		6월 23일(금)		6월 24일(토)		6월 25일(일)	
	주간 학교급식 영양량	· 잡곡밥(5.13.) · 근대원장국 (5.6.9.13.) · 달걀찜 (1.9.13.) · 알갈이무침 (5.6.13.18.) · 낙지볶음 (5.6.13.) · 배추김치 (9.13.) · 스무디샤베트 (1.2.) · 명란바사삭김	· 잡곡밥(5.13.) · 앵그리어묵국 (1.5.6.7.13.18.) · 볼로냐스파게티 (1.2.5.6.10.12.13.) · 해쉬브라운 (5.6.12.) · 콘치즈스테이크 (1.2.5.6.10.13.15.16.) · 배추김치 (9.13.) · 파인애플	· 잡곡밥(5.13.) · 김치수제비국 (5.6.9.13.) · 쇠고기무나물 (5.6.) · 로제떡볶이 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) · 훈제오리냉채무침 (1.2.5.6.) · 깍두기(9.13.) · 아이스크림 (1.2.5.)	· 오므라이스 (1.2.5.6.10.12.13.) · 유부국 (5.6.13.) · 도토리묵배추무침 (5.6.13.) · 닭봉왕간장구이 (5.6.13.) · 총각김치 (9.13.) · 꿀빵 (1.2.4.5.6.13.) · 사과	· 잡곡밥(5.13.) · 버섯만두국 (1.5.6.10.13.16.18.) · 가지나물(5.6.) · 비빔만두 (1.4.5.6.10.13.) · 더블치즈롤라스 (1.2.5.6.10.12.13.15.) · 총각김치 (9.13.) · 씨없는포도	· 잡곡밥(5.13.) · 차돌박이된장국 (5.6.13.16.) · 계란고추장조림 (1.5.6.13.) · 감자채볶음 (5.10.13.) · 뿌리클치킨 (2.5.6.13.) · 망고그린샐러드 (1.2.5.6.12.13.)	· 잡곡밥(5.13.) · 라면부대전골 (1.2.5.6.9.10.13.16.) · 탕평채 (1.5.6.13.) · 파리고추말치볶음 (5.6.13.) · 가자미튀김(5.6.) · 깍두기(9.13.) · 메이플파인파이 (1.2.5.6.13.) · 양파소스 (5.6.13.) · 사과						
식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀	국내산	국내산	국내산	국내산	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	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	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	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	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	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	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	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아
고등어/가공품	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/	노르웨이/
갈치/가공품	세네갈/	세네갈/	세네갈/	세네갈/	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	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
꽃게/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
참조기/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	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	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산
아귀/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
주꾸미/가공품	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/
두부	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
콩	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
국멸치, 건새우, 다시마 국내산														가자미-미국산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균섭취량/에너지비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	810.00	810.00	12.4	715.9	932.8	998.4	894.4	806.4	979.0	946.1				
탄수화물(g)			59.1	124.6	138.7	140.5	122.6	129.8	111.8	131.6				
단백질(g)	20.00	20.00	16.9	35.5	41.0	36.3	41.9	39.9	45.7	46.7				
지방(g)			23.9	10.1	24.6	40.9	26.3	15.5	43.3	27.6				
비타민A(R.E)	175.00	247.00	199.8	341.9	90.1	322.8	203.6	40.7	231.2	191.0				
티아민(mg)	0.33	0.40	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3	0.6	0.5	0.6				
리보플라빈(mg)	0.40	0.48	0.5	0.5	0.4	0.6	0.5	0.3	0.5	1.0				
비타민C(mg)	26.50	33.40	21.4	15.5	29.2	43.2	10.8	8.2	21.6	28.8				
칼슘(mg)	236.00	280.00	247.5	171.2	382.8	304.1	127.9	251.7	120.8	338.9				
철(mg)	4.00	5.40	4.5	4.6	3.8	3.2	4.2	6.8	4.5	5.1				

※ 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.명품 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.갯