

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

양서고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				01월 29일(월)	01월 30일(화)	01월 31일(수)	02월 01일(목)	02월 02일(금)	02월 03일(토)	02월 04일(일)
				· 잡곡밥 · 초코칩머핀 (1.2.5.6) · 부대찌개 (1.2.5.6.9.10.13.15.16) · 메추리알조림 (1.5.6.13) · 꼬마돈가스 (1.5.6.10.12.13.18) · 총각김치(9) · 불닭맛김구이 · 요거트(2)	· 잡곡밥 · 쇠고기야채죽 (1.5.9.16) · 달걀오징어샌드 (1.2.5.6.10.13.15.16) · 푸실리비엔나볶음 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 고추잡채군만두 (1.5.6.10.16.18) · 배추김치(9) · 사과광고추스(13)	· 잡곡밥 · 제주바나나떡 (1.2.5.6) · 쇠고기국밥 (5.6.16) · 감자채볶음 (5.10) · 청양고추떡갈비 (1.2.3.5.6.10.12.15.16) · 깻두기(9) · 모닝시리얼우유 (5.6) · 우유(2) · 블루베리초콜릿 (2.5)	· 잡곡밥 · 반건오징어고추조림(5.6.13.17) · 돈육훈제볶음 (5.6.10) · 김치볶음 (1.2.5.6.9.10.15.16) · 피자오믈렛 (1.2.5.6.12.16) · 아몬드후레이크 (5.6) · 우유(2) · 블루베리초콜릿 (2.5)	· 잡곡밥 · 초코핫케익 (1.2.4.5.6) · 롤만두계란국 (1.5.6.9.10.16.18) · 사태고구마찜 (5.6.10.13) · 꽃맛살샐러드 (1.5.6.8.13.18) · 총각김치(9) · 동글한라봉주스 (13)	· 잡곡밥 · 고구마슈빅데니쉬(1.2.5.6) · 육개장(5.6.16) · 분홍소시지부침 (1.2.5.6.10.15.16) · 치킨너겟 (1.2.5.6.13.15) · 총각김치(9) · 요플레닥터캡슐 (2)	· 잡곡밥 · 초코휘낭시에 (1.2.5.6) · 김치어묵국 (1.5.6.9) · 미트볼엿장조림 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.18) · 두부어묵조림 (1.5.6.13) · 깻두기(9) · <b>참다래주스(키위)(13)</b>
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
3) 고춧가루/가공품				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/국내산스팸-수입	국내산/국내산	국내산/국내산베이컨-수입	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/
다량어/가공품				원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산
아귀/가공품				중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/
주꾸미/가공품				베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/
4) 콩/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
국멸치, 건새우, 다시마 국내산										
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	810.00	810.00	26.6	879.9	963.2	882.1	985.8	876.3	891.8	849.1
탄수화물(g)			54.8	112.3	122.8	121.7	120.2	125.7	133.9	129.1
단백질(g)	20.00	20.00	12.8	30.9	37.9	29.9	33.4	29.9	25.5	24.4
지방(g)			32.3	32.0	33.5	30.7	39.2	26.1	27.3	25.2
비타민A(μg RAE)	175.00	247.00	160.9	179.4	111.9	64.2	350.8	98.0	57.5	63.4
티아민(mg)	0.33	0.40	0.6	0.5	0.6	0.5	0.9	0.6	0.3	0.3
리보플라빈(mg)	0.40	0.48	0.7	0.7	0.5	0.4	1.2	0.5	0.3	0.5
비타민C(mg)	26.50	33.40	25.2	9.1	51.1	19.7	40.0	5.9	15.1	58.0
칼슘(mg)	236.00	280.00	220.1	310.2	116.8	175.2	309.2	189.2	177.6	185.3
철분(mg)	4.00	5.40	4.2	4.5	3.8	4.8	2.7	5.2	1.8	3.6

\* 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 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 25-29일 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. 갖

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

양서고등학교

(종식)

주간 학교급식 영양량				01월 29일(월)	01월 30일(화)	01월 31일(수)	02월 01일(목)	02월 02일(금)	02월 03일(토)	02월 04일(일)
				<ul style="list-style-type: none"> <li>· 잡곡밥</li> <li>· 알큰샤브샤브(5.6.16)</li> <li>· 납작면안동찜닭(5.6.13.15.16)</li> <li>· <b>아귀콩나물찜(새우)(5.6.9.13.17.18)</b></li> <li>· 달래오이무침(13)</li> <li>· 깍두기(9)</li> <li>· 군호박고구마</li> <li>· 배</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 잡곡밥</li> <li>· 순대국밥(2.5.6.9.10.13.16)</li> <li>· 계란고추장조림(1.5.6.13)</li> <li>· 창나물무침(5.6)</li> <li>· 가지야끼(5)</li> <li>· 깻잎순살닭꼬치(1.5.6.15)</li> <li>· 총각김치(9)</li> <li>· 콘소스(1.2.5.6.13)</li> <li>· 굴</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 하이라이스(1.2.5.6.12.16)</li> <li>· 어묵국(1.5.6)</li> <li>· 쇠고기무나물(5.6.16)</li> <li>· 옛날통닭(1.5.6.12.13.15)</li> <li>· 비빔만두(1.5.6.10.13.15.16.18)</li> <li>· 배추김치(9)</li> <li>· 수제과일요거트(2.11.13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 잡곡밥</li> <li>· 미니봉어빵(1.2.5.6)</li> <li>· 모시조개탕(5.6.18)</li> <li>· 송갯두부무침(5)</li> <li>· 김치전(5.6.9)</li> <li>· 바베큐상겹살구이(5.6.10.12.13)</li> <li>· 배추김치(9)</li> <li>· 깻잎상추쌈(5.6.13)</li> <li>· 딸기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· <b>해물볶음우동(5.6.9.10.13.17.18)(새우)</b></li> <li>· 쿠르릉크림스프(2.5.6.13.16)</li> <li>· 명엽채조림(5.6.13)</li> <li>· 콘치즈스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16)</li> <li>· 배추김치(9)</li> <li>· <b>과일요플레샐(2.4.13)(키위)</b></li> <li>· 비트무피클(13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 참치비빔밥(따로배식)(5.6.13)</li> <li>· 피자(1.2.5.6.10.12.13.15.16.17)</li> <li>· 건새우마늘쫄(5.6.9.13)</li> <li>· 계란후라이(1.5)</li> <li>· 나박김치(9)</li> <li>· 리이브주스(13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 잡곡밥</li> <li>· 빼없는감자탕(2.5.6.9.10)</li> <li>· 브로콜리햄볶음(1.2.5.6.10.15.16)</li> <li>· <b>월리새우(1.5.6.9.12.13)</b></li> <li>· 치즈떡갈비구이(5.6.13.15)</li> <li>· 깍두기(9)</li> <li>· 슈스틱(1.2.5.6)</li> </ul>
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
3) 고춧가루/가공품				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 베이컨-수입	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/
다량어/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/
4) 콩/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
국멸치, 건새우, 다시마 국내산				통합-국내산 <b>새우-베트남</b>			바지락, 모시, 동족-국내산	<b>새우-베트남</b>		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	810.00	810.00	45.7	973.7	984.3	998.1	995.9	983.5	730.7	979.5
탄수화물(g)			51.9	155.8	124.4	123.0	132.6	142.0	113.9	127.6
단백질(g)	20.00	20.00	17.8	42.2	40.4	47.9	41.9	37.2	34.8	41.0
지방(g)			30.3	17.1	32.2	36.9	30.0	28.6	17.6	32.9
비타민A(μg RAE)	175.00	247.00	175.8	184.9	224.5	224.6	139.2	105.8	258.7	89.8
티아민(mg)	0.33	0.40	0.8	0.7	0.7	1.0	1.0	0.5	0.7	1.5
리보플라빈(mg)	0.40	0.48	0.7	0.7	0.6	0.7	0.7	0.6	1.1	0.4
비타민C(mg)	26.50	33.40	45.3	40.6	37.2	40.2	69.2	39.2	61.8	24.0
칼슘(mg)	236.00	280.00	235.0	142.6	256.5	283.6	185.4	306.7	513.3	201.3
철분(mg)	4.00	5.40	7.7	5.2	13.0	8.2	8.9	3.1	4.6	4.5

\* 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/겉절이배추/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 25-29년 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.감

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

양서고등학교

(석식)

주간 학교급식 영양량		01월 29일(월)	01월 30일(화)	01월 31일(수)	02월 01일(목)	02월 02일(금)	02월 03일(토)	02월 04일(일)					
		· 잡곡밥 · 호박된장국 (5.6) · 양파파절이 (5.6.13) · 목살간장구이 (5.6.10.13) · 오꼬노미야끼 (1.5.6.8.10.12.13.17.18) · 배추김치(9) · 야채스틱 · 딸기	· 불고기필라프 (2.5.6.13.16) · 미소된장국 (5.6) · 시금치무침 (5.6.13) · 바베큐폭립 (5.6.10.12.13) · 메밀김치전병 (2.3.5.6.16.18) · 배추김치(9) · 푸딩	· 잡곡밥 · 새알심만둣국 (1.5.6.9.10.15.16.18) · 계란명란찜(1) · 버섯어묵볶음 (1.5.6.13) · 초코츄러스 (1.2.5.6) · 돈갈비구이 (5.6.10.13.16) · 배추김치(9) · 굴	· 치킨마요덮밥 (따로배 식)(1.5.6.13.15) · 딸기누텔라와플 (1.2.5.6.13) · 쇠고기강자국 (5.6.16) · 소라살야채무침 (5.6.13) · 나박김치(9) · 미닛메이드주스 (13)	· 잡곡밥 · 북어콩나물국 (5.9) · 낙지야채볶음 (5.6.13) · 건파래볶음 (5.6.13) · 배추김치(9) · 김가루 · 텐더치킨샐러드 (따로배 식)(1.2.5.6.13.15.18) · 사과 · 굴	· 잡곡밥 · 꽃게탕 (5.6.8.17) · 들깨고구마줄기볶음(5.6) · 순대떡강정 (2.5.6.10.12.13.16) · 닭데리야끼구이 (5.6.13.15) · 배추김치(9) · 블루베리파이 (1.2.5.6) · 사과 · 사과 · 사과 · 사과	· 짜장밥 (1.5.6.10.13.16) · 우동장국 (1.2.5.6.7.9.13.18) · 무농약백석단무지 · 계란후라이(1.5) · 맛동산탕수육 (1.4.5.6.10) · 팜플군만두 (1.5.6.10.16.18) · 배추김치(9) · 딸기소스샐러드 (1.2.5.13)	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지					
1) 쌀/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산					
2) 배추/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산					
3) 고춧가루/가공품	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					
돼지고기/가공품	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					
오리고기/가공품	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/					
명태/가공품	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/					
갈치/가공품	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					
꽃게/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/					
참조기/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/					
다량어/가공품	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산					
아귀/가공품	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/	중국산/					
주꾸미/가공품	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/	베트남/					
4) 콩/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산					
국멸치, 건새우, 다시마	국내산			소라살-터키산									
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량			
에너지 (kcal)	810.00	810.00	13.9	917.2	799.0	931.1	970.1	789.5	932.0	915.1			
탄수화물 (g)			51.6	115.5	102.8	126.8	122.2	104.8	131.7	114.2			
단백질 (g)	20.00	20.00	17.4	40.8	32.9	37.8	38.3	45.6	45.3	35.8			
지방 (g)			31.0	30.8	27.6	29.0	40.9	19.8	22.6	34.7			
비타민A (μg RAE)	175.00	247.00	141.8	110.0	222.1	137.6	155.6	83.7	76.2	110.9			
티아민 (mg)	0.33	0.40	0.7	1.0	0.4	0.9	0.9	0.6	0.5	0.6			
리보플라빈 (mg)	0.40	0.48	0.6	0.9	0.6	0.6	0.6	0.4	0.4	0.9			
비타민 C (mg)	26.50	33.40	46.5	95.2	23.1	29.1	46.7	38.2	5.1	58.7			
칼슘 (mg)	236.00	280.00	129.9	108.6	127.8	102.5	121.9	188.7	140.9	217.0			
철분 (mg)	4.00	5.40	4.5	3.3	3.1	5.9	5.8	4.5	4.5	10.5			

\* 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/열같이배추/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 25-29년 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.감