

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

금모래초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				04월 15일 (월)	04월 16일 (화)	04월 17일 (수)	04월 18일 (목)	04월 19일 (금)
				· 잡곡밥1 · 꽃게탕 (5.6.8.17.18) · 시금치무침 (5.6.18) · 새싹스테이크 (1.2.5.6.10.12.15.16) · 배추김치(9) · 스테이크소스 (1.2.5.6.12.13.16)	· 잡곡밥1 · 배추속대국 (5.6.16) · 영양콩조림 (5.6.14) · 어묵채소볶음 (5.6.18) · 석박지(9) · 배(13)	· 파인애플해시라이스(1.2.5.6.12.16) · 크런치포테이토오징어링(1.5.6.17) · 배추김치(9) · 멜론 · 수제 우리밀 모양쿠키(1.2.6)	· 잡곡밥1 · 속된장국(5.6) · 제육볶음 (5.6.10.13) · 건파래구이(13) · 배추김치(9)	· 잡곡밥1 · 조랭이떡국 (1.5.6.16.18) · 주꾸미채소볶음 (5.6.17) · 감자베이컨구이(10) · 배추김치(9) · 오렌지
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)	591.88	591.88	-3.4	614.4	512.7	670.2	472.8	587.5
탄수화물(g)			69.0	97.9	87.8	120.8	75.6	105.6
단백질(g)	14.06	14.06	16.6	30.3	18.3	19.6	23.6	25.4
지방(g)			14.5	9.8	9.6	12.2	7.5	6.4
비타민A(μg RAE)	119.92	171.34	102.1	205.2	57.5	72.7	94.4	80.9
티아민(mg)	0.22	0.27	0.6	1.2	0.2	0.6	0.6	0.4
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4
비타민C(mg)	16.58	21.05	23.3	23.8	8.0	24.1	10.3	50.4
칼슘(mg)	206.59	249.36	139.2	212.0	115.0	108.4	145.3	115.5
철분(mg)	2.61	3.36	3.0	3.2	2.2	3.8	2.5	3.2

* 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.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