

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

금모래초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				05월 20일(월)	05월 21일(화)	05월 22일(수)	05월 23일(목)	05월 24일(금)
				• 영양밥/구이김(16) • 순두부국(해물)(1.5.9.18) • 간장무채무침 • 햄야채계란찜(1.2.5.6.10.12.15) • 배추김치(9) • 간장양념장(5.6)	• 잡곡밥2 • 호박된장국(5.6) • 돼지갈비영양찜(5.6.10) • 치커리사과오렌지유자청무침(13) • 총각김치(9)	• 삼선자장면(주식)(5.6.9.10.12.13.16.17.18) • 단무지 • 집게다리튀김(1.2.5.8) • 배추김치(9) • 멜론	• 잡곡밥2 • 대구매운탕(5.6) • 단호박닭찜(5.6.15) • 들깨잎볶음(5.6) • 배추김치(9) • 푸딩젤리(5)	• 잡곡밥2 • 유부된장국(5.6) • 돈육커를릿(1.2.5.6.10.12.16.18) • 깍두기(9) • 건포도소스(1.2.5.6.12.13) • 카프레제샐러드(2.12.13)
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	483.2	548.1	652.1	603.8	570.2
탄수화물(g)			59.6	68.8	75.7	106.7	80.4	89.2
단백질(g)	14.06	14.06	19.8	23.4	26.3	25.4	35.9	28.8
지방(g)			20.6	11.6	14.1	15.1	14.8	9.1
비타민A(μg RAE)	119.92	171.34	125.3	130.0	54.0	55.5	304.3	82.8
티아민(mg)	0.22	0.27	0.5	0.4	0.7	0.3	0.5	0.6
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.4	0.6	0.4	0.2	0.6	0.3
비타민C(mg)	16.58	21.05	13.2	12.2	13.6	12.3	10.1	17.7
칼슘(mg)	206.59	249.36	182.6	203.0	130.7	148.0	242.0	189.6
철분(mg)	2.61	3.36	2.8	4.5	2.4	2.5	2.7	2.1

* 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