

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

금모래초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				07월 15일(월)	07월 16일(화)	07월 17일(수)	07월 18일(목)	07월 19일(금)
				· 찰밥 · 닭다리삼계탕(15) · 부추초무침(5) · 대구강정(1.4.5.6.12) · 깍두기(9) · 자두	· 잡곡밥 · 연포탕(5.6.18) · 숙주나물무침(5.6.18) · 연양식불고기(2.5.6.10.12.13.16) · 배추김치(9) · 적포도	· 열무상색비빔밥(1.9.15) · 현미누룽지탕 · 백김치(9) · 아이스레몬에이드(13) · 롤링찰도그(1.2.5.6.10.12.16)	· 잡곡밥1 · 건새우아욱된장국(5.6.9) · 돼지갈비영양찜(5.6.10.13) · 이색달걀찜(1.9) · 배추김치(9)	· 잡곡밥1; · 골뱅이소면무침:: (5.6) · 순두부백탕:: (1.5.6.9.13.18) · 미니완자전:: (1.5.6.10.16) · 깍두기(9)
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	-1.0	742.3	447.4	643.0	583.4	513.8
탄수화물(g)			58.6	98.5	75.2	104.1	69.2	74.3
단백질(g)	14.06	14.06	19.8	45.1	20.2	24.4	33.3	19.3
지방(g)			21.6	16.0	7.0	14.3	17.4	14.5
비타민A(μg RAE)	119.92	171.34	107.2	72.9	34.0	119.8	240.2	68.9
티아민(mg)	0.22	0.27	0.5	0.6	0.3	0.3	0.8	0.4
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.4	0.5	0.2	0.4	0.7	0.2
비타민C(mg)	16.58	21.05	19.4	9.2	10.9	44.6	22.6	9.7
칼슘(mg)	206.59	249.36	165.0	82.1	135.1	194.0	290.8	122.9
철분(mg)	2.61	3.36	3.2	3.3	3.5	2.0	3.6	3.3

* 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 찰쌀을 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