

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

금모래초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				07월 22일(월)	07월 23일(화)	07월 24일(수)	07월 25일(목)	07월 26일(금)
				· 잡곡밥2 · 소고기무국(5.16) · 고등어양념구이(5.6.7) · 배추김치(9) · 삼색나물(5)	· 잡곡밥2 · 열무된장국(5.6) · 돼지고기감자찌뽕(5.9.10) · 감자뇨끼(1.2.5.6) · 멜론	· 김주먹밥(1.2.5.6.9.10.13.15.16.18) · 냉면(1.3.5.6.16) · 깍두기(9) · 골드파인애플 · 증편	· 잡곡밥2 · 버섯햄국(1.2.5.6.9.10.15.16.18) · 쇠갓두부무침(5.6.18) · 총각김치(9) · 방울토마토(12) · 허니버터치킨(1.2.6.13.15)	· 단무지 · 교자만두(1.5.6.10.16.18) · 야쿠르트라이트500(2) · 배추김치(9) · 삼선자장밥(5.6.9.10.13.16.17)
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	-4.3	602.2	610.2	653.8	569.5	397.9
탄수화물(g)			68.3	86.6	103.1	126.7	91.0	72.6
단백질(g)	14.06	14.06	17.0	29.2	28.7	20.2	26.7	14.8
지방(g)			14.7	15.6	8.6	6.5	10.3	5.0
비타민A(㎍ RAE)	119.92	171.34	100.8	174.1	93.0	55.2	128.4	53.4
티아민(mg)	0.22	0.27	0.4	0.4	0.7	0.2	0.4	0.4
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.4	0.7	0.3	0.4	0.4	0.2
비타민C(mg)	16.58	21.05	19.1	14.6	10.1	36.4	22.0	12.4
칼슘(mg)	206.59	249.36	137.1	167.2	176.3	121.3	103.1	117.5
철분(mg)	2.61	3.36	2.7	4.0	2.4	2.7	2.0	2.5

* 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 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