

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

금모래초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				09월 02일(월)	09월 03일(화)	09월 04일(수)	09월 05일(목)	09월 06일(금)
				· 잡곡밥1 · 연포탕(5.6.18) · 돼지갈비영양찜(5.6.10.13) · 참나물무침(5.6.13) · 배추김치(9) · 거봉	· 잡곡밥1 · 둔육등뼈김치감자탕(5.6.9.10) · 무콩나물무침(5.6) · 고등어데리구이(5.6.7.18) · 석박지(9) · 유과(5)	· 오므라이스(1.2.5.6.10.13.15.16) · 수제컵피자(1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 다시마무국(5.6.18) · 깍두기(9) · 볶음밥소스(2.5.6.9.12.13.18) · 월(미니)(2)	· 잡곡밥1 · 근대된장국(5.6) · 오이갑장과(5.6.16) · 주꾸미채소볶음(5.6.17) · 배추김치(9) · 구슬아이스크림(1.2.5)	· 잡곡밥1 · 부추두부국(5.6) · 열무된장무침(5.6) · 느타리깐풍기(1.2.5.6.12.13.15.18) · 총각김치(9) · 골드키위
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	-8.0	567.5	610.5	532.5	498.9	512.3
탄수화물(g)			60.6	79.4	76.6	92.4	79.4	78.1
단백질(g)	14.06	14.06	20.3	29.6	32.1	19.3	24.3	30.9
지방(g)			19.1	13.5	17.6	9.3	8.5	7.9
비타민A(μg RAE)	119.92	171.34	115.7	82.7	34.9	138.0	200.7	122.4
티아민(mg)	0.22	0.27	0.5	0.7	0.7	0.3	0.3	0.4
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.4	0.5	0.6	0.4	0.5	0.4
비타민C(mg)	16.58	21.05	24.5	11.7	9.0	27.1	12.1	62.6
칼슘(mg)	206.59	249.36	249.9	231.1	201.7	286.0	271.9	258.5
철분(mg)	2.61	3.36	3.3	4.1	2.9	2.6	3.1	3.7

* 에너지는 권장섭취량의 $\pm 10\%$, 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