

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

금오래초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				09월 09일(월)	09월 10일(화)	09월 11일(수)	09월 12일(목)	09월 13일(금)
				· 잡곡밥2 · 건새우아욱된장국 (5.6.9) · 사과오이초무침 (13) · 치킨커틀릿 (1.2.5.6.12.13.15) · 배추김치(9) · 감귤머스터드 (1.5.13)	· 잡곡밥2 · 소고기장터국 (5.6.16) · 비엔나떡찜 (2.5.6.10.13.15.16) · 견과류멸치볶음 (14) · 석박지(9) · 멜론	· 각두기날치알볶음 밥(2.5.9.13.18) · 미니크림빵 (1.2.5.6) · 유부된장국(5.6) · 미역줄기볶음 (5.6.10) · 옥수수알버터구이 (1.2.5.13) · 열무김치(9)	· 잡곡밥2 · 황태국(1.5.6.18) · 갈아만든 연근전 (1.6.13) · 참스테이크 (2.5.6.10.12.13.16) · 각두기(9)	· 잡곡밥2 · 소고기토란국 (5.6.16.18) · 삼색니물/고추장 (5.6.13) · 단호박닭볶음 (5.6.13.15) · 배추김치(9) · 송편
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	-1.6	560.3	570.8	548.4	527.4	706.5
탄수화물(g)			62.3	84.2	87.7	86.0	79.7	112.7
단백질(g)	14.06	14.06	17.7	25.8	22.2	15.5	30.6	33.7
지방(g)			20.0	12.2	14.3	15.7	8.0	14.1
비타민A(μg RAE)	119.92	171.34	143.4	137.4	45.8	116.4	50.2	367.1
티아민(mg)	0.22	0.27	0.5	0.4	0.4	0.3	0.9	0.5
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.4	0.3	0.3	0.3	0.4	0.6
비타민C(mg)	16.58	21.05	25.8	23.1	27.9	28.9	28.7	20.5
칼슘(mg)	206.59	249.36	265.7	323.3	253.5	304.6	221.1	226.0
철분(mg)	2.61	3.36	2.6	1.9	2.0	2.9	2.2	4.1

* 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