

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

금오래초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				11월 11일(월)	11월 12일(화)	11월 13일(수)	11월 14일(목)	11월 15일(금)
				· 잡곡밥1 · 동태국(5.6) · 파닭(2.6.15) · 건파래구이 · 총각김치(9) · 파닭소스(5.13) · 달콤가래떡(5.6)	· 잡곡밥1; · 두부새우젓국 :: (5.9.18) · 허브수육(5.6.10) · 보쌈김치(9) · 상추쌈 · 썬장(5.6)	· 오므라이스 (1.2.5.6.10.13.15.16) · 미소된장국(5.6) · 오이지무침 · 열무김치(9) · 볶음밥소스 (2.5.6.9.12.13.18) · 구슬아이스크림 (1.2.5)	· 잡곡밥1 · 연포탕(5.18) · 알퐁은함박스테이크 (1.2.5.6.10.12.13.16.18) · 깍두기(9) · 골드파인애플 · 피자소스 (1.2.5.6.10.12.13.15.16)	· 잡곡밥1 · 마라탕(1.5.6.16) · 시금치무침 (5.6.18) · 잔쇼새우 (5.6.9.16) · 배추김치(9) · 월(미니)(2)
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	-2.1	720.1	531.4	462.5	554.9	628.1
탄수화물(g)			61.6	100.8	67.1	73.3	95.1	103.8
단백질(g)	14.06	14.06	18.1	36.1	33.9	16.0	22.1	21.0
지방(g)			20.3	17.4	12.4	11.4	9.0	14.2
비타민A(μg RAE)	119.92	171.34	113.6	72.9	74.8	172.1	77.5	170.9
티아민(mg)	0.22	0.27	0.5	0.7	0.8	0.3	0.3	0.3
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.4
비타민C(mg)	16.58	21.05	21.1	15.3	8.5	20.9	31.9	29.0
칼슘(mg)	206.59	249.36	263.2	275.1	250.9	285.9	232.1	271.9
철분(mg)	2.61	3.36	3.1	2.8	4.2	2.2	3.3	3.1

* 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 찹쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 포함)

2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 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