

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

금오래초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				11월 18일(월)	11월 19일(화)	11월 20일(수)	11월 21일(목)	11월 22일(금)
				· 잡곡밥2 · 떡만두국 (1.5.6.10.16.18) · 순살찜닭 (5.6.10.15.16.17.18) · 미역줄기볶음 (1.2.5.6.10.15.16) · 짬두기(9)	· 잡곡밥2;; · 소고기채소국 (5.6.16) · 고등어무조림 (5.6.7.13) · 떡볶음(5.6) · 배추김치(9) · 배(13)	· 닭칼국수 (2.5.6.15.18) · 두부담은완자전 ;;(1.5.6.10.15.16) · 배추김치(9) · 굴 · 증편	· 잡곡밥2 · 가다랭이어묵국 (1.5.6.18) · 제육볶음(5.6.10) · 시금치새우전 (1.6.9.13.17) · 짬두기(9)	· 잡곡밥2 · 건새우 아욱된장국(5.6.9) · 반반치킨 (1.2.4.5.6.12.13.15) · 감자베이컨구이(10) · 총각김치(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	-0.4	655.1	623.6	654.8	490.1	523.2
탄수화물(g)			63.6	104.2	104.8	99.2	74.8	77.3
단백질(g)	14.06	14.06	19.0	30.1	26.0	24.4	27.4	29.5
지방(g)			17.5	12.2	10.3	16.7	7.4	9.7
비타민A(㎍ RAE)	119.92	171.34	85.1	53.5	70.5	57.2	98.7	145.6
티아민(mg)	0.22	0.27	0.5	0.5	0.4	0.4	0.6	0.4
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.3	0.3	0.6	0.2	0.2	0.4
비타민C(mg)	16.58	21.05	18.5	12.9	10.8	33.2	8.5	26.9
칼슘(mg)	206.59	249.36	204.3	212.9	186.7	111.1	208.2	302.4
철분(mg)	2.61	3.36	2.3	3.3	2.6	1.7	1.9	2.0

\* 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