

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

금오래초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 02일(월)	12월 03일(화)	12월 04일(수)	12월 05일(목)	12월 06일(금)
				• 잡곡밥2 • 감자미역국(5.6.13.18) • 쏙갓두부무침(5.6.18) • 김치볶음(5.6.9.18) • 치즈불닭(2.5.6.12.13.15) • 콜토마토(12)	• 잡곡밥2 • 배추된장국(5.6) • 돼지갈비영양찜(5.6.10.13) • 총각김치(9) • 배 • 호박새우젓볶음(9)	• 카레라이스(2.5.6.10.12.13.16.18) • 왕새우튀김(6.9) • 배추김치(9) • 굴	• 잡곡밥2 • 양송이크림스프(2.5.6.13) • 참나물느타리무침(5.6) • 돈육커틀렛(1.2.5.6.10.12.13) • 깍두기(9) • 건포도소스(1.2.5.6.12.13)	• 잡곡밥2 • 어묵국(1.5.6.18) • 돈육메추리알조림(1.5.6.10) • 배추김치(9) • 파인애플 • 요거트/초코볼(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	-4.7	519.6	541.1	612.3	572.5	574.6
탄수화물(g)			64.6	85.1	77.2	105.9	93.1	87.0
단백질(g)	14.06	14.06	17.1	24.4	25.5	15.0	25.8	27.8
지방(g)			18.4	8.2	13.3	13.8	9.0	12.3
비타민A(μg RAE)	119.92	171.34	104.6	151.9	47.5	82.5	79.0	162.3
티아민(mg)	0.22	0.27	0.6	0.3	0.7	0.6	0.6	0.6
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.3	0.3	0.5	0.1	0.3	0.5
비타민C(mg)	16.58	21.05	21.6	23.4	11.4	34.9	14.3	23.9
칼슘(mg)	206.59	249.36	245.2	252.5	216.4	204.3	184.0	368.7
철분(mg)	2.61	3.36	2.1	2.5	2.2	1.5	1.6	2.6

* 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.갯