

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

금모래초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 23일(월)	12월 24일(화)	12월 25일(수)	12월 26일(목)	12월 27일(금)
				· 잡곡밥1 · 소고기장터국 (5.6.16) · 임연수달콤조림 (5.6.9.13.18) · 석박지(9) · 삼색나물(5)	· 잡곡밥1 · 황태국(1.5.6.18) · 단호박샐러드 (1.2.5.13) · 새싹스테이크 (1.2.5.6.10.12.13.16) · 배추김치(9) · 스테이크소스 (1.2.5.6.12.13.16) · 크리스마스케익 (초코)(1.2.5.6)	성탄절	· 잡곡밥1 · 호박된장국(5.6) · 김치볶음(5.9.18) · 달걀후라이(1) · 미니돼지완자 (1.5.6.10.16) · 김가루	· 잡곡밥1 · 낙지채소볶음(5) · 녹두전(5.6.10) · 깍두기(9) · 골드파인애플 · 설렁탕(5.6.16)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산		국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산		국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산		국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산		국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품				국내산	국내산		국내산	국내산
2) 배추/가공품				국내산	국내산		국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산		국내산	국내산
4) 콩/가공품				국내산	국내산		국내산	국내산
낙지/가공품				국내산	국내산		국내산	국내산
고등어/가공품				국내산	국내산		국내산	국내산
갈치/가공품				국내산	국내산		국내산	국내산
오징어/가공품				국내산	국내산		국내산	국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산		국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산		국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	591.88	591.88	-0.9	530.5	712.5		581.3	522.3
탄수화물(g)			61.5	87.4	109.4		69.8	92.6
단백질(g)	14.06	14.06	17.0	27.0	21.9		26.6	24.0
지방(g)			21.5	8.1	20.5		22.4	4.9
비타민A(μg RAE)	119.92	171.34	157.8	248.6	125.3		182.6	74.8
티아민(mg)	0.22	0.27	0.5	0.4	0.9		0.3	0.3
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.4	0.4	0.3		0.5	0.3
비타민C(mg)	16.58	21.05	16.5	19.8	9.4		10.7	25.9
칼슘(mg)	206.59	249.36	223.0	229.4	243.0		246.8	172.7
철분(mg)	2.61	3.36	4.2	7.6	3.2		3.2	3.0

* 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