

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				06월 26일(월)	06월 27일(화)	06월 28일(수)	06월 29일(목)	06월 30일(금)	07월 01일(토)	07월 02일(일)
				· 현미잡쌀밥* · 닭살삼계탕 *(통닭사용) (15) · 불어묵볶음 *(1.5.6.9.13) · 너비아니구이 #(2.5.6.10.13.15.16) · 석박지 *(9.13.18) · 크러스트슈					· 국물밀떡볶이 *(1.2.5.6.11.16.18) · 웨지감자튀김 *(2.5.12.13) · 꼬들단무지* · 행지초계란크로플버거 *(1.2.5.6.10.13) · 잔반이벤트결과후식*(1.2.5)	
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
1) 쌀				국내산				국내산		
2) 배추				국내산				국내산		
3) 고춧가루				국내산				국내산		
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산				국내산(한우)/국내산		
돼지고기/가공품				국내산/국내산				국내산/국내산		
닭고기/가공품				국내산/국내산				국내산/국내산		
오리고기/가공품				국내산/국내산				국내산/국내산		
4) 콩/가공품				국내산				국내산		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	754.07	754.07	22.2	785.1				1,058.4		
탄수화물(g)			50.3	80.0				147.5		
단백질(g)	19.17	19.17	16.7	46.5				29.1		
지방(g)			33.1	24.4				42.0		
비타민A(mg)	168.35	233.88	274.9	88.6				461.2		
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5	0.6				0.4		
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.7	0.3				1.1		
비타민C(mg)	23.50	30.19	8.3	3.0				13.5		
칼슘(mg)	255.14	313.32	4.8	235.5				498.4		
철분(mg)	3.81	5.00	4.8	5.0				4.6		

* 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

* 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