

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				07월 03일(월)	07월 04일(화)	07월 05일(수)	07월 06일(목)	07월 07일(금)	07월 08일(토)	07월 09일(일)
				• 들깨미역국 *(5.6.16) • 마라마파두부 덮밥 *(1.2.5.6.9.10. 12.13.15.16.1 8) • 타코야끼 *(1.2.5.6.13) • 배추김치 *(9.13) • 짜먹는요구르 트*(2)	• 현미밥* • 부추계란국 *(1.5.6) • 로제짬뽕 #(2.5.6.10.12. 13.15.16) • 알감자버터구 이*(2.13) • 열무김치*(9)	• 완두콩밥*(5) • 파스타샐러드 *(1.2.5.6.12.1 3) • 스카치카츠 *(1.2.5.12.15) • 배추김치 *(9.13) • 닭살마크니커 리 *(1.2.5.6.10.1 2.13.15.16.18) • 청굴주스*	• 보리밥* • 사골조랭이떡 국 *(1.5.6.10.13. 16.18) • 콩나물돈육불 고기 *(5.6.10.13) • 두부양념조림 *(5.6.13) • 배추김치 *(9.13) • 골드키위*	• 기장밥* • 돈육김치찌개 *(1.5.6.9.10.1 3.18) • 꼬들장아찌무 침*(13) • 멸치파리고추 볶음*(5.6.13) • 찜닭(우쌈까 먹는닭 )*(2.5.6.12.13 .15.16.18)		
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
1) 쌀				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
2) 배추				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
3) 고춧가루				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
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		
4) 콩/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	754.07	754.07	-0.7	675.4	707.8	900.8	785.5	676.2		
탄수화물(g)			55.4	96.9	101.0	116.6	117.5	96.2		
단백질(g)	19.17	19.17	20.5	28.0	40.2	39.3	45.9	42.2		
지방(g)			24.0	19.4	17.6	34.2	16.2	14.3		
비타민A(mg)	168.35	233.88	168.4	103.0	207.6	174.7	176.2	180.4		
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5	0.3	0.4	0.4	0.7	0.4		
리보플라빈 (mg)	0.37	0.45	0.5	0.4	0.4	0.3	0.7	0.4		
비타민C(mg)	23.50	30.19	23.0	5.6	14.1	26.6	46.8	21.9		
칼슘(mg)	255.14	313.32	277.6	280.7	334.5	226.8	255.3	290.6		
철분(mg)	3.81	5.00	4.2	4.1	3.3	4.2	5.7	3.8		

\* 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