

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				09월 11일(월)	09월 12일(화)	09월 13일(수)	09월 14일(목)	09월 15일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> • 감정콩밥(5) • 시금치토장국(5.6.9) • 알계란장조림(1.5.6.13.18) • 탄두리닭조림(2.5.6.12.13.15.16.18) • 배추김치(9.13) • 골드키위 	<ul style="list-style-type: none"> • 옥수수쌀밥 • 빼빼없는감자탕(5.6.9.10.13) • 교자만두찜(1.5.6.10.16.18) • 실곤약야채무침(5.6.12.13) • 석박지(9) • 스틱치즈케익(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> • 보리밥 • 소고기우거지국(5.6.13.16) • 고구마맛탕(13) • 유린기(5.6.13.15) • 깍두기(9) 	<ul style="list-style-type: none"> • 곤드레나물밥/부추양념장(5.6.13.16) • 현미밥 • 우렁된장찌개(5.6.16) • 미니너비아니(5.6.10.15.16) • 오이소박이(9) • 양송이브라운소스(1.2.5.6.12.13.16.18) • 구이김 	<ul style="list-style-type: none"> • 수수밥 • 황태채무국(5.6.16) • 우물고기(5.6.10.13.16.18) • 물닭팽이버섯(5.6.13) • 배추김치(9.13) • 블루베리그레놀라요거트(1.2.5.6)
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
명태/가공품								황태:러시아산
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)	753.33	753.33	-1.4	702.8	750.9	772.2	732.9	755.5
탄수화물(g)			57.7	102.6	118.0	117.9	87.8	103.3
단백질(g)	19.15	19.15	18.2	39.3	28.0	35.2	27.5	37.1
지방(g)			24.1	13.5	18.1	16.3	29.7	20.7
비타민A(mg)	168.16	233.87	129.8	161.3	153.5	66.2	148.1	120.1
티아민(mg)	0.30	0.37	0.7	0.5	0.9	0.5	1.3	0.4
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.5	0.5	0.5	0.3	0.6	0.7
비타민C(mg)	23.53	30.26	24.2	58.8	14.4	20.5	13.0	14.4
칼슘(mg)	253.74	311.87	195.5	152.5	262.5	143.8	191.4	227.1
철분(mg)	3.81	4.99	4.1	4.2	4.6	2.6	4.3	4.8

* 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

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