

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				11월 20일(월)	11월 21일(화)	11월 22일(수)	11월 23일(목)	11월 24일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> <li>· 수수밥*</li> <li>· 우렁단장찌개</li> <li>* (5.6.9)</li> <li>· 도토리묵야채무침</li> <li>* (5.6.13)</li> <li>· 닭살치즈떡볶음</li> <li>/또띠아쌈</li> <li>(2.5.6.13.15)</li> <li>· 배추김치(9)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 현미밥</li> <li>· 부대찌개</li> <li>(1.2.5.6.9.10.12.13.15.16)</li> <li>· 숙주나물무침</li> <li>(5.6)</li> <li>· 피쉬앤칩스(명태가스, 새우칩)</li> <li>(5.6.9)</li> <li>· 깍두기(9)</li> <li>· 천혜향컵젤리</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 옥수수쌀밥</li> <li>· 자장소스</li> <li>(5.6.10.13.16)</li> <li>· 고기부추파바오</li> <li>(1.5.6.10.16.18)</li> <li>· 꼬들장아찌무침</li> <li>(13)</li> <li>· 맛동산탕수육</li> <li>(1.5.6.10)</li> <li>· 배추김치(9)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 후리카게밥</li> <li>(1.2.5.6.9.13.16.18)</li> <li>· 마카로니샐러드</li> <li>(1.5.6.8.13)</li> <li>· 밀떡볶이</li> <li>(1.5.6.13)</li> <li>· 야채튀김*(초록나무)(1.5.6.18)</li> <li>· 모듬3종튀김(야채, 김말이, 만두)</li> <li>(1.5.6.10.16.18)</li> <li>· 김말이튀김#(씨제이)(1.5.6.10.16)</li> <li>· 초코우유(2)</li> <li>· 무농약단무지</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 계란볶음밥</li> <li>(1.2.5.6.10.13.15.16.18)</li> <li>· 콩나물국(5.6.9)</li> <li>· 더블치즈함박스테이크</li> <li>(1.2.5.6.10.16)</li> <li>· 백김치(9)</li> <li>· 골드파인애플</li> </ul>
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					명태가스 명태: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	-0.3	661.2	697.4	830.5	961.5	603.5
탄수화물(g)			61.3	98.9	97.0	132.1	152.9	93.9
단백질(g)	19.15	19.15	15.1	37.1	31.3	25.5	21.9	26.3
지방(g)			23.6	12.6	20.4	22.8	29.5	13.3
비타민A(μg RAE)	168.16	233.87	173.6	216.0	129.2	231.2	189.0	102.7
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5	0.7	0.5	0.6	0.2	0.4
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.6	0.7	0.5	0.8	0.6	0.4
비타민C(mg)	23.53	30.26	25.3	11.0	50.6	10.3	16.7	37.7

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
칼슘(mg)	253.74	311.87	254.4	310.9	251.4	121.4	290.6	297.7
철분(mg)	3.81	4.99	4.4	3.8	3.3	8.3	3.6	3.2

\* 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 찌쌀을 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