

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 11일(월)	12월 12일(화)	12월 13일(수)	12월 14일(목)	12월 15일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> <li>· 기장밥</li> <li>· 참대굴알탕 (5.6.9.13)</li> <li>· 안동찜닭</li> <li>*(5.6.13.15.16.18)</li> <li>· 멸치해바라기씨볶음*(5.13)</li> <li>· 석박지*(9)</li> <li>· 마시멜로우썩초코쿠키(1.2.5.6)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 햅야채데리야끼볶음밥 (1.2.5.6.10.13.15.16.18)</li> <li>· 우동장국(국물)(1.2.5.6.9.13)</li> <li>· 만다린샐러드 (1.2.5.6.12.13)</li> <li>· 닭살바베큐케사디야(2.5.6.12.13.15)</li> <li>· 깍두기(9)</li> <li>· 복숭아그런티 (11.13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 옥수수쌀밥</li> <li>· 마라탕 (1.2.4.5.6.9.10.13.15.16)</li> <li>· 콜라비말랭이무침 (5.6.13)</li> <li>· 껌바로우 (1.5.6.10)</li> <li>· 백김치(9)</li> <li>· 베이비슈 (1.2.5.6)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 서리태밥(5)</li> <li>· 돼지고기순두부찌개(1.5.6.10.13)</li> <li>· 저염쌈장(5.6.13)</li> <li>· 아삭고추된장무침 (5.6.13)</li> <li>· 보쌈(5.6.10.13)</li> <li>· 배추김치(9)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 보리밥</li> <li>· 뽕없는감자탕 (5.6.9.10.13)</li> <li>· 애호박새우젓볶음 (5.9)</li> <li>· 두부까스/칠리소스(1.2.5.6.12.13)</li> <li>· 배추김치(9)</li> <li>· 뽕카롱(딸기)(1.2.6)</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
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
다량여/가공품					가스오브시:인도네시아			
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	753.33	753.33	14.6	952.2	640.2	985.7	952.1	787.5
탄수화물(g)			54.0	131.8	111.0	138.9	83.6	114.4
단백질(g)	19.15	19.15	17.8	55.2	26.0	34.0	44.8	31.4
지방(g)			28.1	21.5	9.7	31.5	47.0	24.4
비타민A(μg RAE)	168.16	233.87	162.9	269.0	94.4	98.7	233.8	118.5
티아민(mg)	0.30	0.37	0.8	0.6	0.6	0.6	1.5	0.6
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.7	0.9	0.3	0.6	1.2	0.5
비타민C(mg)	23.53	30.26	25.7	14.1	53.5	20.6	21.0	19.4
칼슘(mg)	253.74	311.87	256.0	375.3	213.6	262.6	176.5	252.1
철분(mg)	3.81	4.99	5.5	4.8	2.7	11.0	4.5	4.4

\* 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