

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 18일(월)	12월 19일(화)	12월 20일(수)	12월 21일(목)	12월 22일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 현미밥 콩가루배추국 (5.6.9) 부추양파겨자채 (5.6.13) 훈제오리야채볶음/허니머스타드소스 (1.2.5.6) 무쌈 감귤주스(13) 	<ul style="list-style-type: none"> 기장밥 돼지고기짜글이찌개 (5.6.9.10.13) 참치마요(1.5) 모듬장조림 (1.5.6.10.12.13.18) 총각김치(9) 구이김 청포도 	<ul style="list-style-type: none"> 콩나물밥/부추장 (5.6.13.16) 열갈이된장국 (5.6.9) 순대강정 (1.2.5.6.10.12.13) 뽕난이모짜젤라틴도그 (1.2.5.6.10.12.16) 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> 울무밥* 미리먹는 동지팔죽(13) 도라지진미채볶음*(1.5.6.13.17) 콩나물돈육불고기*(5.6.10.13) 동치미(9) 감자빵(1.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 후리카케밥 (1.2.5.6.9.13.16.18) 콘스프 (2.5.6.13.16) 고구마단호박샐러드(아몬드)(1.2.5.13) 돈육참스테이크 (2.5.6.10.12.13.16) 배추김치(9) 산타케익 (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
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	진미오징어채:페루산	국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다량어/가공품					참치통조림:원양산			
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	753.33	753.33	9.6	722.1	791.7	810.8	833.6	971.4
탄수화물(g)			58.1	96.9	100.4	123.8	131.3	141.4
단백질(g)	19.15	19.15	17.3	31.6	39.9	27.2	43.7	34.8
지방(g)			24.6	23.4	24.4	21.9	14.8	27.4
비타민A(㎍ RAE)	168.16	233.87	161.6	61.9	121.6	92.4	331.8	200.5
티아민(mg)	0.30	0.37	2.0	0.5	0.9	0.4	1.2	6.8
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.7	0.7	0.5	0.5	1.1	0.7
비타민C(mg)	23.53	30.26	62.0	249.8	12.8	16.0	9.4	21.7
칼슘(mg)	253.74	311.87	220.2	190.2	164.8	353.0	120.7	272.3

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
철분(mg)	3.81	4.99	4.1	4.6	3.4	4.4	5.1	3.1

* 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