

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				01월 01일(월)	01월 02일(화)	01월 03일(수)	01월 04일(목)	01월 05일(금)
					<ul style="list-style-type: none"> • 기장밥 • 사골조랭이떡국 *(1.5.6. 13. 16) • 숙주나물무침 *(5.6) • 매콤떡갈비 (5.6. 10. 15. 16) • 배추김치(9) • 양송이브라운소스 *(1.2.5.6. 12. 13. 16 . 18) • 우리밀케익 (2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> • 소보로비빔밥 *(1.2.5.6. 10. 13. 15 . 16) • 다시마무채국 *(5.6) • 돌자반* • 볶음김치 *(5.9. 13) • 불고기또디아를 (2.5.6. 10. 12. 13. 18) 	<ul style="list-style-type: none"> • 버터김치볶음밥 *(1.2.5.6.9. 10. 13. 15. 16) • 유부된장국(5.6) • 콘샐러드 (1.5.6.8. 13) • 단무지무침* • 돈마호크 (5.6. 10. 12. 13) 	<ul style="list-style-type: none"> • 옥수수쌀밥* • 유린기 (5.6. 13. 15) • 봄동겉절이(9. 13) • 카레소스 (1.2.5.6. 10. 12. 13. 16. 18) • 리얼딸기주스(13)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품					국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
고등어/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	753.33	753.33	-4.0		809.6	613.4	904.0	565.9
탄수화물(g)			50.5		114.7	79.2	78.5	88.0
단백질(g)	19.15	19.15	19.0		28.4	33.0	41.8	32.4
지방(g)			30.5		25.8	16.9	45.4	8.6
비타민A(μg RAE)	168.16	233.87	92.6		42.9	138.8	106.3	82.5
티아민(mg)	0.30	0.37	0.9		1.2	0.8	0.8	0.7
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.4		0.4	0.5	0.5	0.2
비타민C(mg)	23.53	30.26	20.7		5.8	19.2	27.5	30.2
칼슘(mg)	253.74	311.87	157.1		153.0	196.6	196.0	82.9
철분(mg)	3.81	4.99	3.2		3.5	3.9	3.3	2.2

* 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 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