

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 04일(월)	03월 05일(화)	03월 06일(수)	03월 07일(목)	03월 08일(금)
				· 현미밥 · 소고기미역국 (5.6.13.16) · 매운돼지갈비찜 (5.6.10.13.18) · 두부양념조림 (5.6.12.13) · 배추김치(9) · 우리밀케익 (1.2.5.6.13)	· 차조밥 · 남도식콩나물국 (1.5.6.9.17) · 어묵볶음 (1.5.6.13) · 빼앳는닭갈비 (5.6.13.15) · 0 · 총각김치(9)	· 기장밥 · 우동장국(국물) (1.2.5.6.9.13) · 쫄면야채무침 (5.6.13) · 통등심돈까스/소 스 (1.2.5.6.10.12.16) · 깍두기(9) · 오렌지	· 혼합잡곡밥(5) · 시금치된장국 (5.6.9) · 상추겉절이 (5.6.13) · 캠핑모듬구이 (2.5.6.10.13.15.16) · 배추김치(9) · 구이김	· 완두콩밥 · 수제치킨샐러드 (1.2.5.6) · 머스타드소스 (1.2.5.6.15) · 배추김치(9) · 소시지토핑카레소 스 (1.2.5.6.10.12.13. 16.18) · 산양바나나우유 (2)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산
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
명태/가공품					북어채:러시아산			
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다랑어/가공품						가스오브시:인도 네시아산		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	751.16	751.16	7.9	901.2	688.9	938.9	685.3	838.0
탄수화물(g)			56.3	130.6	99.6	136.3	75.1	120.6
단백질(g)	19.11	19.11	18.5	43.9	40.2	25.7	33.3	41.6
지방(g)			25.1	21.6	13.0	31.5	25.8	19.6
비타민A(μg RAE)	167.89	233.38	219.7	257.2	131.2	140.7	175.6	393.8
티아민(mg)	0.30	0.37	0.8	1.2	0.5	0.5	0.8	1.1
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.6	0.9	0.4	0.4	0.5	0.6
비타민C(mg)	23.52	30.26	27.6	6.7	9.5	38.6	32.6	50.8
칼슘(mg)	253.61	311.60	289.0	231.5	180.1	298.3	260.5	474.6
철분(mg)	3.82	5.00	3.8	4.6	3.0	3.9	3.6	3.7

* 에너지는 권장섭취량의 ±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