

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

				04월 08일(월)	04월 09일(화)	04월 10일(수)	04월 11일(목)	04월 12일(금)
주간 학교급식 영양량				· 혼합잡곡밥(5) · 육개장 (1.5.6.13.16) · 참나물유자청무침 (13) · 피쉬앤칩스(대구 까스+새우침) (1.5.6.13) · 깍두기(9) · 스테비아토마토 (12)	· 마파두부덮밥(밥) · 황태채무국 (5.6.13) · 순바라갯잎나물무 침(5.6) · 마파두부덮밥(마 파두부 (5.6.10.12.13.18) · 타코야끼 (1.5.6.9.13) · 배추김치(9)		· 보리밥 · 웡심이국 (5.6.9.17) · 도토리묵야채무침 (5.6.13) · 매운닭고기치즈부 음(2.5.6.13.15) · 배추김치(9) · 벚꽃도넛 (1.2.5.6)	· 완두콩밥 · 자장소스 (5.6.10.13.16) · 푸실리샐러드 (1.5.6.12.13) · 참쌀탕수육/소스 (2.5.6.10.16) · 배추김치(9) · 초코우유(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
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
명태/가공품					황태채:러시아산			
다량여/가공품					가스오브시:인도 네시아			
주꾸미/가공품					베트남			
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	751.16	751.16	7.4	683.1	718.1		893.7	931.9
탄수화물(g)			58.6	97.8	93.6		125.6	150.1
단백질(g)	19.11	19.11	16.6	28.2	36.1		40.4	27.6
지방(g)			24.9	19.1	21.5		24.0	23.4
비타민A(μg RAE)	167.89	233.38	182.2	140.9	262.8		168.0	157.1
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5	0.3	0.6		0.5	0.6
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.5	0.4	0.5		0.4	0.6
비타민C(mg)	23.52	30.26	16.2	18.4	10.4		14.7	21.3
칼슘(mg)	253.61	311.60	277.1	241.2	297.7		278.2	291.1
철분(mg)	3.82	5.00	5.1	3.5	4.1		3.6	9.4

* 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 찹쌀, 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.계, 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