

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 25일(월)	03월 26일(화)	03월 27일(수)	03월 28일(목)	03월 29일(금)
				· 친환경차수수밥 · 사골국(16) · 제주갈치고구마줄기조림(5.6.13) · 새송이버섯메추리알장조림(1.5.6.13) · 애호박채어묵채볶음(1.5.6) · 깍두기(자율)(9) · 초코유기농쌀과자(지역가공품)(1.2.5.6)	· 친환경버섯카로틴쌀밥 · 단호박죽(13) · 사골육개장(13.16) · 영양닭찜(5.6.13.15) · 행감자채볶음(1.2.5.6.10.15.16) · 배추김치(9)	· 너비아니볶음밥(1.5.6.10.16) · 무청시래기들깨국(5.6) · 국물떡볶이(1.5.6.13) · 도토리묵상추무침(5.6) · 노랑잡채만두(1.5.6.10.16.18) · 배추김치(9) · 마시는순수요거트(지역가공품)(2)	· 친환경찰보리쌀밥 · 맑은콩나물국(5) · 양배추샐러드(머스터드)(1.2.5.6) · 우리당면잡채(5.6.10.13) · 오리훈제찜 · 배추김치(자율)(9) · 구운김&양념간장(5.6.13)	· 친환경현미모리쌀밥 · 닭고기미역국(5.6.15) · 영양돼지갈비찜(5.6.10.13) · 오징어초장무침(5.6.13.17) · 시금치계장무침(5.6.8) · 오이소박이(9.13) · 청포도야연젤리스틱
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
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	590.02	590.02	-10.0	407.5	534.6	664.7	552.6	494.9
탄수화물(g)			53.2	59.7	67.1	102.9	63.1	58.3
단백질(g)	13.99	13.99	18.7	21.1	28.4	21.2	23.9	28.8
지방(g)			28.1	9.8	16.1	18.8	22.5	15.3
비타민A(μg RAE)	118.75	169.62	128.5	63.6	173.9	153.7	69.1	182.1
티아민(mg)	0.22	0.28	0.3	0.2	0.4	0.2	0.3	0.6
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.4	0.3	0.6	0.3	0.6	0.5
비타민C(mg)	16.17	20.41	44.2	1.9	12.3	11.3	178.4	17.1
칼슘(mg)	209.42	252.29	100.1	70.3	105.7	170.7	70.7	83.2
철분(mg)	2.57	3.31	2.8	2.9	2.8	2.2	3.9	2.1

\* 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 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