

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주효자초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 04일(월)	03월 05일(화)	03월 06일(수)	03월 07일(목)	03월 08일(금)
				· 친환경기장밥 · 수삼닭무국(15) · 돼지갈비찜(5.6.10.13) · 시금치나물무침(5.6) · 배추김치(9) · 새학기 응원케이크(1.2.5.6)	· 친환경검정쌀밥 · 봄동배추된장국(5.6) · 순살닭고기볶음(5.6.13.15) · 참쌀김부각(5.6) · 배추김치(9) · 바나나	· 자장밥(5.6.10.13.16) · 계란실파국(1.5.6) · 꼬들단무지무침 · 배추김치(9) · 노랑만두/소스(1.5.6.10.11.12.13.15.16.18) · 사과푸딩	· 친환경혼합잡곡밥(5) · 냉이김치국(5.6.9) · 양배추찜(달래양념간장)(5.6) · 버섯소불고기(5.6.13.16) · 배추김치(9) · 초코토핑요거트(2)	· 친환경기장밥 · 소고기미역국(5.6.16) · 골뱅이곤약채소무침(5.6.13) · 코코넛연어까스&소스(1.5.6.13.16) · 배추김치(9) · 블루베리설기떡
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)	588.02	588.02	4.7	647.6	556.6	592.3	637.7	642.9
탄수화물(g)			60.5	90.3	83.2	95.6	90.5	102.7
단백질(g)	14.01	14.01	17.4	31.0	23.8	19.5	30.4	28.0
지방(g)			22.1	16.1	13.8	13.4	18.4	13.5
비타민A(μg RAE)	120.37	171.65	123.0	192.3	74.4	76.2	153.8	118.3
티아민(mg)	0.24	0.29	0.4	0.7	0.4	0.3	0.3	0.2
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.3	0.4	0.3	0.3	0.6	0.2
비타민C(mg)	16.98	21.69	14.9	19.4	9.8	14.9	24.3	5.9
칼슘(mg)	202.88	245.87	173.8	64.0	132.1	108.7	278.4	285.7
철분(mg)	2.64	3.39	2.8	2.3	1.8	1.7	5.0	3.0

* 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