

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

익산부송중학교

(중식)

|                |           |           |            |   |  |  |  |  |            |            |
|----------------|-----------|-----------|------------|---|--|--|--|--|------------|------------|
| 주간<br>학교급식 영양량 |           |           |            | 03월 24일(월)  | 03월 25일(화)   | 03월 26일(수)   | 03월 27일(목)   | 03월 28일(금)   | 03월 29일(토) | 03월 30일(일) |
|                |           |           |            | · 친환경찰수수밥<br>· 부대찌개<br>(1.2.5.6.9.10.15.16)<br>· 느타리호박볶음<br>· 스윗순살치킨<br>(1.2.5.6.15)<br>· 구이김<br>· 배추김치(배식용)(9)<br>· 허쉬초콜릿드링크(2)<br>· 양념류(5.13) | · 친환경찰모리밥<br>· 육개장<br>(1.13.16)<br>· 계란장조림<br>(1.5.6)<br>· 돌나물초무침<br>(5.6)<br>· 로제파스타<br>(1.2.5.6.10.12.13)<br>· 배추김치(배식용)(9)<br>· 딸기<br>· 양념류(5.13) | · 친환경쌀밥<br>· 잔치국수<br>(1.6)<br>· 참나물무침<br>· 등심돈까스<br>(1.2.5.6.10.12.13.16)<br>· 배추김치(배식용)(9)<br>· 짜육(천혜향한라봉청귤)(13)<br>· 양념류(5.13) | · 친환경찰수수밥<br>· 떡만두국<br>(1.5.6.10.15.16.18)<br>· 닭봉조림<br>(1.2.5.6.12.13.15.16.18)<br>· 도라지오이무침(5.6.13)<br>· 비엔나소시지볶음<br>(1.2.5.6.10.12.15.16)<br>· 겉절이(9.13)<br>· 포카리스웨트<br>· 양념류(5.13) | · 친환경쌀밥<br>· 시래기된장국<br>(5.6)<br>· 갈치무조림<br>· 로제떡볶이<br>(주)<br>(1.2.5.6.10.12.13.15.16)<br>· 닭꼬치<br>(5.6.15)<br>· 깍두기(9)<br>· 요구르트(2)<br>· 양념류(5.13) |            |            |
| 식재료            |           |           |            | 원산지   | 원산지  | 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<br>필요량 | 권장<br>섭취량 | 주평균<br>섭취량 | 영양량   | 영양량  | 영양량  | 영양량  | 영양량  | 영양량        | 영양량        |
| 에너지(kcal)      |           |           | 84,248.    | 929.0   | 759.9  | 841.7  | 847.1  | 834.7  |            |            |
| 탄수화물(g)        |           |           | 55.7       | 107.5   | 106.0  | 117.7  | 118.1  | 128.5  |            |            |
| 단백질(g)         |           |           | 14.6       | 38.5  | 26.3   | 18.4   | 34.9   | 33.4   |            |            |
| 지방(g)          |           |           | 29.7       | 36.7  | 24.3   | 31.5   | 23.9   | 20.6   |            |            |
| 비타민A(μgRAE)    |           |           | 82.2       | 79.8  | 126.6  | 68.1   | 74.3   | 62.5   |            |            |
| 티아민(mg)        |           |           | 0.6        | 0.5   | 0.9  | 0.4  | 0.5  | 0.6  |            |            |
| 리보플라빈(mg)      |           |           | 0.5        | 0.5   | 0.5  | 0.3  | 0.4  | 0.8  |            |            |
| 비타민C(mg)       |           |           | 49.9       | 19.0  | 59.4   | 126.6  | 30.8   | 13.5   |            |            |

| 영양소    | 평균<br>필요량 | 권장<br>섭취량 | 주평균<br>섭취량 | 영양량   | 영양량   | 영양량   | 영양량   | 영양량   | 영양량 | 영양량 |
|--------|-----------|-----------|------------|-------|-------|-------|-------|-------|-----|-----|
| 칼슘(mg) |           |           | 209.0      | 326.0 | 189.5 | 189.4 | 127.8 | 212.5 |     |     |
| 철분(mg) |           |           | 5.0        | 3.7   | 3.8   | 2.8   | 2.2   | 12.7  |     |     |

\* 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