

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

익산부송중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 10일(월)	03월 11일(화)	03월 12일(수)	03월 13일(목)	03월 14일(금)	03월 15일(토)	03월 16일(일)
				· 친환경찰흑미밥 · 쫄면장국(5.6) · 연근조림(5.6.13) · 제육볶음(5.6.10) · 계란찜(1.2) · 배추김치(배식용)(9) · 거피인절미(6) · 스위트플럼 · 양념류(5.13)	· 친환경찰수수밥 · 시래기된장국(5.6) · 잡채(1.5.6) · 닭다리감치볶음(5.6.9.15) · 새송이브로콜리볶음 · 배추김치(배식용)(9) · 모나카(6) · 양념류(5.13)	· 카레라이스(1.2.5.6.10.12.13.16.18) · 뉴욕핫도그(1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 두부된장국(5.6) · 갈치무조림 · 참나물무침 · 깍두기(9) · 파워에이드 · 양념류(5.13)	· 친환경찰보리밥 · 꼬지어묵국(1.2.5.6.7.9.13.18) · 돼지갈비조림(1.2.5.6.10.12.13.16.18) · 풋마늘무침 · 햄전,모듬전(1.2.5.6.10.15.16) · 배추김치(배식용)(9) · 딸기 · 양념류(5.13)	· 친환경찰수수밥 · 찜빵(5.6.9.10.13.17.18) · 썸다시마브로콜리&초고추장(5.6) · 비엔나소시지볶음(1.2.5.6.10.12.15.16) · 등심돈까스(1.2.5.6.10.12.13.16) · 깍두기(9) · 모구모구 · 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 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)			101,591	869.4	1,188.9	865.7	855.0	1,300.7		
탄수화물(g)			61.8	117.3	216.7	146.1	96.5	194.4		
단백질(g)			14.6	48.1	42.1	22.0	40.6	29.6		
지방(g)			23.5	21.1	15.3	20.5	32.1	41.4		
비타민A(μgRAE)			116.2	208.5	151.5	120.7	49.8	50.5		
티아민(mg)			0.9	1.1	0.6	1.3	1.0	0.6		
리보플라빈(mg)			0.5	0.7	0.8	0.4	0.5	0.3		
비타민C(mg)			29.8	10.5	15.8	33.1	65.5	24.2		

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
칼슘(mg)			184.2	186.6	244.3	213.6	179.3	97.0		
철분(mg)			4.0	4.8	6.0	3.5	3.0	2.8		

* 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 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