

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

익산부송중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 17일(월)	03월 18일(화)	03월 19일(수)	03월 20일(목)	03월 21일(금)	03월 22일(토)	03월 23일(일)	
				· 친환경찰보리밥	· 친환경현미찰쌀밥	· 치킨마요덮밥(1.5.6.13.15)	· 친환경찰수수밥	· 친환경찰보리밥	· 순두부찌개(1.5.9.10)	· 닭죽(15)	· 콩나물국(5)
· 미나리숙주나물	· 메추리알조림(1.5.6)	· 근대나물	· 가지나물	· 편육(5.6.10.13)	· 파리고추어묵볶음(1.5.6)	· 머위된장무침(자)(5.6)	· 탕글뽕득한도그(1.2.5.6.10.12.16)	· 감자채볶음(1.2.5.6.10.15.16)	· 시금치나물(5.6.10.15)		
· 닭갈비(5.6.13.15)	· 함박스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16)	· 깍두기(9)	· 치킨텐더샐러드(1.2.5.6.12.15.18)	· 계란말이(1.2.5.6.10.15.16)	· 배추김치(배식용)(9)	· 양념류(5.13)	· 양념류(5.13)	· 배추김치(배식용)(9)	· 모듬쌈채소(자)(5.6)		
· 나랑드사이다	· 쿠앤크/쿠앤크초(아이스슈)(1.2.5.6)	· 천혜향	· 오렌지에이드	· 양념류(5.13)	· 양념류(5.13)	· 쿠앤크/쿠앤크초(아이스슈)(1.2.5.6)	· 양념류(5.13)	· 양념류(5.13)			
· 양념류(5.13)	· 양념류(5.13)	· 양념류(5.13)	· 양념류(5.13)	· 양념류(5.13)							
식재료	원산지	원산지	원산지	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	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산			
돼지고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산			
닭고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산			
오리고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산			
1) 쌀/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
2) 배추/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
3) 고춧가루/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
4) 콩/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
낙지/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
고등어/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
갈치/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
오징어/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
꽃게/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
참조기/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	
에너지(kcal)			90,521.	699.2	934.4	1,103.7	1,029.3	759.4			
탄수화물(g)			50.3	92.1	130.0	136.8	123.8	76.1			
단백질(g)			21.8	52.9	36.6	61.8	38.4	52.5			
지방(g)			27.9	11.4	27.8	32.5	41.3	24.6			
비타민A(㎍ RAE)			165.0	159.9	219.5	163.6	52.0	229.8			
티아민(mg)			0.8	0.8	0.6	0.8	0.7	1.2			
리보플라빈 (mg)			0.6	0.5	0.6	0.8	0.3	0.7			
비타민C(mg)			21.5	5.7	9.2	50.7	22.1	19.8			
칼슘(mg)			202.8	171.0	129.7	280.3	177.5	255.7			

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량						
철분(mg)			4.4	3.7	5.1	5.0	3.1	5.0		

* 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 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