

주간 학교급식 영양량		03월 11일(월)	03월 12일(화)	03월 13일(수)	03월 14일(목)	03월 15일(금)
		진환경보리밥 얼른등뼈시래기국(10) 고구마맛탕(5.6.13) 달걀장조림(1.5.6) 오이도라지초무침(5.6.13) 배추김치(9)	진환경특미밥 팽이미소장국(5.6) 복살바베큐(6.10.12.13) 비빔곰국(5.6.13) 곤드레나물 양념햇밀알영	김자카래리이스 (2.5.6.12.13.16.18) 숙깃유부살파국(5.9) 굴참고기완자 (1.5.6.10.15.16.18) 홍나물배름무침(5) 배추김치(9) 시과	진환경보리밥 닭곰탕(15) 순살피쉬강정 (5.6.12.13) 치즈볼(1.2.5.6) 도토리묵무침(13) 쪽두기(9)	진환경귀리밥 소고기미역국(16) 오리불고기(5.6) 갈비만두찜 (1.5.6.10.16.18) 유채나물된장무침(5.6) 배추김치(9)
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
양고기/가공품		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
1) 쌀/가공품		국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
2) 배추/가공품		국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
3) 고춧가루/가공품		국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
4) 콩/가공품		국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
넙치/가공품		국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
조피볼락/가공품		국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
참돔/가공품		국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
미꾸라지/가공품		국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
뽕장어/가공품		국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
낙지/가공품		국내 및 수입혼용/ 일부수입산	국내 및 수입혼용/ 일부수입산	국내 및 수입혼용/ 일부수입산	국내 및 수입혼용/ 일부수입산	국내 및 수입혼용/ 일부수입산
명태/가공품		수입산(러시아 등)	수입산(러시아 등)	수입산(러시아 등)	수입산(러시아 등)	수입산(러시아 등)
고등어/가공품		국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
갈치/가공품		국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
오징어/가공품		국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
꽃게/가공품		국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
참조기/가공품		국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
다령어/가공품		국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
아귀/가공품		국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
주꾸미/가공품		국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
가리비/가공품		국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
우렁쉥이/가공품		국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
전복/가공품		국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
방어/가공품		국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
부세/가공품		국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	744.95	744.95	1.7	763.0	735.3	676.6
탄수화물(g)			56.0	118.0	88.3	125.2
단백질(g)	18.29	18.29	16.9	29.7	35.9	17.2
지방(g)			27.1	17.1	24.8	11.9
비타민A(as RAE)	159.02	225.20	130.8	165.7	132.9	128.5
티아민(mg)	0.29	0.34	0.6	0.6	1.1	0.5
리보플라빈(mg)	0.36	0.44	0.4	0.5	0.6	0.2
비타민C(mg)	21.45	27.82	16.9	15.3	9.9	20.6
칼슘(mg)	229.86	282.50	224.2	201.3	230.0	204.5
철분(mg)	3.03	3.88	3.4	4.0	3.4	2.3

* 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 전쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/겉절이배추/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