

주간 학교급식 영양량					04월 15일(월)	04월 16일(화)	04월 17일(수)	04월 18일(목)	04월 19일(금)
					친환경현미밥 닭곰탕(15) 국물떡볶이(1.2.5.6.12.13) 짐계다리튀김(1.5.6.8) 오이겉절이(5.6.9) 깍두기(9)	친환경흑미밥 팽이미소장국(5.6) 제육볶음(5.6.10.13) 드레싱졸면(5.6.13) 스크램블에그(1.13) 배추김치(9)	김가루볶음밥 (1.2.5.6.10.15.16) 어묵두부국(1.5.6) 매콤치킨오븐구이 (5.6.12.13.15) 도토리묵무침(13) 배추김치(9) 참외	친환경보리밥 참치찌개(5.9.16.18) 훈제오리채소볶음(5.6) 두부감무침(5) 곤드레나물 청경채겉절이(5.6.13)	친환경귀리밥 애호박고추장찌개(5.6) 광어생선가스/칠리소스 (1.5.6.12.13) 꽃맛살마카로니샐러드 (1.5.6.8.13.18) 멸치볶음 배추김치(9)
식재료					원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품					국내산(한우)/일부 수입산	국내산(한우)/일부 수입산	국내산(한우)/일부 수입산	국내산(한우)/일부 수입산	국내산(한우)/일부 수입산
돼지고기/가공품					국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산
닭고기/가공품					국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산
오리고기/가공품					국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산
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/두부 국내산/유부 등 가공품 일부 수입산	국내산/두부 국내산/유부 등 가공품 일부 수입산	국내산/두부 국내산/유부 등 가공품 일부 수입산	국내산/두부 국내산/유부 등 가공품 일부 수입산	국내산/두부 국내산/유부 등 가공품 일부 수입산
낙지/가공품					국내 및 수입산 혼용/일부 수 입산	국내 및 수입산 혼용/일부 수 입산	국내 및 수입산 혼용/일부 수 입산	국내 및 수입산 혼용/일부 수 입산	국내 및 수입산 혼용/일부 수 입산
명태/가공품					수입산(러시아 등)/수입산(러 시아 등)	수입산(러시아 등)/수입산(러 시아 등)	수입산(러시아 등)/수입산 (러시아 등)	수입산(러시아 등)/수입산(러 시아 등)	수입산(러시아 등)/수입산(러 시아 등)
고등어/가공품					국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산
갈치/가공품					국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산
오징어/가공품					국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용
꽃게/가공품					국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용
참조기/가공품					국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용
다랑어/가공품					국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용
아귀/가공품					국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용
주꾸미/가공품					국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량		영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	744.95	744.95	1.0		812.6	843.0	696.6	715.8	692.1
탄수화물(g)			58.4		133.8	113.3	92.7	85.6	116.3
단백질(g)	18.29	18.29	19.2		27.0	44.4	39.3	38.0	29.9
지방(g)			22.4		17.3	21.4	18.6	24.9	10.4
비타민A(㎍ RAE)	159.02	225.20	118.5		91.6	112.0	241.1	84.2	63.4
티아민(mg)	0.29	0.34	0.5		0.3	0.9	0.5	0.5	0.3
리보플라빈(mg)	0.36	0.44	0.4		0.2	0.5	0.5	0.8	0.2
비타민C(mg)	21.45	27.82	59.8		12.1	11.2	42.5	225.3	8.0
칼슘(mg)	229.86	282.50	203.1		181.2	200.7	153.8	209.2	270.9
철분(mg)	3.03	3.88	3.5		2.2	3.8	3.0	5.7	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 찹쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에서 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