

| 주간 학교급식 영양량    |           |           |            |  | 04월 08일(월)  | 04월 09일(화)  | 04월 10일(수)                 | 04월 11일(목)  | 04월 12일(금)   |
|----------------|-----------|-----------|------------|--|---|---|----------------------------|---|--|
|                |           |           |            |  | 친환경축미밥<br>부대찌개면<br>(1.2.5.6.9.10.13.15.16)<br>만두탕수<br>(1.5.6.10.12.13.16.18)<br>달걀찜(1)<br>냉이편장우침(5.6)<br>깍두기(9) | 친환경보리밥<br>얼큰등뼈시래기국(10)<br>핫도그/계찜<br>(1.2.5.6.10.12.16)<br>달걀장조림(1.5.6)<br>오이도라지초무침(5.6.13)<br>배추김치(9) | 22대 국회의원 선거                | 친환경귀리밥<br>속갓유부실파국(5.9)<br>굴림고기완자<br>(1.5.6.10.15.16.18)<br>매콤콩나물감채(1.5.6)<br>고구마맛탕(5.6.13)<br>배추김치(9) | 친환경혼합잡곡밥(5)<br>맑은버섯국(16)<br>목살바베규(6.10.12.13)<br>상추/쌈장/부추겉절이<br>(5.6.9.13)<br>배추김치(9)<br>샤인머스캣푸딩 |
| 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 수입산  | 국내 및 수입산 혼용/일부 수입산  | 국내 및 수입산 혼용/일부 수입산         | 국내 및 수입산 혼용/일부 수입산  | 국내 및 수입산 혼용/일부 수입산   |
| 명태/가공품         |           |           |            |  | 수입산(러시아 등)/수입산(러시아 등)   | 수입산(러시아 등)/수입산(러시아 등)   | 수입산(러시아 등)/수입산(러시아 등)      | 수입산(러시아 등)/수입산(러시아 등)   | 수입산(러시아 등)/수입산(러시아 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<br>필요량 | 권장<br>섭취량 | 주평균<br>섭취량 |  | 영양량   | 영양량   | 영양량                        | 영양량   | 영양량  |
| 에너지(kcal)      | 744.95    | 744.95    | 9.1        |  | 919.3   | 730.0   |                            | 752.3   | 849.1  |
| 탄수화물(g)        |           |           | 58.5       |  | 121.4   | 98.7  |                            | 146.3   | 102.6  |
| 단백질(g)         | 18.29     | 18.29     | 16.1       |  | 32.2  | 34.4  |                            | 16.5  | 46.4   |
| 지방(g)          |           |           | 25.4       |  | 32.3  | 20.1  |                            | 10.4  | 27.6   |
| 비타민A(㎍<br>RAE) | 159.02    | 225.20    | 141.5      |  | 141.7   | 166.1   |                            | 52.0  | 206.3  |
| 티아민(mg)        | 0.29      | 0.34      | 0.7        |  | 0.6   | 0.6   |                            | 0.3   | 1.2  |
| 리보플라빈(mg)      | 0.36      | 0.44      | 0.6        |  | 0.9   | 0.6   |                            | 0.2   | 0.8  |
| 비타민C(mg)       | 21.45     | 27.82     | 14.8       |  | 24.0  | 12.2  |                            | 14.0  | 8.9  |
| 칼슘(mg)         | 229.86    | 282.50    | 244.3      |  | 310.4   | 257.0   |                            | 198.0   | 212.0  |
| 철분(mg)         | 3.03      | 3.88      | 5.5        |  | 10.0  | 4.0   |                            | 3.2   | 4.8  |

\* 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 등에사용하는 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.깻