

주간 학교급식 영양량				12월 09일(월)	12월 10일(화)	12월 11일(수)	12월 12일(목)	12월 13일(금)
친환경미밥 유부미소장국(5.6) 국물닭볶이(1.2.5.6.12.13) 비빔순대/초장(2.5.6.10.13.16) 콩나물무침(5) 배추김치(9)				친환경미밥 한우사태곰탕(13.16) 수육(5.6.10) 비빔냉면(1.3.5.6.13.16) 상추/쌈김/부추겉절이(5.6.9.13) 깍두기(9)	김가루볶음밥 (1.2.5.6.10.15.16) 강원도감자국(5.6.9) 팜콘치킨/양념소스 (1.5.6.12.13.15) 파인애플 아동고추장무침(5.6) 배추김치(9)	친환경보리밥 바지락순두부찌개 (1.5.6.9.12.13.18) 미트볼조림 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) 잡채(5.6.10.13) 달걀말이(1) 깍두기(9)	친환경귀리밥 육개장(1.6.9.13.16.17.18) 피쉬가스/찰리소스(1.5.6.12.13) 치즈볼(1.2.5.6) 열무원장무침(5.6) 배추김치(9)	
식재료								
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	국내산	국내산
2) 배추/가공품		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품		국내산	국내산	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	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	국내 및 수입산 혼용/일부 수입산	국내 및 수입산 혼용/일부 수입산
영태/가공품		수입산(려시아 등)/수입산(려시아 등)	수입산(려시아 등)/수입산(려시아 등)	수입산(려시아 등)/수입산(려시아 등)	수입산(려시아 등)/수입산(려시아 등)	수입산(려시아 등)/수입산(려시아 등)	수입산(려시아 등)/수입산(려시아 등)	수입산(려시아 등)/수입산(려시아 등)
고등어/가공품		국내산/일부 수입산	국내산/일부 수입산	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	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	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	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	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용
다량어/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	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	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	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용	국내 및 수입산 혼용/국내 및 수입산 혼용
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주 평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	744.95	744.95	6.4	776.0	882.8	690.2	820.6	794.0
탄수화물(g)			60.9	139.6	123.8	107.0	113.9	111.2
단백질(g)	18.29	18.29	18.3	25.2	52.0	25.0	32.7	44.3
지방(g)			20.7	11.4	17.1	18.7	24.9	17.9
비타민A(㎍ RAE)	159.02	225.20	155.5	79.4	158.0	223.8	171.5	144.9
티아민(mg)	0.29	0.34	0.6	0.4	1.1	0.4	0.6	0.3
리보플라빈(mg)	0.36	0.44	0.5	0.3	0.6	0.5	0.6	0.3
비타민C(mg)	21.45	27.82	19.7	6.2	12.7	57.7	11.7	10.2
칼슘(mg)	229.86	282.50	243.7	225.3	168.2	226.1	215.6	383.4
철분(mg)	3.03	3.88	4.7	4.6	5.5	2.9	6.0	4.3

* 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: 벼, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 참쌀, 현미, 흑미 및 전.jpeg 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/깻잎이배추/봄동배추

- 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루

- 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품

- 5) 명태: 황태, 볶어 등 견조한 것은 제외

* 2023.7.1.부터 25~29번 주가 「원산지표시법 시행령」 제3조

* 알레르기 정보

01. 난류, 02. 우유, 03. 메밀, 04. 땅콩, 05. 대두, 06. 밀, 07. 고등어, 08. 계, 09. 세우, 10. 쇠지고기, 11. 복숭아, 12. 토마토, 13. 아황산류, 14. 호두, 15. 닭고기, 16. 쇠고기, 17. 오징어, 18. 조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19. 것