

주간 학교급식 영양량				04월 29일(월)	04월 30일(화)	05월 01일(수)	05월 02일(목)	05월 03일(금)
				친환경거리밥 복어두부국(5.9) 돼지고기김치찌개(9.10) 카레감자채볶음 (2.5.6.12.13.16.18) 콩나물무침(5) 깍두기(9)	친환경혼합잡곡밥(5) 달걀연자탕 (1.5.6.10.15.16.18) 행치즈롤가스/소스 (1.2.5.6.10.12.13.16.18) 시금치고추장무침(5.6) 배추김치(9) 오렌지	개고기념일	친환경흑미밥 팽이버섯된장국(5.6.18) 비엔나케첩볶음 (2.5.6.10.12.15.16) 허니버터알감자(2.13) 청포묵김무침 양념깻잎절임	친환경흑미밥 매콤버섯국(16) 간장피쉬강정(5.6.13) 비빔곤약국수(5.6.13) 도라지볶음나물 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 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 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	744.95	744.95	-0.5	751.3	772.3		772.0	670.6
탄수화물(g)			59.4	103.7	120.2		107.5	105.6
단백질(g)	18.29	18.29	16.5	41.1	25.2		26.9	28.0
지방(g)			24.1	17.5	20.6		26.6	14.1
비타민A(㎍ RAC)	159.02	225.20	135.5	55.6	240.6		189.1	56.8
티아민(mg)	0.29	0.34	0.6	0.9	0.7		0.5	0.4
리보플라빈(mg)	0.36	0.44	0.4	0.4	0.3		0.4	0.5
비타민C(mg)	21.45	27.82	31.4	21.6	44.7		46.5	12.6
칼슘(mg)	229.86	282.50	202.6	227.6	174.1		204.6	204.1
철분(mg)	3.03	3.88	3.2	3.8	2.5		3.9	2.7

* 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/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.잣