

		07월 01일(월)	07월 02일(화)	07월 03일(수)	07월 04일(목)	07월 05일(금)		
주간 학교급식 영양량		친환경견미밥 소고기미역국(16) 혼제오리채소볶음(5.6) 매콤콩나물장채(1.5.6) 삼색육상추우침(5.6.13) 배추김치(9) 유산균 음료(2)	친환경보리밥 울안두국(1.5.6.10.16.18) 닭다리튀김(1.5.6.15.16) 유자여름생선(13) 시래기된장나물(5.6) 배추김치(9)	베이컨미나리튀김밥 (5.6.10.13.18) 얇은콩나물국(5.9) 매콤치킨오븐구이 (5.6.12.13.15) 간장무채콩야찌 배추김치(9) 참외	친환경귀리밥 육개장(1.6.9.13.16.17.18) 떡이트볼조림 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) 피자치즈볼(1.2.5.6) 가지나물(5.6) 배추김치(9)	친환경혼합잡곡밥(5) 근대된장국(5.6) 육살된장구이(5.6.10) 모듬채소장아찌 상추/쌈장(5.6) 청경채겉절이(5.6.9.13)		
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		
에너지(kcal)	744.95	744.95	4.9	883.4	772.5	693.0	845.9	713.3
탄수화물(g)			55.8	125.3	99.6	105.8	111.1	97.9
단백질(g)	18.29	18.29	18.6	37.8	32.0	38.1	36.9	35.3
지방(g)			25.6	25.1	26.3	12.7	27.9	18.2
비타민A(μg RAE)	159.02	225.20	140.3	98.2	152.2	149.9	82.6	218.6
티아민(mg)	0.29	0.34	0.6	0.5	0.6	0.4	0.4	1.0
리보플라빈(mg)	0.36	0.44	0.5	0.7	0.5	0.5	0.4	0.6
비타민C(mg)	21.45	27.82	62.7	237.7	14.3	37.5	13.6	10.6
칼슘(mg)	229.86	282.50	202.9	230.6	178.0	167.7	251.4	186.8
철분(mg)	3.03	3.88	4.4	6.2	6.2	2.8	3.2	3.6

\* 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 등에서 사용하는 고춧가루
- 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
- 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외  
※ 2023.7.1.부터 25-29년 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.갯