

주간 학교급식 영양량					03월 04일(월)	03월 05일(화)	03월 06일(수)	03월 07일(목)	03월 08일(금)
					친환경축미밥 냉이원장국(5.6) 제육볶음(5.6.10.13) 달걀찜(1) 상채특상추무침(5.6.13) 배추김치(9) 생크림요거트(2)	친환경보리밥 어묵칼국수(1.5.6) 매콤치킨오븐구이(5.6.12.13.15) 연근특임자요거샐러드(1.2.5.6.13) 오이겔절이(5.6.9) 배추김치(9)	콩나물밥/달래양념장(5.6) 삼파달걀국(1.9) 방아순살구이 참리두부가라야게(1.5.6.12.13) 볶음감자(5.6.9) 말기	친환경거리밥 육개장(1.6.9.13.16.17.18) 비엔나케첩볶음(2.5.6.10.12.15.16) 감자채볶음 시금치고추장우침(5.6) 배추김치(9)	친환경혼합잡곡밥(5) 왕은배섯국(16) 국물떡볶이(1.2.5.6.13) 감말이튀김(1.5.6.16) 메이판숙주볶음(5.6.10.13.18) 배추김치(9)
식재료					원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품					국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
양고기/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
1) 쌀/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
2) 배추/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
3) 고춧가루/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
4) 콩/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
넙치/가공품					국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
조피볼락/가공품					국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
참돔/가공품					국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
미꾸라지/가공품					국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
뱅장어/가공품					국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
낙지/가공품					국내 및 수입혼용/ 일부수입산	국내 및 수입혼용/ 일부수입산	국내 및 수입혼용/ 일부수입산	국내 및 수입혼용/ 일부수입산	국내 및 수입혼용/ 일부수입산
명태/가공품					수입산(러시아 등)	수입산(러시아 등)	수입산(러시아 등)	수입산(러시아 등)	수입산(러시아 등)
고등어/가공품					국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
갈치/가공품					국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산	국내산/일부수입산
오징어/가공품					국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
꽃게/가공품					국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
참조개/가공품					국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
다랑어/가공품					국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
아귀/가공품					국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
주꾸미/가공품					국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
가리비/가공품					국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
우렁쉥이/가공품					국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
전복/가공품					국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
방어/가공품					국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용
부세/가공품					국내 및 수입혼용	국내 및 수입혼용	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	744.95	744.95	0.1	713.2	877.2	739.9	671.6	726.2	
탄수화물(g)			57.7	91.6	137.6	79.8	91.5	129.4	
단백질(g)	18.29	18.29	19.6	41.7	43.1	44.9	27.9	22.2	
지방(g)			22.8	18.6	14.9	25.3	20.8	13.3	
비타민A(μg RAE)	159.02	225.20	136.5	201.0	103.0	93.6	196.0	88.8	
티아민(mg)	0.29	0.34	0.5	0.9	0.5	0.5	0.5	0.3	
리보플라빈(mg)	0.36	0.44	0.5	0.7	0.3	0.5	0.4	0.5	
비타민C(mg)	21.45	27.82	41.4	17.8	17.7	97.8	54.7	18.8	
칼슘(mg)	229.86	282.50	255.9	307.3	186.8	473.5	161.4	150.6	
철분(mg)	3.03	3.88	5.5	7.5	2.6	5.6	3.3	8.4	

* 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 참쌀, 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.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