

주간 학교급식 영양량				03월 25일(월)	03월 26일(화)	03월 27일(수)	03월 28일(목)	03월 29일(금)
				친환경과리밥 예호박고추장찌개(5.6) 돈가스/소스 (1.2.5.6.10.12.13.16.18) 감자노기크림스프 (1.2.5.6.13.16) 오리엔탈샐러드(5.6) 간장젓갈찜(5.6) 배추김치(9)	친환경혼합잡곡밥(5) 소고기우국(16) 만두튀김찜편 (1.5.6.10.13.16.18) 하니바딘감자샐러드(2.13) 돌김치(5) 시래기원장나물(5.6) 배추김치(9)	봄나물비빔밥 (5.6.10.15) 강원도감자국(5.6.9) 익갈비 (5.6.10.15.16.18) 황포죽김부침 배추김치(9) 아보카도와일요거트(2)	친환경편미밥 여육우국(1.5.6) 닭다리바베큐 (5.6.12.13.15) 매추리알장조림(1.5.6) 도라지볶음나물 배추김치(9)	친환경족미밥 한우사태곰탕(13.16) 복숭아김치(9.10) 올리고당 갈릭식빵 (2.5.6.13) 숙주어육채볶음 (1.5.6.13.16) 죽두기(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
참조기/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
에너지(kcal)	744.95	744.95	8.7	924.0	794.0	842.4	693.3	793.7
탄수화물(g)			57.2	125.5	129.9	117.4	92.0	107.6
단백질(g)	18.29	18.29	15.5	20.7	26.9	30.5	38.3	38.6
지방(g)			27.3	37.6	17.2	28.5	16.7	21.4
비타민A(㎍ RME)	159.02	225.20	141.4	145.3	115.7	163.2	194.4	88.5
티아민(mg)	0.29	0.34	0.7	0.4	0.5	1.2	0.5	0.9
리보플라빈(mg)	0.36	0.44	0.5	0.3	0.3	0.7	0.5	0.6
비타민C(mg)	21.45	27.82	19.9	15.5	21.7	34.1	10.7	17.7
칼슘(mg)	229.86	282.50	206.3	182.2	179.0	321.7	173.2	175.6
철분(mg)	3.03	3.88	4.2	3.6	5.8	4.3	3.6	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 찰쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에서 사용하는 배추/겉절이배추/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