

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

춘포초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 17일(월)	03월 18일(화)	03월 19일(수)	03월 20일(목)	03월 21일(금)
				· 참쌀밥 · 머시롱 크림스프 (2.5.6.13.16) · 비타민나물 · 스파게티 (1.2.5.6.12.13) · 배추김치(9) · 군만두 (1.5.6.10.16.18) · 카프레제 (2.12.13)	· 찹쌀밥 · 근대국(5.6) · 연근조림(5.6.13) · 오이맛고추무침 (5.6) · 돼지고기완자 (1.6.10) · 배추김치(9) · 고구마맛탕(13)	· 삼색옥수수쌀밥 · 들깨수제비국 (5.6) · 계란장조림 (1.5.6.13) · 두부찜(5.6) · 참나물무침 · 배추김치(9) · 골드키위	· 찰흑미밥 · 찜빵국 (5.6.9.10.13.17.18) · 달걀찜(1.2) · 마늘쫀무침 (5.6.13) · 떡강정 (5.6.12.13) · 배추김치(9) · 식혜	· 친환경귀리밥 · 전복미역국 (5.6.18) · 풀면채소무침 (5.6.13) · 감자볶음 · 치킨까스 (1.2.5.6.15.18) · 배추김치(9) · 딸기
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
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/콩, 국내산	국내산/콩, 국내산	국내산/콩, 국내산	국내산/콩, 국내산	국내산/콩, 국내산
낙지/가공품				국내산, 중국산, 베트남산	국내산, 중국산, 베트남산	국내산, 중국산, 베트남산	국내산, 중국산, 베트남산	국내산, 중국산, 베트남산
명태/가공품				러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	612.90	612.90	5.1	646.8	619.0	609.9	665.2	679.7
탄수화물(g)			67.3	99.9	103.3	97.3	117.2	116.8
단백질(g)	14.95	14.95	12.8	17.1	15.8	21.7	22.7	24.0
지방(g)			19.9	19.0	14.8	14.4	10.2	11.9
비타민A(μg RAE)	128.68	184.12	91.2	69.2	90.5	96.1	114.5	85.5
티아민(mg)	0.24	0.30	0.3	0.2	0.4	0.2	0.3	0.2
리보플라빈(mg)	0.29	0.36	0.3	0.2	0.3	0.4	0.4	0.2
비타민C(mg)	18.44	23.77	31.8	12.6	22.5	62.7	11.8	49.3
칼슘(mg)	203.41	248.37	154.0	128.7	109.8	182.4	117.3	231.9
철분(mg)	2.77	3.56	2.7	1.6	2.0	4.3	3.2	2.4

* 에너지는 권장섭취량의 $\pm 10\%$, 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 찰쌀을 포함)

2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 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