

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

춘포초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 10일(월)	03월 11일(화)	03월 12일(수)	03월 13일(목)	03월 14일(금)
				• 토마코펜쌀밥(12) • 사골곰탕(13.16) • 치커리무침(5.6.13) • 오징어볶음(1.2.5.6.13.17) • 양송이오물렛(1.2.5.6.10.12.13.15.16) • 배추김치(9)	• 홍국쌀밥 • 꽃게탕(5.6.8.9.13) • 열무된장지짐(5.6.9) • 파프리카떡볶음(5.6.13) • 치즈포크커플렛(1.2.5.6.10.12.13.18) • 배추김치(9) • 방울토마토(12)	• 찹기장밥 • 아욱들깨국(5.6.9) • 돼지고기수육(5.6.10) • 콩나물무침(5.13) • 붕동겉절이(13) • 바나나 • (양념류)	• 진한경귀리밥 • 쇠고기뭇국(5.6.16) • 우영채조림(5.6.13) • 삼색나물(1.5.6.8) • 닭고기볶음(5.6.13.15) • 배추김치(9) • 미니고기찜빵만두(1.5.6.10.16.18)	• 찰보리밥 • 새우호박국(9.13) • 오리훈제야채무침(1.2.5.6) • 부추간장무침(5.6.13) • 참치김치볶음(5.9) • 배추김치(9) • 천혜향
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	0.9	615.7	662.7	569.7	659.7	583.7
탄수화물(g)			59.8	83.5	107.8	81.5	98.8	81.1
단백질(g)	14.95	14.95	18.4	30.0	27.6	29.7	26.6	25.3
지방(g)			21.8	15.7	12.4	12.6	16.3	16.4
비타민A(㎍ RAE)	128.68	184.12	144.8	183.9	167.5	194.9	127.6	50.2
티아민(mg)	0.24	0.30	0.5	0.3	0.6	0.8	0.6	0.4
리보플라빈(mg)	0.29	0.36	0.5	0.5	0.4	0.6	0.5	0.3
비타민C(mg)	18.44	23.77	27.6	9.9	20.3	26.7	14.4	66.8
칼슘(mg)	203.41	248.37	172.4	87.2	275.7	255.4	128.8	115.1
철분(mg)	2.77	3.56	3.0	2.6	3.1	2.9	4.0	2.6

* 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