

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

춘포초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 24일(월)	03월 25일(화)	03월 26일(수)	03월 27일(목)	03월 28일(금)
				• 토마코펜쌀밥(12) • 돼지고기감치찌개 (5.9.10) • 콩나물잡채(5.13) • 한우불고기 (5.6.13.16) • 호박전(1.6) • 배추김치(9) • 초코츄러스 (1.2.5.6)	• 차수수밥 • 열무된장국(5.6) • 한우장조림 (5.6.16) • 낙지볶음 (1.5.6.13) • 당면잡채 (1.5.6.10.13) • 배추김치(9)	• 찹기장밥 • 돼지갈비감자탕 (5.6.9.10.13) • 시금치된장무침 (5.6.13) • 오이지무침(13) • 생선까스 (1.5.6.13) • 배추김치(9) • 오렌지	• 삼색옥수수쌀밥 • 감자들깨국 • 돼지갈비오븐구이 (5.6.10.13) • 상추썩갠무침 (5.6.13) • 취나물들깨볶음 (5.6) • 배추김치(9) • 단호박튀김(5.6)	• 찰보리밥 • 우렁된장국(5.6) • 감자조림 (2.5.6.13) • 갈릭데리야끼방어 스테이크 • 채식 너비안볼 (1.2.5.6) • 배추김치(9) • 청포도쥬스(13)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산
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, 베 트남산	국내산, 중국산, 베 트남산	국내산, 중국산, 베 트남산	국내산, 중국산, 베 트남산	국내산, 중국산, 베 트남산
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	3.6	636.7	642.9	671.8	631.7	591.8
탄수화물(g)			59.4	90.4	98.8	91.7	87.4	94.2
단백질(g)	14.95	14.95	18.3	29.5	32.3	27.2	23.9	29.8
지방(g)			22.2	15.8	11.1	20.4	19.9	9.8
비타민A(μg RAE)	128.68	184.12	144.8	93.6	209.9	145.5	231.8	43.4
티아민(mg)	0.24	0.30	0.5	0.4	0.3	0.7	0.6	0.5
리보플라빈(mg)	0.29	0.36	0.5	0.5	0.5	0.4	0.5	0.6
비타민C(mg)	18.44	23.77	19.7	6.7	13.5	47.7	15.3	15.5
칼슘(mg)	203.41	248.37	159.5	74.6	165.0	155.0	156.2	246.7
철분(mg)	2.77	3.56	3.6	3.2	5.3	2.6	3.7	3.2

* 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