

위탁급식(도시락) 식재료 원산지 및 영양표시제

쥬다옴F&C

주간 학교급식 영양량				3월 22일(월)	3월 23일(화)	3월 24일(수)	3월 25일(목)	3월 26일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 잡곡밥(5) 두절건새우아욱국(5.6.9.13) 오징어볶음(5.6.13.17) 애호박볶음(5.9.13) 장나물오리엔탈드레싱(9.13) 배추김치(9.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> 잡곡밥(5) 소고기감자국(5.6.16). 돼지고기찜(5.6.10) 비엔나야채볶음(2.5.6.10.12.13) 청경채무침(13) 배추김치(9.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> 잡곡밥(5) 배추시래기된장국(5.9.13) 닭강정&웨이감자(5.6.15)&(5.6.12) 브로콜리맛살볶음(1.5.6.13) 도토리묵상추겉절이(5.6.13) 배추김치(9.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> 잡곡밥(5) 돈육김치찌개(1.5.6.9.10.13) 마파두부(5.6.10.12.13) 소세지전(2.5.6.10.13.16) 새우살부추무침(1.2.5.6.9.13) 깍두기(9.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> 베이컨야채볶음밥(1.2.5.6.9.10.13) 맑은콩나물국(5.9.9) 제육볶음(5.6.9) 케이준샐러드(1.2.5.6.13.15) 양파피클(13) 배추김치(9.13.)
식재료					원산지	원산지	원산지	원산지
쌀					국내산	국내산	국내산	국내산
잡곡류					국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
돼지고기					국내산	국내산	국내산	국내산
닭고기					국내산	국내산	국내산	국내산
오리고기				/	/	/	/	/
쇠고기(종류)					국내산	국내산	국내산	국내산
미꾸라지				/	/	/	/	/
낙지				/	/	/	/	/
오징어					국내산	국내산	국내산	국내산
두부				/	/	/	/	/
콩					국내산	국내산	국내산	국내산
비고								
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	866.67	866.67	1.4	886.3	839.8	896.2	848.5	923.8
탄수화물(g)			61.0	136.1	131.7	152.9	133.5	135.7
단백질(g)	19.05	19.05	16.9	43.1	32.4	33.4	41.7	40.5
지방(g)			22.2	23.2	22.5	19.5	20.9	25.3
비타민A(R.E)	189.62	268.76	309.8	241.3	432.7	315.3	368.6	191.0
티아민(mg)	0.36	0.45	0.6	0.6	1.0	0.4	0.6	0.4
리보플라빈(mg)	0.48	0.56	0.7	0.5	0.8	0.7	0.9	0.4
비타민C(mg)	27.27	35.60	18.4	14.5	17.7	14.7	17.1	28.0
칼슘(mg)	260.47	325.06	538.3	496.8	506.0	526.3	700.1	462.4
철분(mg)	3.64	4.88	6.8	5.0	8.5	8.0	6.9	5.5

* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~70%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

* 알레르기 정보

1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.갯