

## 위탁급식(도시락) 식재료 원산지 및 영양표시제

㈜다움F&C

주간 학교급식 영양량				3월 2일(화)	3월 3일(수)	3월 4일(목)	3월 5일(금)
				• 잡곡밥(5) • 바지락미역국(2.13.18) • 떡갈비(1.2.5.6.10.13) • 데리야끼어묵볶음(1.5.6.13) • 시금치우침(5.13) • 배추김치(9.13.)	• 잡곡밥(5) • 시래기된장국(5.9.13) • 등심돈까스(1.2.5.6.10.12.13) • 감자채볶음(1.2.5.6.10.15.16) • 비트오이무피클 • 배추김치(9.13.)	• 잡곡밥(5) • 닭곰탕(13.15) • 마파두부(5.10.12.13) • 소세지야채볶음(1.2.5.6.10.13) • 미나리우침(5.13) • 깍두기(9.13.)	• 새우볶음밥(1.2.5.6.9.13) • 오징어무국(5.9.13.17) • 생선까스(1.2.5.6)/타르타르소스(1.5.13) • 느타리버섯볶음(5.6.13) • 오이우침 • 배추김치(9.13.)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지
쌀				국내산	국내산	국내산	국내산
잡곡류				국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루							
돼지고기				국내산	국내산	국내산	국내산
닭고기				국내산	국내산	국내산	국내산
오리고기				국내산	국내산	국내산	국내산
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
에너지(kcal)	866.67	866.67	-1.6	931.2	838.8	839.6	842.4
탄수화물(g)			62.8	146.6	142.6	139.6	128.3
단백질(g)	19.05	19.05	16.6	39.4	29.9	34.0	38.4
지방(g)			20.7	20.9	18.4	19.6	23.1
비타민A(R.E)	189.62	268.76	221.2	122.6	143.1	342.1	286.2
티아민(mg)	0.36	0.45	0.5	0.5	0.5	0.7	0.5
리보플라빈(mg)	0.48	0.56	0.6	0.3	0.9	0.7	0.7
비타민C(mg)	27.27	35.60	24.0	15.4	24.8	36.8	15.7
칼슘(mg)	260.47	325.06	348.4	296.6	336.3	422.2	395.4
철분(mg)	3.64	4.88	4.5	3.9	3.8	5.7	4.4

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

\* 알레르기 정보

1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.계 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.