

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전북인공지능고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				06월 23일(월)	06월 24일(화)	06월 25일(수)	06월 26일(목)	06월 27일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 참쌀밥 모듬부대찌개 (1.2.5.6.9.10.15.16) 너비아니데리아끼조림 (1.5.6.10.13.16) 계란후라이(1.5) 깍두기(9) 배스킨스트로베리우유(5) 	<ul style="list-style-type: none"> 참쌀밥 굴림만두원탕 (1.5.6.10.16.18) 참나물두침 닭볶음 (5.6.13.15) 스팸튀김 (1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> 참쌀밥 쇠고기떡국 (5.6.16) 상추오리엔탈결집이(5.6.13) 제육볶음 (5.6.10.13) 에그랑뎡/계창 (1.2.5.6.10.12.15.16) 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> 참치마요구운주먹밥 (1.2.5.6.10.15.16) 시금치파프리카무침(5.6.13) 프렌치토스트/말기짬(1.2.5.6.13) 김말이강정 (1.5.6.10.12.13.16.18) 깍두기(9) 씨리얼/우유(2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 오므라이스*소스 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) 유부장국 (1.2.5.6.7.9.13.18) 짜장떡볶이 (1.2.5.6.10.13.15.16) 중국식물만두 (1.5.6.10.13.16.18) 배추김치(9) 누텔라바나나식빵(2.5.6.13)
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/판두부: 국내산/ 연두부: 순두부:외국산	국내산/판두부: 국내산/ 연두부: 순두부:외국산	국내산/판두부: 국내산/ 연두부: 순두부:외국산	국내산/판두부: 국내산/ 연두부: 순두부:외국산	국내산/판두부: 국내산/ 연두부: 순두부:외국산
낙지/가공품				베트남	베트남	베트남	베트남	베트남
명태/가공품				러시아	러시아	러시아	러시아	러시아
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품				세네갈	세네갈	세네갈	세네갈	세네갈
오징어/가공품				국내산/외국산	국내산/외국산	국내산/외국산	국내산/외국산	국내산/외국산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다랑어/가공품				원양산	원양산	원양산	원양산	원양산
아귀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
주꾸미/가공품				베트남	베트남	베트남	베트남	베트남
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	778.45	778.45	7.3	824.1	873.3	913.5	649.2	915.9
탄수화물(g)			55.7	104.0	106.6	118.1	108.1	138.5
단백질(g)	19.66	19.66	15.2	30.6	35.2	42.2	19.3	29.3
지방(g)			29.2	30.2	32.6	28.8	16.1	26.3
비타민A(μg RAE)	175.32	244.23	220.9	101.2	166.3	119.0	592.8	125.4
티아민(mg)	0.32	0.39	0.9	1.4	0.7	1.0	0.7	0.7
리보플라빈(mg)	0.39	0.47	0.6	0.5	0.5	0.4	1.0	0.7
비타민C(mg)	24.53	31.39	19.7	26.9	24.2	7.4	32.9	7.0
칼슘(mg)	247.23	301.30	243.8	261.0	65.0	210.2	548.8	133.9
철분(mg)	3.72	4.81	5.0	3.0	2.2	4.4	9.3	6.3

* 에너지는 권장섭취량의 ±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 찹쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에서 사용하는 배추/열같이배추/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.계, 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.갯