

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

진경여자중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 25일(월)	03월 26일(화)	03월 27일(수)	03월 28일(목)	03월 29일(금)
				· 백미밥 · 얼큰홍합탕 (18) · 양배추*참치쌈장 · 치즈제육(2. 10) · 후라이드닭다리 &양념 s(1.5.6. 12. 13. 15. 16) · 배추김치(9)	· 혼합잡곡밥(5) · 순살감자탕(9. 10) · 낙지콩나물찜 (5.6.8.9. 13. 17. 18) · 남도떡갈비&파채 무침(5.6. 10. 15. 16) · 배추김치(9) · 시리얼과일샐러드 (1.2.5.6. 12)	· 통살새우버거 (1.2.5.6.9. 10. 12. 15. 16) · 어니언크림스프스 프(2.5.6. 16) · 리코타치즈샐러드 (2. 12. 13) · 오이피클 · 라구파스타 (1.2.5.6. 10. 12. 13. 16) · 파치블랙티스파클 링	· 진환경귀리밥 · 해물순두부찌개 (1.5.9. 13. 18) · 짜장불고기 (5.6. 10. 13. 16) · 달걀말이(1.5) · 파김치/배추김치 (9) · 도시락김	· 친환경 찰현미밥 · 맑은대구탕 · 간장닭갈비 (5.6. 15) · 로제치즈볼 (1.2.5.6) · 청경채무침 · 배추김치(9) · 리얼초코프리첼 (1.2.5.6)
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/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품				베트남산	베트남산	베트남산	베트남산	베트남산
명태/가공품				러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품				세네갈산	세네갈산	세네갈산	세네갈산	세네갈산
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
주꾸미/가공품				베트남산	베트남산	베트남산	베트남산	베트남산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	663.21	663.21	8.1	680.9	708.7	746.9	726.0	722.1
탄수화물(g)			57.0	91.6	93.7	107.1	102.3	109.9
단백질(g)	18.01	18.01	18.8	34.2	35.4	25.2	36.1	35.3
지방(g)			24.2	19.5	19.4	24.6	16.9	14.8
비타민A(μg RAE)	157.73	217.00	123.2	197.1	82.3	144.9	127.2	64.8
티아민(mg)	0.30	0.37	0.7	0.8	0.9	0.7	0.8	0.3
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.5	0.6	0.4	0.8	0.5	0.2
비타민C(mg)	23.76	30.77	31.7	94.3	16.9	16.1	15.6	15.5
칼슘(mg)	235.06	285.06	167.0	131.7	148.0	298.2	118.5	138.8

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
철분(mg)	3.93	5.24	3.6	4.2	4.0	4.2	4.1	1.6

- \* 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 찰쌀, 현미, 흑미 및 찌쌀을 포함)
2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 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