

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

진경여자중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 31일(월)	04월 01일(화)	04월 02일(수)	04월 03일(목)	04월 04일(금)
				· 일식카레라이스 (2.5.6.10.12.13.15.16.18) · 매운콩나물국(5) · 꼬들단무지무침 · 케이준샐러드 (1.2.5.6.12.15.18) · 배추김치(9) · 상하목장요구르트(2)				
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산				
돼지고기/가공품				국내산/국내산				
닭고기/가공품				국내산/국내산				
오리고기/가공품				국내산/국내산				
1) 쌀/가공품				국내산				
2) 배추/가공품				국내산				
3) 고춧가루/가공품				국내산				
4) 콩/가공품				국내산/국내산				
낙지/가공품				베트남산				
명태/가공품				러시아산				
고등어/가공품				국내산				
갈치/가공품				세네갈산				
오징어/가공품				국내산				
꽃게/가공품				국내산				
참조기/가공품				국내산				
주꾸미/가공품				베트남산				
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	670.00	670.00	-7.8	617.6				
탄수화물(g)			52.1	81.9				
단백질(g)	18.40	18.40	21.3	33.5				
지방(g)			26.6	18.6				
비타민A(㎍ RAE)	160.00	217.00	280.7	280.7				
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5	0.5				
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.5	0.5				
비타민C(mg)	23.78	30.82	49.8	49.8				
칼슘(mg)	250.00	300.00	291.8	291.8				
철분(mg)	4.00	5.40	4.7	4.7				

\* 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 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