

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

진경여자중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				04월 14일(월)	04월 15일(화)	04월 16일(수)	04월 17일(목)	04월 18일(금)
				· 유니짜장면 (2.5.6.10.13) · 황태콩나물국 (1.5) · 단무지무침 · 어항가지 · 배추김치(9) · 최고야포도C(13) · 공통양념 1(5.6.13)	· 혼합잡곡밥(5) · 감자옹심이국 (1.17) · 닭볶음탕(15) · 바삭불고기육전 &파채(1.2.5.6.16) · 구운김&양념장 · 배추김치(9) · 오레오츄러스 (1.2.5.6) · 공통양념 1(5.6.13)	· 주꾸미야채덮밥 (2.5.6.12.13.16.18) ) · 미역오이냉국 (5.6.16) · 열대과일샐러드 (1.2.5.6) · 로제뉴진면볶이 (2.5.10.12.13.16) · 석박지(9) · 홍삼사과워터젤리 (13) · 공통양념 1(5.6.13)	· 친환경흑미밥 · 육개장(16) · 김가루콩나물무침 (5) · 미나리새우전 (5.6.9) · 배추김치(9) · 소떡소떡 (1.5.6.10.15) · 흑임자깨죽 · 공통양념 1(5.6.13)	· 차조밥 · 빨간순대국밥 (2.5.6.10.13.16) · 오이고추무침 · 카레감자채볶음 (2.5.6.12.13.16.18) ) · 매콤달콤닭강정 (5.6.12.13.15) · 깍두기(9) · 미니요아정 (2.5.6.13) · 공통양념 1(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/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)	670.00	670.00	9.6	656.8	751.1	741.1	724.8	799.1
탄수화물(g)			61.9	107.4	101.0	117.6	120.2	123.8
단백질(g)	18.40	18.40	17.0	36.8	33.6	23.7	28.6	33.5
지방(g)			21.1	10.6	22.6	17.8	17.2	18.3
비타민A(㎍ RAE)	160.00	217.00	124.3	77.3	128.1	153.5	131.5	131.3
티아민(mg)	0.30	0.37	0.6	0.8	0.5	0.3	0.4	0.7
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	1.1	2.2	0.8	0.9	0.8	0.6
비타민C(mg)	23.78	30.82	28.4	36.5	21.2	29.1	13.9	41.5
칼슘(mg)	250.00	300.00	244.4	241.2	119.8	292.7	414.9	153.2
철분(mg)	4.00	5.40	5.0	5.6	4.3	5.6	5.4	4.1

\* 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 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