

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

진경여자중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				11월 25일(월)	11월 26일(화)	11월 27일(수)	11월 28일(목)	11월 29일(금)
				· 백미밥 · 쇠고기미역국(16) · 마파두부 (5.6.10.12.13.18) · 고기김치전 (1.6.9.10) · 배추김치(9) · 청경채무침 · 바람떡	· 친환경흑미밥 · 콩비지찌개 (5.9.10) · 알배기배추&쌈장 · 애호박감자채볶음 · 고추장제육(10) · 배추김치(9)	· 후리가케주먹밥 (1.2.5.6.9.13.16.18) · 상하이토마토파스타 (1.5.6.10.12.13.16.17.18) · 브로콜리크림스프 (2.5.6.16) · 야채모듬피클 · 치즈돈까스 (1.2.5.6.10.12.13.18) · 파인애플스틱(5)	· 친환경혼합잡곡밥(5) · 돼지고기김치찌개(5.9.10) · 두부계란전(1.5) · 풀면채소무침(5.6) · 깍두기(9) · 도시락김	· 친환경 보리밥 · 꽃게된장국(5.8) · 눈꽃치즈순살닭갈비(2.15) · 애너타리버섯볶음 · 깻잎튀김 (1.5.6.10) · 배추김치(9)
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	-2.2	649.4	642.4	719.3	600.4	632.4
탄수화물(g)			60.4	99.7	107.3	109.4	83.3	85.3
단백질(g)	18.01	18.01	18.7	29.9	31.9	28.2	28.9	30.9
지방(g)			20.9	13.8	8.6	19.2	14.8	18.2
비타민A(μg RAE)	157.73	217.00	82.0	82.0	45.4	65.8	71.7	144.9
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5	0.5	0.8	0.6	0.3	0.4
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.4	0.5	0.3	0.5	0.4	0.4
비타민C(mg)	23.76	30.77	25.7	15.8	47.7	37.7	8.5	18.7
칼슘(mg)	235.06	285.06	166.3	174.4	160.8	180.9	145.9	169.2

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
철분(mg)	3.93	5.24	3.4	4.0	2.8	4.4	3.4	2.5

- \* 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