학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

진경여자중학교 (중식)

주간 학교급식 영양량				07월 07일(월)	07월 08일(화)	07월 09일(수)	07월 10일(목)	07월 11일(금)
				・친환경혼합잡곡밥(5) ・사골떡국(1.5.10.13.16) ・순살닭바베큐조림(6.12.13.15) ・사과치커리무침 ・해물파전(1.6.9.13.17.18) ・배추김치(9)	・친환경차조밥 ・쇠고기미역국(16) ・명이나물 ・대패삼겹숙주볶음(10) ・타코야끼(1.2.5.6.13) ・배추김치(9) ・고구마치즈케이크(1.2.5.6)	・옛날통닭&양념치킨s(2.5.6.12.13.15) ・후리가케주먹밥(1.2.5.6.9.13.16.18) ・양배추샐러드&케요네즈(1.5.12) ・매콤떡볶이(1.5.6.13) ・나랑드사이다 ・치킨무	・친환경혼합잡곡밥(5) ・참치김치찌개(5.9) ・동파육&파채겉절이(5.6.10.13.18) ・쫄면채소무침(5.6) ・감자채전(6) ・총각김치(9)	・미니밥 ・해물칼국수(5.6.9.18) ・쫀득김치만두(1.5.6.10.18) ・꼬들단무지무침 ・배추겉절이 ・전남친토스트(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/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	8.9	702.0	729.8	895.0	612.7	708.4
탄수화물(g)			58.1	109.2	83.4	123.9	93.6	114.9
단백질(g)	18.40	18.40	16.8	41.2	19.6	35.8	32.1	22.9
지방(g)			25.1	10.9	34.1	28.9	10.4	16.5
비타민A(㎍ RAE)	160.00	217.00	65.1	65.0	46.3	120.1	30.3	63.7
티아민(mg)	0.30	0.37	0.4	0.5	0.4	0.4	0.6	0.3
리보플라빈(mg)	0.34	0.40	0.4	0.5	0.2	0.5	0.4	0.3
비타민C(mg)	23.78	30.82	16.1	17.8	5.3	30.1	13.8	13.7
칼슘(mg)	250.00	300.00	118.5	104.3	103.5	185.6	90.9	108.4
철분(mg)	4.00	5.40	3.2	4.0	2.1	4.3	2.4	3.2

* 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 찐쌀을 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