

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 11일(월)	03월 12일(화)	03월 13일(수)	03월 14일(목)	03월 15일(금)
				· 친환경차조밥 · 한우갈비탕 (1.5.6.16) · 오징어브로콜리숙회(5.6.13.17) · 통살새우가스 (1.5.6.9) · 깍두기(자율)(9) · 감귤타르타르소스 (1.5.13) · 한라봉	· 친환경오곡쌀밥 · 검정깨죽(13) · 대구매운탕(9.13) · 닭가슴살겨자냉채 (13.15) · 수제돈가스 (1.2.5.6.10.13) · 배추김치(9) · 수제데미소스 (1.2.5.6.12.13.16) · 방울토마토(12)	· 찰밥(작은밥)(13) · 감치콩나물국 (5.9) · 냉이된장무침 (5.6) · 짜장면(중화면) (5.6.10.13.16) · 조청순살닭강정 (1.4.5.6.12.13.15) · 배추김치(자율) (9) · 한국야쿠르트(2) · 미니도시락김(지역가공품)	· 친환경현미흑미밥 · 바지락미역국 (9.18) · 꼬막살야채초무침 (5.6.13.18) · 고추장돼지불고기 (5.6.10.13) · 참쌀핫도그 (1.2.5.6.10.15.18) · 백김치(9) · 채소쌈/쌈장(자율) )	· 친환경조각검정콩 밥(5) · 쇠고기파송송계란 탕(1.16) · 닭봉조림 (5.6.13.15) · 청경채새우살볶음 (5.6.9.12.13.18) · 알감자버터구이 (2.13) · 배추김치(자율) (9) · 골드키위
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
낙지/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	590.02	590.02	3.4	757.8	617.2	624.0	527.0	525.0
탄수화물(g)			55.7	91.7	82.0	112.1	68.0	67.0
단백질(g)	13.99	13.99	18.8	24.6	32.5	30.1	28.3	26.0
지방(g)			25.5	30.9	16.9	7.1	15.0	15.6
비타민A(μg RAE)	118.75	169.62	103.3	56.8	92.1	156.6	112.1	98.8
티아민(mg)	0.22	0.28	0.4	0.2	0.7	0.5	0.6	0.2
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.4	0.4	0.6	0.5	0.4	0.4
비타민C(mg)	16.17	20.41	28.7	32.5	17.0	18.1	13.5	62.3
칼슘(mg)	209.42	252.29	168.2	80.0	283.3	194.3	184.2	99.5
철분(mg)	2.57	3.31	3.7	3.5	3.1	5.8	2.7	3.5

\* 에너지는 권장섭취량의  $\pm 10\%$ , 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 찰쌀을 포함)

2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 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