

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				06월 02일(월)	06월 03일(화)	06월 04일(수)	06월 05일(목)	06월 06일(금)
				• 친환경차조밥 • 전복미역국 (5.6.9.18) • 닭다리살데리야끼 조림(5.6.13.15) • 두릅오이초무침 (5.6.13) • 사랑행달걀부침 (1.2.5.6.10.12.15.16) • 감자크로켓/유기농토마토케첩 (1.5.6.12) • 배추김치(9)		• 미소된장국 (5.6.9.18) • 우리밀감자고기편만두 (1.5.6.10.16.18) • 단무지실파무침(자율) • 멸치김치볶음 (9.13) • 치킨마요덮밥 (1.5.6.12.13.15) • 미니도시락김(이츠월)	• 친환경미귀리밥 • 육개장(13.16) • 치즈콘샐러드 (1.2.5.13) • 열무순알갈이배추무침(5.6) • 구워먹는돈까스/가츠동소스 (1.2.5.6.7.10.13.18) • 짬두기(9) • 우리밀초코파이(호국보훈)(1.2.5.6)	
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산		국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	
돼지고기/가공품				국내산/국내산		국내산/국내산	국내산/국내산	
닭고기/가공품				국내산/국내산		국내산/국내산	국내산/국내산	
오리고기/가공품				국내산/국내산		국내산/국내산	국내산/국내산	
1) 쌀/가공품				국내산		국내산	국내산	
2) 배추/가공품				국내산		국내산	국내산	
3) 고춧가루/가공품				국내산		국내산	국내산	
4) 콩/가공품				국내산		국내산	국내산	
낙지/가공품				국내산		국내산	국내산	
고등어/가공품				국내산		국내산	국내산	
갈치/가공품				국내산		국내산	국내산	
오징어/가공품				국내산		국내산	국내산	
꽃게/가공품				국내산		국내산	국내산	
참조기/가공품				국내산		국내산	국내산	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	592.90	592.90	14.3	563.6		656.7	813.2	
탄수화물(g)			46.3	66.3		83.4	83.5	
단백질(g)	14.15	14.15	14.8	28.4		27.7	18.4	
지방(g)			38.9	19.5		22.6	44.9	
비타민A(㎍ RAE)	120.81	172.61	123.3	133.0		134.8	101.9	
티아민(mg)	0.23	0.28	0.3	0.4		0.3	0.2	
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.4	0.4		0.5	0.3	
비타민C(mg)	16.76	21.28	13.9	21.4		7.4	13.0	
칼슘(mg)	207.56	250.74	177.6	152.3		189.4	191.0	
철분(mg)	2.64	3.39	3.8	3.9		3.2	4.3	

* 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 찰쌀, 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