

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 18일(월)	03월 19일(화)	03월 20일(수)	03월 21일(목)	03월 22일(금)
				· 친환경미특미밥 · 우동(1.5.6.8.9) · 잔멸치겉잎조림(5.6.13) · 건포도오이사과샐러드(1.5.13) · 오리훈제야채볶음 · 배추김치(9) · 한국야쿠르트(2)	· 친환경혼합국밥(5) · 한우미역국(5.6.16) · 제주갈치감자조림(5.6.13) · 풀면야채무침(5.6.12.13) · 취나물들깨볶음(5.6) · 배추김치(자율)(9) · 골드파인애플	· 단호박카레라이스(2.5.6.10.12.13.16.18) · 배추들깨국(5.6) · 숙주나물무침(1.5.6.12.13.15) · 배추김치(9) · 오렌지	· 친환경혼합국밥(5) · 어묵콩나물국(1.5.6.7.13.18) · 목은지닭조림(5.6.9.13.15) · 새우멸치파래김자반 · 봄동달래겉절이(9.13) · 딸기 · 숙절편	· 친환경차수수밥 · 부대찌개(1.2.5.6.9.10.15.16) · 한우가지채볶음(5.6.13.16) · 케이준꿀치킨샐러드(1.2.5.6.12.15) · 제주참조기구이(6) · 총각김치(9) · 바나나
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	1.0	597.6	455.3	573.9	711.4	642.3
탄수화물(g)			56.2	79.0	78.0	81.4	104.4	69.4
단백질(g)	13.99	13.99	18.5	25.3	17.5	29.3	31.0	32.6
지방(g)			25.3	19.5	7.2	13.9	17.2	24.8
비타민A(μg RAE)	118.75	169.62	126.8	97.2	92.6	222.4	180.3	41.6
티아민(mg)	0.22	0.28	0.4	0.4	0.2	0.7	0.4	0.5
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.5	0.5	0.4	0.4	0.6	0.4
비타민C(mg)	16.17	20.41	59.5	175.3	16.3	44.7	40.1	21.2
칼슘(mg)	209.42	252.29	130.2	155.0	91.4	153.9	155.9	94.7
철분(mg)	2.57	3.31	2.9	3.1	2.1	2.4	4.4	2.2

* 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