

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교

(중식)

				06월 30일(월)	07월 01일(화)	07월 02일(수)	07월 03일(목)	07월 04일(금)	
주간 학교급식 영양량				· 친환경발아찰현미 밥 · 생새우무채콩나물 국(5.9.13) · 오리부추불고기 (5.6.13) · 애호박전/오리행 전 (1.2.5.6.10.15.16) · 배추김치(9) · 마시는순수요거트 (로컬푸드)(2) · 상추쌈/쌈장(5.6)					
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국 내산					
돼지고기/가공품				국내산/국내산					
닭고기/가공품				국내산/국내산					
오리고기/가공품				국내산/국내산					
1) 쌀/가공품				국내산					
2) 배추/가공품				국내산					
3) 고춧가루/가공품				국내산					
4) 콩/가공품				국내산					
낙지/가공품				국내산					
고등어/가공품				국내산					
갈치/가공품				국내산					
오징어/가공품				국내산					
꽃게/가공품				국내산					
참조기/가공품				국내산					
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량	
에너지(kcal)	592.90	592.90	-11.5	525.0					
탄수화물(g)			54.8	70.9					
단백질(g)	14.15	14.15	23.5	30.4					
지방(g)			21.8	12.5					
비타민A(㎍ RAE)	120.81	172.61	104.6	104.6					
티아민(mg)	0.23	0.28	0.4	0.4					
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.6	0.6					
비타민C(mg)	16.76	21.28	10.5	10.5					
칼슘(mg)	207.56	250.74	182.3	182.3					
철분(mg)	2.64	3.39	4.4	4.4					

* 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 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.아
황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.갯