

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				07월 01일(월)	07월 02일(화)	07월 03일(수)	07월 04일(목)	07월 05일(금)
				· 친환경찰현미밥 · 한우미역국 (5.6.16) · 카바노치소시지케 첩볶음 (2.5.6.10.12.13.15 .16) · 제주갈치고구마줄 기조림(5.6.13) · 수제갈릭크루아상 (빵)(1.2.5.6) · 통배추겉절이 (9.13) · 자두	· 친환경차조밥 · 오징어최고기무국 (16.17) · 양상추스파게티치 즈샐러드(오리엔탈 드레싱 (1.2.5.6.12) · 참치김치볶음 (5.9.13.16.18) · 수제치킨까스/머 스터드소스 (1.2.5.6.15) · 스틱수박	· 김치볶음밥 (1.2.5.6.9.10.13.1 5.16) · 황태콩나물국(5) · 찐가지무침 (5.6.13) · 오리안심살탕수육 (1.5.6.13) · 깍두기(9) · 컵아이스크림(하 겐다즈)(1.2.5)	· 친환경찰흑미밥 · 낙지연포탕(5.16) · 영양돼지갈비찜 (5.6.10.13) · 풀면야채무침 (5.6.12.13) · 배추김치(9) · 흑임자치즈볼 (1.2.5.6)	· 친환경현미모리쌀 밥 · 꼬치머뚱탕 (1.5.6.7.13.18) · 강된장(5.6) · 호박잎찜 · 고추장삼겹살볶음 (5.6.10.13) · 배추김치(자율 ) (9) · 오렌지주스(13)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산
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)	593.67	593.67	-5.3	490.4	572.1	560.3	593.7	593.2
탄수화물(g)			52.5	68.1	78.4	67.0	74.1	76.7
단백질(g)	14.16	14.16	18.8	19.5	27.7	23.6	32.8	27.1
지방(g)			28.7	15.1	15.4	22.7	16.8	18.5
비타민A(μg RAE)	120.86	172.74	131.2	72.0	145.8	211.2	58.0	168.8
티아민(mg)	0.23	0.28	0.5	0.4	0.3	0.4	0.6	0.6
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.4	0.4	0.2	0.6	0.4	0.5
비타민C(mg)	16.75	21.28	22.8	28.6	8.2	17.9	6.6	52.9
칼슘(mg)	207.58	250.75	137.5	94.1	104.1	209.2	126.8	153.4
철분(mg)	2.64	3.39	2.4	2.4	1.8	3.3	2.2	2.3

\* 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