

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				07월 15일(월)	07월 16일(화)	07월 17일(수)	07월 18일(목)	07월 19일(금)
				· 친환경찰기장밥 · 영양닭죽(15) · 골뱅이야채초무침 (5.6.13) · 수제돈까스 (1.2.5.6.10.13) · 배추김치(9) · 유기농돈까스소스 (1.2.5.6.12.13.16. 18) · 수박	· 친환경오곡쌀밥 · 김치어묵국 (1.5.6.7.9.13.18) · 파리고추멸치볶음 (5.6) · 한우낙지불고기 (5.6.13.16) · 배추김치(9) · 블랙라즈베리도넛 (1/2)(1.2.5.6) · 채소쌈/쌈장(자율)	· 한우콩나물밥/양 념장(5.6.13.16) · 열갈이들깨버섯된 장국 · 참쌀탕수육/흑당 소스(1.5.6.10.13) · 배추김치(9) · 검은콩깨보리건빵 (2.5.6)	· 친환경찰흑미밥 · 닭고기미역국 (5.6.15) · 돼지고기장조림 (1.5.6.10.13) · 고등어무조림 (5.6.7.13) · 페이스트리파배기 (1.2.5.6) · 배추김치(9) · 이색과일(포도, 방 울토마토)(12)	· 친환경현미흑미밥 · 감자양송이버섯들 깨탕(8.9.18) · 영양닭찜 (5.6.13.15) · 목은지파지침 (5.6.9.13) · 돈황피망볶음 (5.6.10.13) · 깍두기(자율)(9) · 감귤푸딩(아람농 장)
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	-8.4	654.9	521.4	487.8	509.3	546.7
탄수화물(g)			54.7	91.8	61.1	76.3	63.8	73.4
단백질(g)	14.16	14.16	19.8	37.8	24.8	17.2	26.4	26.5
지방(g)			25.4	14.0	18.5	12.5	15.3	15.3
비타민A(μg RAE)	120.86	172.74	123.6	176.9	135.7	61.4	119.1	125.0
티아민(mg)	0.23	0.28	0.4	0.7	0.3	0.3	0.5	0.4
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.5	0.4	0.4	0.4	0.5	0.5
비타민C(mg)	16.75	21.28	12.6	10.2	16.8	8.2	12.2	15.7
칼슘(mg)	207.58	250.75	117.7	71.6	132.6	135.9	76.9	171.7
철분(mg)	2.64	3.39	3.7	2.7	3.7	6.2	3.2	2.9

* 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