

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교

(중식)

				06월 09일(월)	06월 10일(화)	06월 11일(수)	06월 12일(목)	06월 13일(금)
주간 학교급식 영양량				· 친환경찰기장밥 · 우동(1.5.6.8.9) · 고추장감말랭이무침(5.6) · 닭가슴살양상추샐러드(1.2.5.6.15) · 낙지제육볶음(5.6.10.13) · 바삭새우튀김(완)(1.5.6.9) · 배추김치(9) · 한국야쿠르트(2)	· 친환경발아찰현미밥 · 시금치된장국(5.6.9) · 돼지고기수육(소금)(10) · 야채초무침(5.6.13) · 한옥마을튀김만두(1.5.6.10.16.18) · 보쌈김치(9) · 마시는순수요거트(로컬푸드)(2)	· 단호박카레밥(2.5.6.10.12.13.16.18) · 근대두부된장국(5.6) · 닭꼬치구이(다향.70)(5.6.15) · 배추김치(9) · (1학년입학100일기념)백설기떡 · 참외	· 친환경찰흑미밥 · 쇠고기파송송계란탕(1.16) · 영양닭찜(5.6.13.15) · 곤약국수골뱅이야채초무침(5.6.13) · 비름나물된장들기름우침(5.6) · 배추김치(9) · 건과일은맛케이크(1.2.4.5.6)	· 친환경찰보리밥 · 낙지연포탕(5.16) · 쫄면야채우침(5.6.13) · 팻잎순부음(5.6) · 제주갈치카레구이(2.5.6.12.13.16.18) · 치즈몽땅핫도그/설탕/케첩(1.2.5.6.10.12.13.15.18) · 배추김치(9)
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)	592.90	592.90	1.7	720.3	542.7	598.5	571.5	581.2
탄수화물(g)			56.4	99.7	63.9	93.6	75.6	87.5
단백질(g)	14.15	14.15	18.3	29.0	28.0	25.1	30.3	24.1
지방(g)			25.2	22.1	18.7	13.3	15.5	13.9
비타민A(㎍ RAE)	120.81	172.61	142.2	85.2	117.7	177.4	150.8	180.2
티아민(mg)	0.23	0.28	0.5	0.5	0.5	0.6	0.3	0.4
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.4	0.4	0.3	0.4	0.7	0.4
비타민C(mg)	16.76	21.28	9.5	5.4	12.5	16.4	6.0	7.5
칼슘(mg)	207.56	250.74	155.4	159.7	133.6	117.3	155.9	210.3
철분(mg)	2.64	3.39	3.7	2.3	1.8	9.3	2.8	2.5

* 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 전쌀을 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.계, 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