

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				05월 26일(월)	05월 27일(화)	05월 28일(수)	05월 29일(목)	05월 30일(금)
				· 친환경찰현미밥 · 콩파오치킨파스타 (1.5.6.12.13.15.18) · 쇠고기파송송계란 탕(1.16) · 제주갈치무고사리 찜(5.6.13) · 찹쌀콩부각잔멸치 볶음(5.13) · 배추김치(9) · 오렌지	· 친환경찰기장밥 · 꼬치어묵탕 (1.5.6.7.13.18) · 고추장닭강자조림 (5.6.13.15) · 베이컨숙주나물볶 음(10) · 스탁김자반(5) · 통배추겉절이 (9.13)	· 짜장밥 (5.6.10.13.16) · 오징어무국(9.17) · 단무지살파우침 · 치즈크래커치킨 (큐브치즈) (1.2.5.6.15.18) · 배추김치(9) · 한국야쿠르트(2)	· 친환경버섯카로틴 쌀밥 · 닭고기미역국 (5.6.15) · 고추장새송이버섯 어묵볶음(1.5.6) · 한우낙지불고기 (5.6.13.16) · 고구마채튀김(5) · 열갈이열무겉절이 (9.13) · 완속토마토(유기 농산물)(12.13)	· 친환경밭아찰현미 밥 · 시금치된장국 (5.6.9) · 새우살연두부달걀 찜(1.5.9.13) · 콩나물초무생채 (5.13) · 부추양파겉절이 (1.2.5.6) · 오리부추불고기 (5.6.13) · 꽃모양수리취떡 (단오) · 상추쌈/쌈장(5.6)
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)	592.90	592.90	-9.9	468.6	576.5	608.0	523.9	493.8
탄수화물(g)			54.3	69.4	70.0	78.7	66.4	73.8
단백질(g)	14.15	14.15	20.0	23.7	31.6	22.6	23.5	30.7
지방(g)			25.7	10.0	18.4	21.9	17.5	7.5
비타민A(㎍ RAE)	120.81	172.61	133.3	68.1	162.5	120.4	110.2	205.3
티아민(mg)	0.23	0.28	0.3	0.2	0.3	0.4	0.2	0.4
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.4	0.3	0.5	0.3	0.4	0.5
비타민C(mg)	16.76	21.28	14.9	22.4	9.8	13.6	14.3	14.2
칼슘(mg)	207.56	250.74	119.6	110.7	104.7	143.2	96.0	143.4
철분(mg)	2.64	3.39	3.1	2.1	3.9	1.7	2.8	5.0

* 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 등에사용하는 배추/열갈이배추/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.잣