

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				04월 28일(월)	04월 29일(화)	04월 30일(수)	05월 01일(목)	05월 02일(금)
				· 친환경찰현미밥 · 고추장아욱국 (5.6.8.9.18) · 오향장육(수육) (2.5.6.10.12.13) · 야채초무침 (5.6.13) · 깐쇼새우 (1.5.6.9) · 보쌈김치(9) · 오렌지 · 채소쌈/쌈장(자율) (5.6)	· 친환경귀리밥 · 감자맑은국 (8.9.18) · 콩나물맛살냉채 (1.5.6.8.13) · 돈육김치전 (1.5.6.9.10) · 흑돈LA갈비구이 (10) · 총각김치(9) · 방울토마토(12)	· 수제떡갈비야채볶음밥 (1.5.6.10.15.16.18) · 시금치된장국 (5.6) · 머위잎된장무침 (5.6.13) · 로제떡볶이 (1.2.5.6.10.15.16) · 통살오징어튀김 /청양마요네즈 (1.5.17) · 배추김치(9)		· 친환경발아찰현미밥 · 생새우무채콩나물국(5.9.13) · 오리부추불고기 (5.6.13) · 애호박전/오리햄전 (1.2.5.6.10.15.16) · 배추김치(9) · 오렌지 · 상추쌈/오이고추무침(5.6)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산		국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		국내산/국내산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		국내산/국내산
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		국내산/국내산
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산		국내산
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산		국내산
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산		국내산
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산		국내산
낙지/가공품				국내산	국내산	국내산		국내산
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산		국내산
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산		국내산
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산		국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산		국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산		국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	592.90	592.90	-9.8	475.2	555.2	581.3		528.7
탄수화물(g)			50.1	62.6	69.7	66.3		64.5
단백질(g)	14.15	14.15	19.9	27.2	24.6	22.9		29.9
지방(g)			29.9	12.1	18.2	23.8		15.7
비타민A(μg RAE)	120.81	172.61	138.5	135.0	69.9	256.3		92.7
티아민(mg)	0.23	0.28	0.6	0.7	0.7	0.5		0.4
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.4	0.4	0.4	0.3		0.5
비타민C(mg)	16.76	21.28	27.5	38.5	13.0	26.4		32.4
칼슘(mg)	207.56	250.74	137.9	148.9	118.8	126.8		157.2
철분(mg)	2.64	3.39	2.8	2.2	2.4	2.3		4.4

* 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