

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				05월 12일(월)	05월 13일(화)	05월 14일(수)	05월 15일(목)	05월 16일(금)
				· 친환경현미귀리밥 · 양송이수프 (2.5.6.16) · 동태찌개(5.13) · 참치김치볶음 (5.9.13.16.18) · 수제돈까스 (1.2.5.6.10.13) · 유기농돈까스소스 (1.2.5.6.12.13.16.18) · 갈릭파이 (1.2.5.6)	· 친환경찰보리쌀밥 · 감자옹심이국(17) · 잔멸치깻잎조림 (5.6.13) · 사과양배추샐러드 (1.5.13) · 오리훈제야채볶음 · 배추김치(9) · 레몬우쌈	· 단호박카레밥 (2.5.6.10.12.13.16.18) · 근대두부된장국 (5.6) · 한입김부각 · 배추김치(9) · 수제치킨통살햄버거 (1.2.5.6.10.15.16.18) · 오렌지주스(13)	· 친환경오곡쌀밥 · 전복미역국 (5.6.9.18) · 영양돼지갈비찜 (5.6.10.13) · 날치알연두부달걀찜(1.5) · 두릅오이초무침 (5.6.13) · 배추김치(9) · 생크림케이크(승의날)(1.2.5.6)	· 친환경말아찰현미밥 · 한우표고버섯무국(16) · 영양닭찜 (5.6.13.15) · 마늘종어묵채볶음 (1.5.6.13) · 마라부대볶음 (1.2.4.5.6.10.13.15.16.18) · 배추김치(9) · 마시는순수요거트(로컬푸드)(2)
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	-0.1	765.6	514.7	505.8	516.7	660.1
탄수화물(g)			53.0	109.1	63.8	88.5	57.1	69.3
단백질(g)	14.15	14.15	18.6	37.3	19.3	19.1	27.7	32.9
지방(g)			28.4	18.2	20.1	8.5	18.5	27.1
비타민A(㎍ RAE)	120.81	172.61	113.0	52.6	100.9	174.7	155.6	81.2
티아민(mg)	0.23	0.28	0.5	0.6	0.3	0.5	0.6	0.4
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.5	0.4	0.3	0.5	0.5	0.6
비타민C(mg)	16.76	21.28	25.0	12.6	26.3	54.7	6.9	24.5
칼슘(mg)	207.56	250.74	135.0	147.4	116.6	149.7	153.1	108.1
철분(mg)	2.64	3.39	2.6	2.8	1.3	2.9	3.7	2.4

* 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/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