

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				05월 05일(월)	05월 06일(화)	05월 07일(수)	05월 08일(목)	05월 09일(금)
						· 산채비빔밥(5) · 로제새우살치즈스파게티(1.2.5.6.9.12.13) · 한우미역국(5.6.16) · 우리밀고기만두/김치만두(로컬푸드)(1.5.6.10.16.18) · 배추김치(9) · 비빔약고추장(5.6.10.13) · 새콤달콤여수갓피클	· 친환경발아현미밥 · 오리탕(13) · 새송이버섯메추리알장조림(1.5.6.13) · 목은지파자침(5.6.9.13) · 미니생선가스/알새우침(1.2.5.6.9.13) · 총각김치(9)	· 친환경차조밥 · 돼지갈비김치찌개(5.6.9.10) · 삼치데리야끼구이(5.6.13) · 풀면야채무침(5.6.12.13) · 한우마파두부(5.6.12.13.16.18) · 열갈이열무겉절이(9.13) · 참외
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품						국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품						국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품						국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품						국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품						국내산	국내산	국내산
낙지/가공품						국내산	국내산	국내산
고등어/가공품						국내산	국내산	국내산
갈치/가공품						국내산	국내산	국내산
오징어/가공품						국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품						국내산	국내산	국내산
참조기/가공품						국내산	국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	592.90	592.90	-5.1			473.1	563.7	650.9
탄수화물(g)			56.6			75.3	70.1	90.4
단백질(g)	14.15	14.15	17.4			17.7	26.8	28.0
지방(g)			26.0			11.6	18.4	18.2
비타민A(㎍ RAE)	120.81	172.61	143.3			171.0	119.5	139.4
티아민(mg)	0.23	0.28	0.6			1.0	0.3	0.5
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.5			0.4	0.4	0.6
비타민C(mg)	16.76	21.28	9.8			8.5	3.9	17.2
칼슘(mg)	207.56	250.74	178.0			159.2	223.1	151.6
철분(mg)	2.64	3.39	3.4			3.1	3.8	3.4

* 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/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.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.갯