학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주문학초등학교 (중식)

주간 학교급식 영양량	07월 22일(월)	07월 23일(화)	07월 24일(수)	07월 25일(목)	07월 26일(금)
	·친환경혼합곡밥(5) ·고구마줄기돼지등뼈탕(5.6.10.13) ·제주갈치감자조림(5.6.13) ·아삭오이고추된장무침(5.6) ·배추김치(9) ·마시는순수요거트(로컬푸드)(2) ·소떡소떡(미트벨리)(1.5.6.10.12.13)	·친환경찰보리쌀밥 ·구수한우리콩청국장찌개(5.6.9.16) ·잔멸치깻잎조림(5.6.13) ·찰옥수수 ·고추장돼지불고기(5.6.10) ·무생채(9.13) ·한국야쿠르트(2)	·산채비빔밥(5) ·들깨무채국 ·도라지순살닭강정(1.4.5.6.12.13.15) ·배추김치(9) ·비빔약고추장(5.6.10.13) ·첵스초코요거트(2.5.6)	·친환경오곡쌀밥 ·오리탕(13) ·숙주나물무침 ·국산주꾸미불고기(5.6.10.13) ·페이스트리볼빵(1.2.5.6) ·깍두기(9) ·포도(캠벨)	·친환경쌀찰옥수수밥 ·쇠고기배추국(5.6.16) ·영양돼지갈비찜(5.6.10.13) ·치즈너겟/머스터드소스(미니)(1.2.5.6.13.15.16) ·깻잎김치(13) ·미숫가루(2.5.13)

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)	593.67	593.67	8.0	780.6	578.2	582.5	574.2	689.5
탄수화물(g)			51.8	96.0	74.8	88.5	82.9	70.3
단백질(g)	14.16	14.16	18.6	38.3	28.4	23.5	26.1	32.0
지방(g)			29.6	25.9	18.4	15.2	14.6	30.6
비타민A(㎍ RAE)	120.86	172.74	121.1	60.4	142.0	140.8	100.7	161.4
티아민(mg)	0.23	0.28	0.6	0.7	0.7	0.3	0.6	0.6
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.6	0.5	0.6	0.8	0.5	0.6
비타민C(mg)	16.75	21.28	12.5	22.4	8.8	12.8	8.1	10.3
칼슘(mg)	207.58	250.75	190.4	109.2	166.2	226.8	98.2	351.7
철분(mg)	2.64	3.39	2.8	2.0	3.3	2.6	3.0	3.1

* 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 찐쌀을 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