

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주효자초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 17일(월) · 친환경찰기장 · 근대두부국 (5.6) · 연근조림 (5.6.13) · 골뱅이야채우침 (5.6.13) · 수제돈까스 (2.5.6.10) · 배추김치(9)	03월 18일(화) · 친환경경정쌀밥 · 니모어묵국 (1.5.6.9.13) · 한돈사태김치 찜&온두부 (5.6.9.10.13) · 미역줄기볶음 (5) · 석박지(9) · 오렌지	03월 19일(수) · 단호박치킨카레라이스 (2.5.6.12.13.15) · 돈육김치찌개 (5.9.10.13) · 도토리묵상추무침 · 새우튀김&타르타르소스 (1.5.6.9.13) · 깍두기(9) · 시원한배즙 (13)	03월 20일(목) · 병아리콩밥 · 소고기뭇국 (5.6.16) · 숙주나물 · 참나물유자청무침 (13) · 쭈꾸미돈육불고기 (5.6.10.13) · 배추김치(9) · 썩반달바람떡	03월 21일(금) · 친환경찰보리밥 · 청국장찌개 (5.6.16) · 유채나물무침 · 오리불고기 (5.6.13) · 깍두기(9) · 꿀바른토마토 (12)	03월 22일(토)	03월 23일(일)
식재료				원산지	원산지	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	영양량	영양량
에너지(kcal)	595.08	595.08	5.8	535.9	627.5	706.1	585.9	692.2		
탄수화물(g)			55.2	82.2	90.8	90.2	88.1	79.1		
단백질(g)	14.28	14.28	19.9	30.5	36.3	22.2	34.3	32.0		
지방(g)			24.8	8.8	13.2	27.0	9.5	27.6		
비타민A(μgRAE)	122.27	174.59	126.2	125.7	119.3	128.4	92.7	165.1		
티아민(mg)	0.23	0.29	0.6	0.7	0.7	0.3	0.6	0.4		
리보플라빈(mg)	0.26	0.33	0.5	0.4	0.6	0.2	0.4	0.8		
비타민C(mg)	17.22	22.02	29.6	22.0	48.4	20.7	15.7	41.2		
칼슘(mg)	203.69	247.66	205.8	173.5	275.4	108.1	213.7	258.5		
철분(mg)	2.65	3.41	3.6	3.0	4.0	1.7	4.3	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 찰쌀, 현미, 흑미 및 찰쌀을 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