학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주효자초등학교 (중식)

주간 학교급식 영양량	03월 18일(월)	03월 19일(화)	03월 20일(수)	03월 21일(목)	03월 22일(금)
	・친환경혼합잡곡밥(5) ・소고기무국(5.6.16) ・온두부-참치김치볶음(5.6.9.13.16.18) ・감자간장조림(5.6.13) ・깻잎육전(1.5.6.10.15.16) ・깍두기(9)	・친환경기장밥 ・버섯순두부찌개(5.6.9.10) ・숙주미나리무침(5.6.13) ・수제치킨커틀릿/소스(1.2.5.6.13.15) ・배추김치(9) ・딸기(과일)	・맑은콩나물국(5.6) ・오이돌나물초무침(13) ・오븐한입돈까스&소스(1.5.6.10.13) ・배추김치(9) ・단호박카레라이스(2.5.6.10.12.13.16.18) ・사과한모금 주스(13)	・친환경검정쌀밥 ・유부어묵국(1.5.6.7.13.18) ・묵은지닭찜(5.6.9.13.15) ・미역줄기볶음(맛살)(1.5.6.8) ・콤비네이션피자5&갈릭소스(1.2.5.6.9.10.12.13.15.16.18) ・석박지(9)	・친환경혼합잡곡밥(5) ・동태찌개(5.6.13) ・마늘쫑건새우볶음(5.6.9.13) ・한입떡갈비야채조림(5.6.10.13.15.16.18) ・배추김치(9) ・골드파인애플
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)	588.02	588.02	8.5	619.6	615.5	748.5	605.3	599.9
탄수화물(g)			58.1	91.5	84.9	106.4	92.1	83.5
단백질(g)	14.01	14.01	16.8	20.7	28.5	25.0	29.6	28.9
지방(g)			25.1	17.9	17.0	24.2	13.0	15.9
비타민A(㎍ RAE)	120.37	171.65	82.2	26.4	28.6	179.1	119.2	57.5
티아민(mg)	0.24	0.29	0.5	0.4	0.6	0.6	0.4	0.8
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.4
비타민C(mg)	16.98	21.69	35.6	16.6	55.0	67.8	5.3	33.4
칼슘(mg)	202.88	245.87	221.7	130.4	149.7	146.3	357.8	324.5
철분(mg)	2.64	3.39	3.1	3.3	2.6	2.9	3.2	3.3

* 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