

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

군산서흥중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				04월 21일(월)	04월 22일(화)	04월 23일(수)	04월 24일(목)	04월 25일(금)
				· 친환경혼합잡곡밥 (5) · 바지락된장국 (2.5.6.9.18) · 마파두부 (5.6.10.12.13.18) · 가지무침(5.6) · 데리야끼멘츠카츠 (1.5.6.10) · 배추김치(9) · 비타민주스(13)	· 친환경보리밥 · 사골곰탕 (1.6.13.16) · 부추무침(13) · 매운떡볶이 (1.2.5.6.10.13.15.16) · 생선까스/감글타르타르소스 (1.5.6.12.13.16) · 짬두기(9) · 초코티그레(지구 의날)(1.2.6)	· 수제닭다리직화구 이에그뎃밥 (1.2.5.6.12.13.15) · 두부넣은미소된장 국(2.5.6.9.18) · 꼬마새송이버섯볶 음(5.6.13.18) · 크림관쇼새우 (1.2.5.6.9.13) · 배추김치(9) · 아이스슈 (1.2.5.6)	· 친환경기장밥 · 참치김치찌개 (2.5.9.18) · 콩치무조림 (5.6.13) · 유즐리멸치볶음 (5.6.13) · 오리훈제&머스타 드(1.2.5.6) · 짬두기(9) · 치즈케이크 (1.2.5.6)	· 친환경찰현미밥 · 물만두국 (1.2.5.6.9.10.16.18) · 속주맛살나물 (1.5.6.8) · 돼지고기김치두루 치기&온두부 (5.6.9.10.13) · 갈릭치즈연어스테이크(1.2.5.6.13) · 배추김치(9) · 꿀떡
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)	752.00	752.00	3.9	758.0	767.8	811.1	784.1	787.1
탄수화물(g)			56.7	117.9	138.0	101.3	82.2	105.1
단백질(g)	19.00	19.00	17.5	31.0	32.2	34.5	34.5	35.6
지방(g)			25.9	16.9	7.0	28.5	34.6	23.4
비타민A(㎍ RAE)	168.00	233.00	132.2	285.4	52.3	98.8	93.1	131.5
티아민(mg)	0.30	0.37	0.8	0.7	1.2	0.5	0.7	0.9
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5
비타민C(mg)	23.50	30.20	9.0	7.5	3.7	4.4	21.8	7.8
칼슘(mg)	254.00	312.00	140.0	136.4	71.6	125.1	217.3	149.6
철분(mg)	3.82	5.00	3.6	4.3	2.9	2.8	4.0	3.8

\* 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 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