

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

금마초등학교

주간 학교급식 영양량				03월 31일(월)	04월 01일(화)	04월 02일(수)	04월 03일(목)	04월 04일(금)
				· 친환경 찰현미밥 · 낙지연포탕(5) · 닭고기데리야끼볶음(5.6.13.15) · 부추양파겉절이(자율)(5.6.13) · 두부칠리강정(5.6.12.13) · 깍두기(9) · 조각파인애플				
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산				
돼지고기/가공품				국내산/국내산				
닭고기/가공품				국내산/국내산				
오리고기/가공품				국내산/국내산				
1) 쌀/가공품				국내산				
2) 배추/가공품				국내산				
3) 고춧가루/가공품				국내산				
4) 콩/가공품				국내산/국내산				
낙지/가공품				베트남산/베트남산				
명태/가공품				러시아산/러시아산				
고등어/가공품				국내산				
갈치/가공품				국내산				
오징어/가공품				국내산/진미채:페루산				
꽃게/가공품				국내산				
참조기/가공품				국내산				
다랑어/가공품				/참치캔:원양산				
아귀/가공품				국내산/국내산				
주꾸미/가공품				베트남산/베트남산				
우렁쉥이/가공품				국내산/국내산				
전복/가공품				국내산/국내산				
방어/가공품				국내산/국내산				
부세/가공품				국내산/국내산				
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	592.99	592.99	521.3	521.3				
탄수화물(g)			75.0	75.0				
단백질(g)	14.19	14.19	30.3	30.3				
지방(g)			10.2	10.2				
비타민A(㎍ RAE)	122.25	174.45	67.8	67.8				
티아민(mg)	0.24	0.29	0.3	0.3				
리보플라빈(mg)	0.27	0.33	0.5	0.5				
비타민C(mg)	17.42	22.34	19.6	19.6				

칼슘(mg)	201.42	244.45	185.3	185.3				
철분(mg)	2.68	3.45	3.6	3.6				

- * 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.계, 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