

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주서일초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				04월 14일(월)	04월 15일(화)	04월 16일(수)	04월 17일(목)	04월 18일(금)
				· 차수수밥 · 채식짜장면 (2.5.6.13.16) · 부추달걀국(1) · 단무지무침 · 미나리무침 · 칼슘등심탕수육 (1.5.6.10.11.12.13) · 배추김치(9)	· 귀리밥 · 수제마늘빵 (1.2.5.6.13) · 참치김치찌개 (5.6.9.16.18) · 돼지고기메추리알 장조림 (1.5.6.10.13) · 도토리묵무침 (5.6.13) · 새송이버섯볶음 (5) · 깍두기(9)	· 닭가슴살채소볶음 밥(5.6.13.15.18) · 근대된장국(5.6) · 꼬시래기초무침 (5.6.13) · 열무된장무침 (5.6) · 오징어볶음 (5.6.13.17) · 배추김치(9) · 감골푸딩	· 아이노강화쌀밥 · 콩나물김치국 (5.9) · 소시지감자조림 (2.5.6.10.13.15.16)) · 코울슬로샐러드 (1.5.6.13) · 수제함박스테이크 /소스 (1.2.5.6.10.11.12. 13.16) · 배추김치(9) · 찹쌀떡(6)	· 찹기장밥 · 어묵무국(1.5.6) · 시금치나물무침 · 오리주물럭 (5.6.13) · 두부간장양념구이 (5.6) · 배추김치(9) · 양배추찜/수제양 념쌈장(5.6)
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)	605.12	605.12	8.0	672.1	648.9	573.4	697.1	674.7
탄수화물(g)			55.1	102.7	75.6	85.7	98.0	80.9
단백질(g)	14.52	14.52	17.0	20.1	33.7	26.0	30.8	25.8
지방(g)			27.9	18.7	22.3	13.3	18.9	26.2
비타민A(㎍ RAE)	123.63	177.07	129.7	72.3	130.7	200.1	74.3	170.9
티아민(mg)	0.23	0.29	0.5	0.4	0.8	0.4	0.8	0.4
리보플라빈(mg)	0.27	0.34	0.6	0.5	0.7	0.5	0.4	0.6
비타민C(mg)	17.05	21.68	15.1	10.7	4.3	13.6	27.6	19.2
칼슘(mg)	209.05	253.17	166.6	199.1	106.6	269.8	116.8	141.0
철분(mg)	2.64	3.41	3.9	6.9	3.1	3.6	2.6	3.5

- * 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 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.아
황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣