

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전주서일초등학교

(중식)

				04월 21일(월)	04월 22일(화)	04월 23일(수)	04월 24일(목)	04월 25일(금)
주간 학교급식 영양량				· 찰보리밥 · 꽃게탕(5.6.8) · 베이컨푸실리파스타 (1.5.6.10.12.13.16) · 양배추샐러드 (1.5.12.13) · 수제등심돈가스/소스 (1.2.5.6.10.11.12.16) · 배추김치(9) · 깻잎간장양념침 (5.6.13)	· 차조밥 · 에그타르트 (1.2.5.6) · 해물순두부찌개 (5.6.8.9.16.17.18) · 민물새우시래기지짐(여름)(5.6.9.13) · 달걀말이(1.5) · 콩고기채소구이 (1.5.6) · 배추김치(9)	· 곤드레밥/양념장 (5.6) · 수제비국(5.6) · 김가루쪽파우침 (5.6) · 숙주나물우침 · 새우꼬치튀김 (1.5.6.9) · 배추김치(9) · 사과즙(13)	· 찰현미밥 · 들깨열무된장국 (5.6) · 제육볶음 (5.6.10.13) · 깻잎순나물 (5.6.13) · 배추김치(9) · 바나나(생과일) · 상추/수제양념쌈장(5.6)	· 잡곡밥(5) · 된장찌개(5.6) · 고등어우조림 (5.6.7.13) · 생취나물우침 · 세발나물초우침 (13) · 슬라이스소시지볶음(2.5.6.10.15.16) · 배추김치(9)
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	1.9	766.8	622.2	615.9	533.6	543.9
탄수화물(g)			57.3	103.3	74.2	106.8	76.4	75.4
단백질(g)	14.52	14.52	17.8	39.4	30.1	14.3	29.6	22.1
지방(g)			24.9	19.7	21.6	14.5	11.8	16.6
비타민A(㎍ RAE)	123.63	177.07	161.9	105.2	188.9	55.2	311.5	148.9
티아민(mg)	0.23	0.29	0.6	0.9	0.7	0.2	1.0	0.4
리보플라빈(mg)	0.27	0.34	0.6	0.7	0.6	0.3	0.6	0.6
비타민C(mg)	17.05	21.68	22.5	24.8	11.2	52.4	11.9	12.4
칼슘(mg)	209.05	253.17	160.9	119.5	227.4	130.5	215.2	112.1
철분(mg)	2.64	3.41	3.2	2.7	4.4	1.9	3.6	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 찌쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 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.갯