

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

성송초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				05월 19일(월)	05월 20일(화)	05월 21일(수)	05월 22일(목)	05월 23일(금)
				• 친환경 수수밥 • 소고기버섯들깨탕 (5.16) • 야채폴면무침 (5.6.13) • 청경채된장무침 (5.6) • 수제돈가스*소스 (1.2.5.6.10.11.12.13.16) • 배추김치 • 요거타임샤인머스 켓(2)	• 강황쌀밥 • 육개장(5.6.16) • 시금치무침 • 아몬드멸치볶음 (5.13) • 오리훈제야채볶음 (5.6.13) • 배추김치 • 토마토(12)	• 김치볶음밥 (5.6.9.10.13) • 파송송계란국(1) • 가지구이샐러드 (5.6) • 오이부추무침 (5.6.13) • 소이허니순살치킨* 스마일감자 (1.2.5.6.15) • 배추김치 • 애플자몽코코푸딩	• 친환경 영양잡곡밥 (5) • 사골떡만두국 (1.5.6.10.13.16.18) • 숙주간장무채나물 • 느타리애호박볶음 (5) • 돈육불고기 (5.6.10.12.13) • 배추김치 • 참외	• 친환경 감정쌀밥 • * 참치김치찌개 (5.9) • 두부부침*양념장 (5.6.13) • 참나물무침(5.6) • 삼치데리야끼구이 (5.6.13) • 배추김치 • 오렌지
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산		국내산(한우)/국내산	
돼지고기/가공품				국내산/국내산			국내산/국내산	
닭고기/가공품						국내산/국내산		
오리고기/가공품					국내산/국내산			
1) 쌀/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
2) 배추/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
3) 고춧가루/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
4) 콩/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
다량어/가공품								원양산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	695.83	695.83	5.6	476.0	709.5	1,261.3	654.8	573.9
탄수화물(g)			60.7	54.1	80.1	243.8	93.6	80.0
단백질(g)	17.70	17.70	15.2	29.1	31.2	21.0	31.5	25.1
지방(g)			24.1	15.2	29.3	20.1	16.4	16.2
비타민A(μg RAE)	155.22	222.63	121.3	96.2	197.6	158.9	68.4	85.4
티아민(mg)	0.30	0.35	0.5	0.7	0.5	0.3	0.9	0.3
리보플라빈(mg)	0.35	0.42	0.5	0.4	0.6	0.6	0.5	0.6
비타민C(mg)	23.01	30.51	30.1	37.4	51.5	12.9	19.7	29.2
칼슘(mg)	198.87	246.77	163.4	130.7	167.1	185.3	116.8	216.9
철분(mg)	3.09	3.92	3.1	2.6	2.5	3.2	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 찰쌀을 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.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