

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

성송초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				07월 21일(월)	07월 22일(화)	07월 23일(수)	07월 24일(목)	07월 25일(금)
				• 친환경찰보리밥 • 오리탕(5.6) • 두부부침*양념장(5.6.13) • 참나물무침(5.6) • 바삭권카츠*소스(1.5.6.10.12.16) • 배추김치 • 멜론	• 친환경 기장밥 • 순두부찌개(5.9.18) • 미나리오징어초무침(5.6.13.17) • 콩나물돈육볶음(5.6.10.12.13) • 계란말이(1) • 깍두기(13) • 복숭아(11)	• 완두콩밥 • 추어탕(5.6) • 백년초묵무침(5.6.13) • 숙주유자채무침 • 오리주물럭(5.6.13) • 배추김치 • 고구마칼슘조각케이크(1.2.5.6) • 모듬쌈*된장		
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산			
닭고기/가공품				국내산/국내산				
오리고기/가공품				국내산/국내산		국내산/국내산		
1) 쌀/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
2) 배추/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
3) 고춧가루/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
4) 콩/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
미꾸라지/가공품						국내산/국내산		
오징어/가공품					국내산/국내산			
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	695.83	695.83	-1.2	728.8	667.6	666.4		
탄수화물(g)			43.6	61.5	79.2	81.6		
단백질(g)	17.70	17.70	18.0	24.1	40.2	27.4		
지방(g)			38.4	42.6	19.5	25.1		
비타민A(㎍ RAE)	155.22	222.63	179.8	121.1	123.0	295.3		
티아민(mg)	0.30	0.35	0.6	0.4	1.0	0.5		
리보플라빈(mg)	0.35	0.42	0.8	0.8	0.6	0.9		
비타민C(mg)	23.01	30.51	15.5	6.9	15.7	23.7		
칼슘(mg)	198.87	246.77	297.1	171.6	217.2	502.4		
철분(mg)	3.09	3.92	5.7	4.7	4.6	8.0		

* 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.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