

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

성송초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				05월 05일(월)	05월 06일(화)	05월 07일(수)	05월 08일(목)	05월 09일(금)
						<ul style="list-style-type: none"> 야채볶음밥 (1.2.5.6.10.13.15.16.18) 잔치국수(1.5.6) 꼬들단무지무침(5.6) 양상추샐러드(5.6.12) 고구마튀김(5.6) 배추김치 키위 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경 감정쌀밥 근대원장국(5.6) 숙주크레미무침(1.5.6.8.18) 오리불고기(오븐)(5.6.13.18) 오징어부추전(1.5.6.17) 배추김치 블루베리크림치즈마카롱(1.2.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경 귀리밥 순두부찌개(5.9.18) 배추겉절이(5.6) 오징어떡볶음(5.6.13.17) 계란말이(1) 배추김치 참외
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
돼지고기/가공품						국내산/국내산		
오리고기/가공품							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
오징어/가공품							국내산/국내산	국내산/국내산
전복/가공품								국내산
방어/가공품								국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	695.83	695.83	-4.2			715.9	728.3	555.7
탄수화물(g)			59.4			129.3	87.6	76.7
단백질(g)	17.70	17.70	15.4			19.9	26.7	29.5
지방(g)			25.3			12.5	29.5	13.6
비타민A(μg RAE)	155.22	222.63	123.4			109.6	106.5	153.9
티아민(mg)	0.30	0.35	0.5			0.4	0.5	0.6
리보플라빈(mg)	0.35	0.42	0.5			0.4	0.6	0.6
비타민C(mg)	23.01	30.51	37.9			63.6	20.1	30.0
칼슘(mg)	198.87	246.77	220.6			240.8	160.9	260.2
철분(mg)	3.09	3.92	3.8			3.2	4.2	4.0

* 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 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.잣