

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

성송초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				06월 30일(월)	07월 01일(화)	07월 02일(수)	07월 03일(목)	07월 04일(금)
				· 친환경찰보리밥. · 닭개장(15) · 고등어무조림 (5.6.7.13) · 시금치무침 · 오곡고구마스트링 롤까스*소스 (1.5.6.10.11.12.13 .18) · 배추김치 · 복숭아(11)	· 친환경 영양잡곡 밥(5) · 북어미역국 · 돼지갈비김치찜 (9.10) · 잡채(5.6.10.13) · 콩나물청경채무침 (5) · 깍두기(13) · 블루베리크림치즈 마카롱(1.2.6)	· 카레라이스(10) · 맑은콩나물국(5) · 양배추샐러드*드 레싱(1.5) · 취나물무침(5.6) · 육즙팽이버섯라피노 치즈소시지 (2.5.6.10.15.16) · 배추김치 · 수박	· 친환경 귀리밥 · 육개장(5.6.16) · 로제찜닭 (5.6.10.12.13.15. 16) · 가지나물(5.6) · 느타리아호박볶음 (5) · 배추김치 · 초코슈(1.2.5.6)	· 친환경 검정쌀밥 · 열갈이된장국 (5.6) · 참나물무침(5.6) · 오징어떡볶음 (5.6.13.17) · 계란말이(1) · 배추김치 · 참외
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품							국내산(한우)/국 내산	
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
닭고기/가공품				국내산/국내산		국내산/국내산	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
오징어/가공품								국내산/국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	695.83	695.83	0.4	761.5	676.5	654.5	755.9	643.4
탄수화물(g)			45.2	62.0	76.3	74.7	86.8	94.6
단백질(g)	17.70	17.70	16.0	27.6	28.9	26.2	28.4	28.5
지방(g)			38.9	43.3	29.2	27.8	34.9	15.8
비타민A(㎍ RAE)	155.22	222.63	153.0	185.4	72.5	136.2	160.9	209.8
티아민(mg)	0.30	0.35	0.5	0.3	0.7	0.6	0.4	0.4
리보플라빈(mg)	0.35	0.42	0.6	0.5	0.5	0.5	0.8	0.8
비타민C(mg)	23.01	30.51	23.1	27.9	17.9	21.6	17.3	30.8
칼슘(mg)	198.87	246.77	248.7	113.4	279.4	272.6	296.0	282.0
철분(mg)	3.09	3.92	4.7	3.6	4.6	4.2	6.9	4.1

* 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 찰쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 배추/열갈이배추/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