

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전북인공지능고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				04월 14일(월)	04월 15일(화)	04월 16일(수)	04월 17일(목)	04월 18일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> · 참쌀밥 · 황태김치국 · 돈사태김치찌개 (5.6.9.10.13) · 달걀만두*케첩 (1.5.12) · 깍두기(9) · 리치&코코음료 	<ul style="list-style-type: none"> · 참쌀밥 · 김치순두부국 (5.6.9.12.13.17.18) · 치킨너겟/머스타드 (1.2.5.6.15) · 순살고등어구이 (2.5.6.7.12.13.16) · 깍두기(9) · 바나나우유(2) 	<ul style="list-style-type: none"> · 참쌀밥 · 우영원장국(5.6) · 닭강itz조림 (5.6.13.15) · 야채계란찜(1) · 콩나물무침(5) · 허쉬초코크림샌드위치쿠키(1.2.5.6) · 깍두기(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 돈육필라프* (2.5.6.10.12.13.18) · 애호박계란국 (1.5.6) · 숙주나물무침 (1.5.6) · 만두강정 (1.5.6.10.12.13.16.18) · 깍두기(9) · 딸기맛요플레(2) 	<ul style="list-style-type: none"> · 참쌀밥 · 뽕이두부원장국 (5.6) · 순두부*매콤양념장 (5.6.13) · 볶음김치 (5.6.15) · 배추김치(9) · 감귤한모금주스 (13) · 돌자반(원)(5)
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/판두부: 국내산/ 연두부: 순두부:외국산	국내산/판두부: 국내산/ 연두부: 순두부:외국산	국내산/판두부: 국내산/ 연두부: 순두부:외국산	국내산/판두부: 국내산/ 연두부: 순두부:외국산	국내산/판두부: 국내산/ 연두부: 순두부:외국산
낙지/가공품				베트남	베트남	베트남	베트남	베트남
명태/가공품				러시아	러시아	러시아	러시아	러시아
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품				세네갈	세네갈	세네갈	세네갈	세네갈
오징어/가공품				국내산/외국산	국내산/외국산	국내산/외국산	국내산/외국산	국내산/외국산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다량어/가공품				원양산	원양산	원양산	원양산	원양산
아귀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
주꾸미/가공품				베트남	베트남	베트남	베트남	베트남
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	778.45	778.45	-2.6	714.7	873.3	791.9	691.6	717.8
탄수화물(g)			60.9	112.7	119.5	112.9	112.4	109.2
단백질(g)	19.66	19.66	16.1	32.3	30.3	33.0	25.1	28.9
지방(g)			23.1	12.6	29.0	21.6	14.1	18.1
비타민A(μg RAE)	175.32	244.23	146.7	161.7	167.7	197.0	109.5	97.8
티아민(mg)	0.32	0.39	0.6	0.7	0.6	0.6	0.7	0.5
리보플라빈(mg)	0.39	0.47	0.6	0.6	0.5	0.7	0.5	0.5
비타민C(mg)	24.53	31.39	19.4	7.4	5.0	9.3	7.6	67.6
칼슘(mg)	247.23	301.30	191.7	93.1	288.1	193.7	169.9	213.8
철분(mg)	3.72	4.81	3.0	2.8	2.0	3.8	1.7	4.7

* 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, 김치, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에서 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
- 3) 고춧가루: 배추김치, 김치, 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.자