

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전북인공지능고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량					05월 19일(월)	05월 20일(화)	05월 21일(수)	05월 22일(목)	05월 23일(금)
					· 스펀김치볶음밥 (1.2.5.6.9. 10. 13. 15.16) · 유부장국 (1.2.5.6.7.9.13.18) · 짜장떡볶이 (1.2.5.6.10.13.15.16) · 어묵볶음(1.5.6) · 배추김치(9) · 빵피셀(11)	· 찰쌀밥 · 한우국밥 (5.6.13.16) · 돈육김치볶음 (5.6.9.10.13) · 오뎀오뎀햄구이 (1.2.5.6.10.13.15.16) · 배추김치(9) · 달고나쿠키 (1.2.5.6)	· 찰쌀밥 · 수제비국(1.5.6) · 파채무침*(13) · 굴소스제육볶음 (5.6.10.13.18) · 예그랑뎡/케찹 (1.2.5.6.10.12.15.16) · 배추김치(9) · 미숫가루라떼(2)	· 찰쌀밥 · 쇠갓어묵국 (1.5.6) · 참치김치볶음 (5.9) · 계란후라이*간장 참기름양념장 (1.5.6) · 맛감자*케찹 (5.12) · 바나나우유(2)	· 닭죽(1.5.15) · 쇠고기부추무침 (5.6.13.16) · 프렌치토스트/말 기름(1.2.5.6.13) · 케이준프라이튀김 (5.6.12) · 씨리얼/우유 (2.5.6) · 무채장아찌
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
다랑어/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	-3.1	675.3	692.2	859.0	701.2	842.7	
탄수화물(g)			61.1	114.8	100.2	112.4	105.5	132.7	
단백질(g)	19.66	19.66	14.8	18.9	25.6	40.9	25.7	26.2	
지방(g)			24.0	13.8	19.9	25.7	17.6	21.9	
비타민A(μg RAE)	175.32	244.23	223.9	118.8	121.3	130.9	197.8	550.5	
티아민(mg)	0.32	0.39	0.6	0.3	0.6	1.1	0.3	0.9	
리보플라빈(mg)	0.39	0.47	0.7	0.6	0.4	0.5	0.8	1.0	
비타민C(mg)	24.53	31.39	15.5	14.1	17.0	5.9	10.3	30.0	
칼슘(mg)	247.23	301.30	249.8	126.2	82.5	230.2	278.0	532.0	
철분(mg)	3.72	4.81	2.9	2.1	2.0	3.7	2.3	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, 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.잣