

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전북인공지능고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				05월 12일(월)	05월 13일(화)	05월 14일(수)	05월 15일(목)	05월 16일(금)
				• 계란볶음밥 (1.2.5.6.13.18) • 짜장소스 (1.2.5.6.10.13) • 팽이두부된장국 (5.6) • 청양마요미트볼 (1.2.5.6.10.13.15.16) • 도토리묵상추무침 (1.2.5.6) • 배추김치(9)	• 찰쌀밥 • 국개장(1.5.6.16) • 매콤불어묵조림 (1.5.6.13) • 싸먹는오리슬라이스 • 배추김치(9) • 오래오맛마카롱 (1.2.6)	• 찰쌀밥 • 돼지고기순두부찌개 (1.5.6.9.10.12.13.17.18) • 닭봉오븐구이 (5.6.13.15) • 배추김치(9) • 미니프링글스 • 바베큐바불고기소스조림 (5.6.10.12.13.15.16)	• 찰쌀밥 • 시금치된장국 (5.6) • 묵은지닭찜 (5.6.9.13.15) • 한입돈까스*소스 (1.5.6.10.12.13.18) • 깍두기(9) • 고구마치즈케이크 (1.2.5.6)	• 돈육콩나물밥/양념장(5.6.10) • 황태계란국(1) • 오이생채(13) • 배추김치(9) • 파먹는고구마피자 그라탕 *(1.2.5.6.10.12.13) • 뿌띠첼(11)
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	-2.5	813.8	711.9	606.9	990.6	670.5
탄수화물(g)			56.3	98.0	83.3	99.3	131.7	111.9
단백질(g)	19.66	19.66	14.1	24.2	25.9	24.3	35.2	21.8
지방(g)			29.6	35.2	29.4	10.2	34.3	13.3
비타민A(μg RAE)	175.32	244.23	107.1	85.7	84.7	62.5	195.7	107.0
티아민(mg)	0.32	0.39	0.5	0.8	0.4	0.4	0.5	0.3
리보플라빈(mg)	0.39	0.47	0.5	0.7	0.4	0.5	0.6	0.3
비타민C(mg)	24.53	31.39	12.7	11.9	19.0	7.6	14.2	11.0
칼슘(mg)	247.23	301.30	112.6	93.0	72.2	53.2	212.3	132.2
철분(mg)	3.72	4.81	2.4	2.8	2.2	1.8	3.7	1.5

* 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

- 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 포함)
- 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
- 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
- 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
- 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.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣