

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전북인공지능고등학교

(조식)

주간 학교급식 영양량				07월 14일(월)	07월 15일(화)	07월 16일(수)	07월 17일(목)	07월 18일(금)
				· 참쌀밥 · 우령원장국(5.6) · 야채계란찜(1) · 돈육김치볶음 (9.10) · 깍두기(9) · 베리러브블레이크 (1.2.5.6)	· 참쌀밥 · 김치여육국 (1.5.6.9) · 김밥햄*참치마요* 스틱단무지 (1.2.5.6.10.15.16) · 고추장계란볶이 (1.5.6.13) · 배추김치(9) · 도시락김	· 낙지김치죽 (5.6.9) · 쇠고기메밀장조림 (1.5.6.13.16) · 스리라차명품구이 (15) · 배추김치(9) · 씨리얼/우유 (2.5.6) · 무채장아찌	· 참쌀밥 · 건새우미역국(9) · 시래기찜닭 (5.6.13.15) · 우주에서온비엔나 (2.5.6.10.15.16) · 배추김치(9) · 우유/제티(2)	· 참쌀밥 · 김치콩비지찌개 (5.6.9.10) · 돈육고추장불고기 (5.6.10.13) · 맛감자*케찹 (5.12) · 배추김치(9) · 버나나우유(2)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산
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	648.4	667.3	722.2	852.2	899.4
탄수화물(g)			56.1	92.1	87.3	95.6	112.6	132.4
단백질(g)	19.66	19.66	19.7	31.7	28.0	40.0	39.7	43.1
지방(g)			24.2	15.3	21.2	17.6	25.5	20.3
비타민A(μg RAE)	175.32	244.23	293.9	110.3	115.6	571.1	449.5	222.8
티아민(mg)	0.32	0.39	0.7	0.7	0.3	0.9	0.9	1.0
리보플라빈(mg)	0.39	0.47	0.7	0.6	0.3	1.3	0.9	0.6
비타민C(mg)	24.53	31.39	18.5	9.6	23.5	25.7	22.5	11.1
칼슘(mg)	247.23	301.30	429.2	302.4	203.2	535.9	716.7	387.9
철분(mg)	3.72	4.81	4.2	3.8	2.9	5.6	5.0	3.5

* 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 찹쌀, 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