학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전북인공지능고등학교 (중식)

주간 학교급식 영양량	07월 07일(월)	07월 08일(화)	07월 09일(수)	07월 10일(목)	07월 11일(금)
	・찹쌀밥 ・모듬부대찌개(1.2.5.6.9.10.15.16) ・김계란말이(1.5) ・고추바사삭볼카츠*마블링소스(5.6.10.12.13.18) ・열무김치(9) ・깻잎양념무침(5.6.13) ・또요요거트(1.2.5.6)	・잡곡밥(5) ・닭곰탕(1.2.5.6.15) ・묵은지목살조림(9.10) ・새송이부추초무침(5.6.13) ・불고기씬피자(1.2.5.6.10.16) ・배추김치(9) ・포도쥬스(13)	・전복낙지영양솥밥(5.6.18) ・쇠고기무국(16) ・매운돼지갈비찜(5.6.10.13.18) ・쇼음열무된장무침(5.6) ・예그랑땡/케찹(1.2.5.6.10.12.15.16) ・배추김치(9) ・복숭아(11)	・김가루날치알밥(1.2.5.6.9.10.13.15.16.18) ・쑥갓어묵국(1.5.6) ・치킨무 ・가지나물볶음(5) ・옛날통닭(15) ・배추김치(9) ・양배추샐러드*케요네즈(1.5.12)	・찹쌀밥(소) ・냉면(3.5.6.13.15.16) ・오징어도라지초무침(5.6.13) ・느타리버섯볶음(5.6.13.18) ・수제떡갈비(5.6.10.13.18) ・열무김치(9) ・수박

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	2.2	669.5	881.0	840.4	701.9	886.1
탄수화물(g)			55.1	89.5	127.6	88.4	73.1	156.7
단백질(g)	19.66	19.66	20.3	37.6	35.7	44.7	38.3	40.7
지방(g)			24.6	16.4	23.5	32.0	25.5	8.7
비타민A(㎍ RAE)	175.32	244.23	119.8	136.6	95.1	82.3	156.7	128.2
티아민(mg)	0.32	0.39	1.1	1.7	1.5	0.9	0.4	0.8
리보플라빈(mg)	0.39	0.47	0.8	0.6	0.6	0.9	0.5	1.3
비타민C(mg)	24.53	31.39	11.7	11.7	8.5	17.2	14.6	6.7
칼슘(mg)	247.23	301.30	199.5	187.2	210.0	225.7	207.2	167.5
철분(mg)	3.72	4.81	3.9	3.2	3.3	6.0	3.2	3.7

* 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 찹쌀, 현미, 흑미 및 찐쌀을 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.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