

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전북인공지능고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				06월 30일(월)	07월 01일(화)	07월 02일(수)	07월 03일(목)	07월 04일(금)
				· 미나리소고기솔밥 (2.5.6.13.16.18) · 속갓어묵국 (1.5.6) · 깻잎샐러드 (1.2.4.5.6.13) · 통살후라이드닭고기 (5.6.12.13.15) · 여왕가지 (1.5.6) · 배추김치 (9)	· 마제덮밥 (5.6.10.12.13.18) · 메밀소바 (3.5.6.7.13.18) · 계란후라이 (1) · 도끼떡갈비 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 새우살브로콜리볶음 (5.6.9.13.18) · 배추김치 (9) · 꿀떡	· 잠곡밥 (5) · 육은지등불탕 (5.6.9.10) · 시금치파프리카무침 (5.6.13) · 핫치즈닭강정 (2.5.6.12.13.15) · 소고기케사디아 (1.2.5.6.12.13.16) · 깻두기 (9) · 자두	· 흑미밥 · 열무비빔국수 (5.6.9.13.18) · 콩나물김치국 (5.6.9) · 무말랭이 · 오이고추된장무침 (5.6) · 통삼겹+목살오븐구이+상추쌈 (5.6.10) · 콜리플라워푸꾸바 (1.2.5)	· 삼겹살김치볶음밥 (1.5.6.9.10.13.18) · 계란국 (1.5.6.10.16.18) · 김치반무침 (5.6.13) · 떡볶이 (1.5.6.13) · 판큰치킨/양념소스 (1.2.5.6.12.13.15) · 배추김치 (9) · 요거트아이스크림 (2.5.6.11.13)
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: 국내산/ 연두부: 국내산/ 외국산	국내산/판두부: 국내산/ 연두부: 국내산/ 연두부: 국내산/ 외국산	국내산/판두부: 국내산/ 연두부: 국내산/ 연두부: 국내산/ 외국산	국내산/판두부: 국내산/ 연두부: 국내산/ 연두부: 국내산/ 외국산	국내산/판두부: 국내산/ 연두부: 국내산/ 연두부: 국내산/ 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	10.0	816.9	877.1	795.0	950.2	841.4
탄수화물(g)			55.3	110.7	116.8	107.1	118.7	130.7
단백질(g)	19.66	19.66	15.9	30.9	42.2	38.2	30.0	26.6
지방(g)			28.8	26.5	25.7	22.1	38.5	22.1
비타민A(μg RAE)	175.32	244.23	159.2	109.2	89.6	212.7	258.8	125.6
티아민(mg)	0.32	0.39	1.0	0.4	2.6	0.7	0.9	0.4
리보플라빈(mg)	0.39	0.47	0.6	0.5	0.6	0.6	0.8	0.5
비타민C(mg)	24.53	31.39	17.7	9.2	12.9	23.4	31.0	12.2
칼슘(mg)	247.23	301.30	231.5	165.6	201.6	283.1	357.5	149.8
철분(mg)	3.72	4.81	5.2	11.0	5.8	3.0	3.8	2.6

* 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 전쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에서 사용하는 배추/열갈이배추/봄동배추
- 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에서 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