

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 04일(월)	12월 05일(화)	12월 06일(수)	12월 07일(목)	12월 08일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> 현미밥 시금치된장국 (5.6) 한국식마라상귀 (1.5.6.9.10.13) 참쌀감부각(5.6) 알감자버터구이 (2.13) 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> 혼합잡곡밥*(5) 콩비지찌개 *(5.6.9.10.13) 탄두리닭조림 *(2.5.6.12.13.15.16.18) 오징어실채볶음 *(5.6.13.17) 수제배추겉절이 *(9.13) 타트채리주스 	<ul style="list-style-type: none"> 스팸마요덮밥 (1.2.5.6.10.13.15.16) 팽이미소국(5.6) 볶음김치(5.9.13) 돌자반*(완제품) 떡꼬치 (5.6.12.13) 돼지바요거트 (1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 수수밥 한우모듬야채국 (5.6.13.16) 알계란장조림 (1.5.6.13.18) 돈육꾸꾸미볶음 (5.6.10.13.18) 갯김치(9) 굴 	<ul style="list-style-type: none"> 차조밥 남도식콩나물국 (1.5.6.9.17) 방울카프리제 (2.12.13) 통등심돈가스/소스 (1.2.5.6.10.12.16) 총각김치(9) 햇초코(2.13)
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	국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
명태/가공품								러시아산
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산	오징어실채:페루산	국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
주꾸미/가공품							베트남산	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	753.33	753.33	8.9	784.4	837.1	661.9	675.6	1,141.6
탄수화물(g)			56.2	121.8	134.9	73.8	97.8	145.5
단백질(g)	19.15	19.15	17.6	33.2	45.2	25.9	41.6	34.2
지방(g)			26.1	17.4	14.3	29.0	12.0	45.9
비타민A(μg RAE)	168.16	233.87	167.2	209.4	216.9	183.3	135.4	91.0
티아민(mg)	0.30	0.37	0.7	0.8	0.7	0.4	1.0	0.4
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.7	0.6	0.8	0.6	0.7	0.7
비타민C(mg)	23.53	30.26	22.0	21.2	23.0	19.4	34.4	12.1
칼슘(mg)	253.74	311.87	319.0	170.6	272.9	291.3	210.8	649.3
철분(mg)	3.81	4.99	5.3	3.4	5.1	4.6	4.5	8.9

* 에너지는 권장섭취량의 $\pm 10\%$, 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 찰쌀을 포함)

2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 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