

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				06월 10일(월)	06월 11일(화)	06월 12일(수)	06월 13일(목)	06월 14일(금)
				• 콩나물밥/부추장 (5.6.13.16) • 설산적 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.19) • 깍두기(9) • 구이김 • 오미자과일화채 (11) • (단오)수리취초코떡★	• 흑미밥 • 건새우아욱국 (5.6.9) • 멸치해바라기씨볶음(5.13) • 한국식마라상귀 (1.5.6.9.10.13) • 배추김치(9)	• 후리카케밥 (1.2.5.6.9.13.16.18) • 곤약어묵국 (1.5.6.9.13) • 부추양파겨자채 (5.6.13) • 순살나초치킨 (1.5.6.15.16.18) • 깍두기(9) • 자두주스	• 보리밥 • 맑은순두부국 (1.5.6.9.13) • 알감자조림 (5.6.13.18) • 참나물유자청무침 (13) • 제육김치볶음 (5.6.9.10.13)	• 귀리밥 • 순대국 (2.5.6.9.10.13.16) • 오징어실채볶음 (5.6.13.17) • 치파이(납작닭고기튀김)(5.6.15.16) • 석박지(9) • 골드키위
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
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	오징어실채:페루산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다량어/가공품						가스오브시:인도네시아		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	751.16	751.16	6.8	1,006.2	713.4	745.1	704.1	840.7
탄수화물(g)			62.2	161.9	111.2	100.9	106.6	135.5
단백질(g)	19.11	19.11	18.5	37.3	37.0	29.5	37.1	42.7
지방(g)			19.3	22.0	12.3	23.8	13.5	13.4
비타민A(μg RAE)	167.89	233.38	180.9	211.8	203.9	99.5	182.4	206.7
티아민(mg)	0.30	0.37	0.7	0.5	0.8	0.6	1.0	0.6
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.6	0.8	0.6	0.1	0.7	0.7
비타민C(mg)	23.52	30.26	23.3	22.0	14.4	9.3	20.3	50.6
칼슘(mg)	253.61	311.60	248.8	271.6	347.5	217.2	193.0	214.5
철분(mg)	3.82	5.00	4.7	5.8	3.5	3.2	4.2	6.9

* 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