

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				09월 23일(월)	09월 24일(화)	09월 25일(수)	09월 26일(목)	09월 27일(금)
				· 현미밥 · 꼬들장아찌무침 (13) · 취나물무침(5.6) · 제육김치볶음 (5.6.9.10.13) · 새우볼꼬치 (6.9.13) · 어니언마요소스 (1.2.5.13) · 요거트푸딩 · 샤인머스켓푸딩 · 송농(셀프)	· 수수밥 · 빼없는감자탕 (5.6.9.10.13) · 매운어묵채볶음 (5.6.13) · 크림소스미트볼조림 (1.2.5.6.10.13.15.16) · 배추김치(9)	· 참치마요덮밥(참치+계란마요소스) (1.5.6.13) · 우동장국(국물) (1.2.5.6.9) · 건파래볶음(5.13) · 고추바사삭볼카츠 (2.4.5.6.10.16) · 깍두기(9) · 키위사과주스(13)	· 혼합잡곡밥(5) · 꽃게짬뽕국 (5.6.8.9.10.13.17) · 아삭오이고추무침 (5.6.13) · 훈제오리아채볶음 /허니머스타드소스 (1.2.5.6) · 총각김치(9)	· 보리밥 · 건새우아욱국 (5.6.9) · 도라지오이무침 (5.6.13) · 스위트순살치킨 +고구마치즈볼 (1.5.6.15.16.18) · 배추김치(9) · 청포도
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	국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다량어/가공품						가스오브시 인도 네시아 / 참치 원 양산		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	751.16	751.16	9.1	746.9	729.8	869.1	903.5	848.2
탄수화물(g)			52.1	101.0	97.8	110.7	103.7	117.7
단백질(g)	19.11	19.11	18.4	38.9	34.1	34.9	44.6	34.5
지방(g)			29.5	20.7	21.6	30.4	34.2	26.8
비타민A(μg RAE)	167.89	233.38	175.2	257.2	128.3	89.7	234.8	166.2
티아민(mg)	0.30	0.37	0.7	0.8	0.7	0.2	0.7	0.8
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.6	0.6	0.4	0.3	0.9	0.5
비타민C(mg)	23.52	30.26	33.1	7.8	22.2	70.4	48.2	16.7
칼슘(mg)	253.61	311.60	312.2	274.2	317.6	354.6	297.0	317.5

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
철분(mg)	3.82	5.00	3.4	3.4	3.1	4.1	3.2	3.3

- * 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 찌쌀을 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