

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

배곧해솔중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				10월 21일(월)	10월 22일(화)	10월 23일(수)	10월 24일(목)	10월 25일(금)
				· 기장밥 · 부추계란국 (1.5.6) · 명엽채조림 (5.6.13) · 한국식마라상귀 (1.5.6.9.10.13) · 수제배추겉절이 (9.13) · 레몬에이드*	· 완두콩밥 · 닭다리짬뽕국 (5.6.9.10.13.15.17.18) · 양송이품은떡갈비조림 (1.5.6.10.12.13.15.16) · 고구마순들깨볶음 · 총각김치(9)	· 소보로비빔밥(밥+행+계란+다진고기볶음) (1.5.6.10.12.13.16.18) · 우동장국(국물) (1.2.5.6.9) · 건파래볶음(5.13) · 다진감치볶음 (5.9.13) · 통살버터플라이(새우튀김) (2.5.6.9.12.13)	· 옥수수쌀밥 · 꽃게된장국 (5.6.8) · 마파두부 (5.6.10.12.13.18) · 칼슘강화어묵볶음 (5.6.13) · 석박지(9) · 굴	· 램아채굴소스볶음밥 (1.2.5.6.10.13.15.16.18) · 부추양파겨자채 (5.6.13) · 양념순살치킨 (1.5.6.15.16.18) · 깍두기(9) · 독도는우리땅케익 (1.2.5.6) · 흑당버블라떼 (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				명엽채 러시아산				
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
다량여/가공품						가스오브시 인도네시아		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	751.16	751.16	9.3	697.3	928.7	810.2	727.5	940.2
탄수화물(g)			55.7	118.7	92.6	101.7	115.0	140.2
단백질(g)	19.11	19.11	19.1	32.5	53.5	37.6	36.7	34.6
지방(g)			25.2	10.2	37.1	26.4	13.0	27.8
비타민A(μg RAE)	167.89	233.38	169.4	186.0	162.2	100.6	107.5	290.8
티아민(mg)	0.30	0.37	1.1	0.8	2.4	0.6	0.8	0.8
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.7	0.6	0.6	0.4	0.6	1.2
비타민C(mg)	23.52	30.26	23.2	17.7	18.1	20.1	35.9	24.2
칼슘(mg)	253.61	311.60	317.9	264.2	298.6	388.2	342.2	296.1

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
철분(mg)	3.82	5.00	3.9	3.5	5.2	3.8	4.0	3.1

- \* 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