

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

금모래초등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				05월 06일(월)	05월 07일(화)	05월 08일(수)	05월 09일(목)	05월 10일(금)
				대체공휴일	• 잡곡밥2 • 소고기미역국 (5.6.16.18) • 숙갓두부무침 (5.6.18) • 바삭돼지불고기 (5.6.10.13) • 배추김치(9) • 방울토마토(12)	• 삼색비빔밥 (1.5.6.9.13.15) • 수제현미송송 • 깍두기(9) • 멜론 • 핫도그 (1.2.5.6.10.12.15)	• 잡곡밥2 • 닭곰탕(5.6.15.18) • 근대원장무침(5.6) • 고등어데리구이 (5.6.7.18) • 총각김치(9) • 적포도	• 잡곡밥2 • 스파게티(부식) (2.5.6.12.13.16) • 돈육김치국 (5.6.9.10.18) • 참나물느타리무침 (5) • 두부두루치기 (5.6.13.18) • 모듬피클(5)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품					국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품					국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
고등어/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품					국내산	국내산	국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	591.88	591.88	-4.1		466.1	634.4	533.6	637.2
탄수화물(g)			61.5		65.9	102.1	75.4	102.1
단백질(g)	14.06	14.06	18.5		27.4	25.9	27.7	22.9
지방(g)			20.0		9.2	13.7	12.2	14.7
비타민A(μg RAE)	119.92	171.34	118.9		142.3	107.3	129.5	96.7
티아민(mg)	0.22	0.27	0.4		0.7	0.3	0.4	0.3
리보플라빈(mg)	0.27	0.32	0.4		0.3	0.4	0.6	0.5
비타민C(mg)	16.58	21.05	13.7		12.2	11.7	10.3	20.6
칼슘(mg)	206.59	249.36	144.3		114.9	160.8	100.8	200.8
철분(mg)	2.61	3.36	2.8		2.4	2.3	2.6	3.7

* 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 찰쌀, 현미, 흑미 및 찌쌀을 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