

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

조남중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				08월 14일(월)	08월 15일(화)	08월 16일(수)	08월 17일(목)	08월 18일(금)
							*보리밥 *육개장 (1.5.6.16) *비름나물(고추장) (5.6) *미니돈가스 (1.5.6.10.12) *배추김치(9) *샤베트(2)	*현미밥 *삼색감자옹심이 국(1.5.6.17) *치커리수삼샐러 드(유자드레싱) (1.2.5.6.9.13) *치즈떡갈비구이 (소스) (1.2.5.6.10.12.13 .16) *배추김치(9)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품							국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산
돼지고기/가공품							국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품							국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품							국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품							국내산	국내산
2) 배추/가공품							국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품							국내산	국내산
4) 콩/가공품							국내산	국내산
낙지/가공품							국내산	국내산
고등어/가공품							국내산	국내산
갈치/가공품							국내산	국내산
오징어/가공품							국내산	국내산
꽃게/가공품							국내산	국내산
참조기/가공품							국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	749.60	749.60	-7.4				702.1	685.7
탄수화물(g)			59.4				105.0	97.7
단백질(g)	19.10	19.10	17.7				30.6	29.7
지방(g)			22.9				15.0	19.8
비타민A(mg)	167.76	233.04	191.3				239.4	143.3
티아민(mg)	0.31	0.37	0.6				0.7	0.5
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.4				0.4	0.5
비타민C(mg)	23.51	30.23	13.7				13.4	14.0
칼슘(mg)	253.84	311.67	229.4				216.0	242.8
철분(mg)	3.82	5.01	4.7				5.1	4.3

\* 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 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