

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

조남중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				09월 25일(월)	09월 26일(화)	09월 27일(수)	09월 28일(목)	09월 29일(금)
				*혼합잡곡밥(5) *돼지뼈감자탕 (5.6.9.10) *멸치비엔나소시 지볶음2(2.5.6.10) *고춧잎나물(고추 장)(5.6) *깍두기(9) *경단(5) *파인애플	*현미밥 *쇠고기토란국 (5.6) *우영채조림(5.6) *삼색모듬행전 (1.2.5.6.10) *배추김치(9) *송편	*곤드레나물밥/부 추매실양념장 (5.6.13.16) *들깨어묵국 (1.5.6.16) *배추김치(수)(9) *꿀약과(6) *사과(홍로) *유과1(5)		
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산		
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산		
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산		
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산		
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산		
낙지/가공품				국내산	국내산	국내산		
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산		
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산		
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산		
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산		
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	749.60	749.60	-2.5	744.5	784.8	663.4		
탄수화물(g)			61.0	115.8	112.6	103.1		
단백질(g)	19.10	19.10	12.7	29.4	23.3	16.1		
지방(g)			26.3	17.4	25.6	20.5		
비타민A(mg)	167.76	233.04	119.2	212.8	41.2	103.7		
티아민(mg)	0.31	0.37	0.5	0.7	0.4	0.3		
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.4	0.5	0.4	0.4		
비타민C(mg)	23.51	30.23	26.6	52.6	16.9	10.3		
칼슘(mg)	253.84	311.67	203.4	304.7	110.4	195.1		
철분(mg)	3.82	5.01	3.1	3.5	2.6	3.3		

\* 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 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