

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

함현중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				08월 07일(월)	08월 08일(화)	08월 09일(수)	08월 10일(목)	08월 11일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> • 녹두밥- • 된장찌개-(5.6.9) • LA돼지갈비(5.6.10.13.19) • 고구마맛탕(5.6.13) • 배추김치(9) • 초코우유(2) 	<ul style="list-style-type: none"> • 기장밥- • 빼없는감자탕(5.6.9.10) • 봉추찜닭(5.6.13.15.16) • 도토리묵김치무침(5.6.9.13) • 총각김치(9) • 바나나(13) 	<ul style="list-style-type: none"> • 참치야채비빔밥/양념장(5.6.13) • 미야자키치킨난방(1.2.5.6.12.13.15.16.18) • 총각김치(9) • 수제말기스무디(화이트필)(2.13) 	<ul style="list-style-type: none"> • 흑미밥- • 콩나물김치국-(5.9) • 비엔나소시지볶음-(2.5.6.10.15.16) • 해물우동볶음(1(5.6.9.13.17.18) • 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> • 밥밥- • 쇠고기뭇국-(5.6.9.16) • 베이컨계란말이(1.10) • 돼지갈비김치찜(5.6.9.10.13) • 배추겉절이(9)
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	국내산
낙지/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
명태/가공품						러시아산/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
다랑어/가공품						인도네시아/인도네시아		
아귀/가공품						베트남, 중국/베트남, 중국		
주꾸미/가공품						국내산/국내산		
비고						렌틸콩귀리, 퀴노아-수입		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	753.14	753.14	20.2	1,138.0	953.7	876.5	759.2	800.2
탄수화물(g)			55.5	156.7	135.7	134.4	108.4	81.9
단백질(g)	19.15	19.15	19.4	44.9	54.3	32.6	30.7	53.3
지방(g)			25.0	34.4	20.4	21.9	20.7	26.4
비타민A(mg)	168.19	234.03	131.0	62.4	182.3	141.0	69.9	199.2
티아민(mg)	0.30	0.37	0.9	1.2	1.2	0.5	0.5	1.2
리보플라빈(mg)	0.38	0.45	0.6	0.8	0.6	0.4	0.4	0.7

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
비타민C(mg)	23.55	30.32	24.3	13.3	20.3	42.6	33.6	11.8
칼슘(mg)	252.86	310.84	229.2	367.2	167.5	171.0	205.4	234.9
철분(mg)	3.80	4.97	3.6	4.5	4.1	1.9	2.5	5.1

* 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 찹쌀, 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