

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

함현중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 02일(월)	12월 03일(화)	12월 04일(수)	12월 05일(목)	12월 06일(금)
				· 참쌀밥 · 들깨미역국- (5.6.9.18) · 오이부추무침 (9.13) · 고구마닭불구이 (1.2.5.6.10.15.16) · 배추김치(9) · 베이글&크림 (1.2.5.6)	· 발아현미밥- · 황태국(1.5.6.9) · 양배추쌈&쌈장 (5.6.13) · 유즐리멸치볶음 (2.5.6.13) · 제육볶음- (5.6.10.13) · 배추겉절이(9)	· 스펀마요 (1.2.5.6.10.13.15.16) · 김치콩나물국 (5.9.13) · 자몽샐러드 (1.2.5.6.12.13) · 총각김치(9) · 스위트애플키위 (13) · 스위트 트로피컬 (13)	· 참쌀밥 · 함현돼지국밥(10) · 오징어배추무침 (5.6.13.17) · 메밀전병 (2.3.5.6.16.18) · 깍두기-(9)	· 아침미소우유생크림빵(1.2.5.6) · 딸기샌드위치 (2.5.6) · 허쉬초콜릿드링크 오리지널(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
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
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	751.31	751.31	8.9	861.3	669.9	999.0	750.2	811.1
탄수화물(g)			51.5	119.1	93.4	120.0	85.9	104.8
단백질(g)	19.14	19.14	15.0	28.5	45.4	26.8	38.2	13.1
지방(g)			33.5	29.6	11.3	46.1	25.7	38.4
비타민A(μg RAE)	168.10	233.98	112.4	77.1	142.1	138.4	35.1	169.5
티아민(mg)	0.30	0.37	0.6	0.5	1.3	0.4	0.7	0.2
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.5	0.4	0.5	0.5	0.4	0.5
비타민C(mg)	23.58	30.40	41.8	7.1	26.1	137.3	3.2	35.5
칼슘(mg)	251.37	308.92	267.0	280.5	348.4	322.2	114.9	269.1
철분(mg)	3.79	4.95	3.2	4.3	3.8	3.5	1.9	2.5

* 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 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