

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

함현중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 10일(월)	03월 11일(화)	03월 12일(수)	03월 13일(목)	03월 14일(금)
				• 보리밥- • 뽕없는해장국 (5.6.9.10) • 콩나물오색냉채 (1.5.6.8.13) • 관쇼새우&크림치 즈소스 (1.2.5.6.9.13) • 깍두기-(9)	• 찰옥수수쌀밥 • 북어콩나물국 (5.9) • 동인동돈갈비찜 (5.6.10.13.18) • 사과야채초무침 (5.6.13) • 배추김치(9) • 김구이(카카오프 렌즈)	• 오므라이스 (1.2.5.6.10.15.16) • 오므라이스소스 (1.2.5.6.12.13.16) • 가쓰오장국 (1.2.5.6.7.9.13.18) • 코다리땅콩강정 (4.5.6.12.13) • 깍두기-(9) • 팥빙푸딩망고/컵 푸딩	• 차수수밥- • 어묵국- (1.5.6.7.9.13.18) • 로제찜닭 (1.2.5.6.12.13.15. 16) • 숙주무채장아찌무 침(5.6.13) • 배추겉절이(9)	• 흑미밥- • 부대찌개- (1.2.5.6.9.10.12.1 3.15.16) • 시금치무침 • 가자미카레튀김 (2.5.6.12.13.16.18) • 오이김치(9) • 무지개슈가롤리 (5)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산	국내산(한우)/국 내산
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)	744.95	744.95	17.1	888.2	763.9	1,151.4	767.9	790.4
탄수화물(g)			51.8	108.9	94.9	136.6	110.1	100.5
단백질(g)	19.04	19.04	22.5	39.9	44.1	69.3	43.3	42.7
지방(g)			25.8	30.6	20.8	34.1	15.5	20.9
비타민A(μg RAE)	167.25	232.59	164.9	150.6	104.4	190.0	133.2	246.2
티아민(mg)	0.31	0.37	0.8	1.0	1.2	0.6	0.5	0.7
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.5	0.5	0.6	0.6	0.4	0.6
비타민C(mg)	23.59	30.39	19.4	9.0	21.0	17.4	8.8	40.6
칼슘(mg)	250.64	307.83	348.4	391.4	288.0	477.0	295.2	290.4
철분(mg)	3.80	4.98	3.8	4.0	3.7	5.1	2.6	3.4

* 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