

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

함현중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				08월 25일(월)	08월 26일(화)	08월 27일(수)	08월 28일(목)	08월 29일(금)
				· 기장밥- · 열갈이배추된장국(5.6.9) · 돼지고기수육(5.6.10) · 우말랭이무침(김치-완제품) · 한입상추&쌈장(5.6.13) · 배추겉절이(9)	· 밥밥- · 콩나물국(5.9) · 숙주맛살무침(1.5.6.8) · 직화석쇠불고기(10) · 배추겉절이(9) · 아이스망고	· 짜장밥(5.6.10.13) · 계란파국(1.9) · 단무지무침-(13) · 껌바로우탕수육-(1.5.6.10) · 탕수육(1.5.6.10)	· 현미밥- · 돈육김치찌개(5.6.9.10) · 무쌈 · 백순대볶음(양념장)(5.6.10.13.16) · 오징어실채볶음(5.6.13.17) · 열무김치(9)	· 발아현미밥- · 아욱된장국(조갯살)(5.6.9.18) · 느타리버섯볶음- · 제육볶음-(5.6.10.13) · 배추김치(9) · 샤인머스켓
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)	744.95	744.95	12.8	1,040.3	615.6	1,143.5	720.9	679.8
탄수화물(g)			51.0	84.4	73.3	137.3	125.6	104.2
단백질(g)	19.04	19.04	21.9	67.8	55.4	35.1	28.0	39.1
지방(g)			27.1	43.8	9.1	48.7	10.7	11.6
비타민A(μg RAE)	167.25	232.59	147.8	195.6	74.5	124.5	139.8	204.4
티아민(mg)	0.31	0.37	1.2	2.2	1.4	0.8	0.6	1.3
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.7	1.1	0.3	0.8	0.4	0.7
비타민C(mg)	23.59	30.39	16.0	13.6	15.3	24.0	8.9	18.4
칼슘(mg)	250.64	307.83	286.0	342.9	234.8	271.1	332.0	249.2
철분(mg)	3.80	4.98	6.9	5.5	2.2	17.8	5.3	3.4

\* 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 찹쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 배추/열갈이배추/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.갯