

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

초등학교

주간 학교급식 영양량				11월 15일	11월 16일	11월 17일	11월 18일	11월 19일
				수수밥	혼합잡곡밥	백미밥	혼합잡곡밥	흑미밥
				참치행두부찌개5.6.13	근대된장국5.6.13	순두부짬뽕국5.6.13	콩나물김치국5.6.13	사골조랭이떡국 5.6.10.13
				삼치엿장구이 1.2.5.6.13	짬뽕/남작당면 5.6.13.15	맛초킹탕수육 1.2.5.6.10.13	단호박사태조림5.6.13	생선까스/머스터드소스 1.2.5.6.13
				날치알달걀찜5.6.13	치커리우조림5.6.13	돈등뽕야채짜장 5.6.10.13	감자채볶음5.6.13	호박후랑크볶음 5.6.12.13
				구운김/양념장5.6.13	라이스찰고구마볼 1.2.5.6.13	스틱단무지부추무침 5.6.13	갯잎겉절이5.6.13	오이상추무침5.6.13
				배추김치9.13	배추김치9.13	배추김치9.13	배추김치9.13	배추김치9.13
				계절과일	요구르트	식혜5.6.13	01월 00일	사과푸딩
식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지			
쌀	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
김치류/고춧가루	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산			
쇠고기(종류)/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
돼지고기/가공품	국내산/국내산(단, 스펙, 베이컨은 외국산)							
닭고기/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
오리고기/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
명태/가공품	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산			
고등어/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
갈치/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
오징어/가공품	원양산(단, 진미채:페루산)							
꽃게/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
참조기/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
두부	대두-외국산	대두-외국산	대두-외국산	대두-외국산	대두-외국산			
콩	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
비고								
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	634.87	634.87	630.2	621.1	635.3	635.2	625.6	633.9
탄수화물(g)			91.0	89.5	88.2	99.1	89.5	88.5
단백질(g)	10.89	10.89	10.9	10.5	11.6	10.5	10.5	11.2
지방(g)			13.2	12.9	12.1	16.3	12.9	11.9
비타민A(R.E)	114.55	164.76	164.9	160.3	171.2	166.4	160.3	166.5
티아민(mg)	0.24	0.28	0.5	0.6	0.4	0.5	0.6	0.5
리보플라빈(mg)	0.28	0.32	0.4	0.3	0.4	0.5	0.3	0.3
비타민C(mg)	17.17	23.26	23.7	22.7	25.2	23.8	22.7	24.1
칼슘(mg)	183.05	245.31	197.2	180.3	183.6	245.6	180.3	196.3
철분(mg)	2.79	3.58	3.6	3.8	4.1	3.5	3.8	2.8

* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~70%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)
 * 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

* 알레르기 정보
 1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.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