

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

초등학교

주간 학교급식 영양량				11월 01일	11월 02일	11월 03일	11월 04일	11월 05일
				찰현미밥	흑미밥	백미밥(보조밥)	수수밥	차조밥
				쇠고기미역국5.6.13.16	시래기된장국5.6.13	유부미소국5.6.13	무채맑은국5.6.13	돈육김치찌개5.6.10.13
				한식잡채5.6.10.13	고구마닭조림5.6.13.15	로제스파게티 5.6.10.12.13	돈육아채볶음5.6.13	잡채어묵물/와사비장 1.2.5.6.13
				미트볼케첩조림 1.2.5.6.10.12.13	우유크림볼1.2.5.6.13	고구마치즈돈까스/브라운소스 1.2.5.6.10.12.13	꼬지없는소떡소떡 1.5.6.10.12.13	메추리알버섯곤약창조 림1.5.6.10.13
				부추양파무침5.6.13	콩나물무침5.6.13	삼색수제피클5.6.13	실곤약아채무침5.6.13	마카로니샐러드 1.5.6.10.12.13
				배추김치9.13	무약김치9.13	배추김치9.13	배추김치9.13	배추김치9.13
				계절과일	사케이요구르트2	버터롤/말기잼 1.2.5.6.13	오렌지주스	계절과일
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,스팸,베이컨은 외국산)	국내산/국내산(단,스팸,베이컨은 외국산)	국내산/국내산(단,스팸,베이컨은 외국산)	국내산/국내산(단,스팸,베이컨은 외국산)	국내산/국내산(단,스팸,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)	원양산(단,진미채:페루산)	원양산(단,진미채:페루산)	원양산(단,진미채:페루산)	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	655.6	662.1	663.1	652.4	667.2	633.2
탄수화물(g)			79.8	82.5	88.7	80.1	75.5	72.3
단백질(g)	10.89	10.89	12.3	10.8	10.1	13.1	14.3	13.0
지방(g)			15.6	17.5	15.5	15.3	16.9	12.9
비타민A(R.E)	114.55	164.76	166.3	169.8	203.6	168.8	169.2	120.0
티아민(mg)	0.24	0.28	0.3	0.3	0.2	0.4	0.5	0.2
리보플라빈(mg)	0.28	0.32	0.3	0.4	0.3	0.4	0.4	0.2
비타민C(mg)	17.17	23.26	20.6	18.9	17.0	22.5	23.3	21.4
칼슘(mg)	183.05	245.31	223.3	198.2	198.5	254.3	264.1	201.5
철분(mg)	2.79	3.58	3.5	3.8	3.2	4.0	3.9	2.5

* 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.잰