

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

초등학교

주간 학교급식 영양량				11월 22일	11월 23일	11월 24일	11월 25일	11월 26일
				백미밥	차조밥	백미밥	수수밥	흑미밥
				모듬어묵탕5.6.13	아육국5.6.13	행부대찌개5.6.13	설렁탕/소면5.6.13.16	미소국5.6.13
				돈육김치두루치기 5.6.10.13	닭꼬치구이/데리,마요 소스5.6.10.13	새우가스/타르소스 1.2.5.6.13.16	오징어초무침5.6.13.17	닭볶음탕5.6.12.15
				일식두부튀김/미소간장 5.6.10.13	돈민찌감자조림5.6.13	달걀장조림1.2.5.6.13	물만두/양념장 5.6.10.12.13	야채카레소스 1.2.5.6.10.13
				새송이굴소스볶음 5.6.13	숙주미나리무침5.6.13	건파래볶음5.6.13	고구마크로켓/케첩 1.2.5.6.10.12.13	양배추채샐러드/흑임자 드레싱5.6.13
				깍두기9.13	배추김치9.13	무막김치9.13	깍두기9.13	배추김치9.13
				계절과일	포도주스	계절과일	마시는요구르트2	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,스 팜,베이컨은 외국산)	국내산/국내산(단,스 팜,베이컨은 외국산)	국내산/국내산(단,스 팜,베이컨은 외국산)	국내산/국내산(단,스 팜,베이컨은 외국산)	국내산/국내산(단,스 팜,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:페루 산)	원양산(단,진미채:페루 산)	원양산(단,진미채:페루 산)	원양산(단,진미채:페루 산)	원양산(단,진미채:페루 산)
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	634.8	635.6	634.8	638.0	633.8	632.0
탄수화물(g)			82.2	82.5	88.7	80.1	80.3	79.6
단백질(g)	10.89	10.89	11.2	10.8	10.1	13.5	11.5	10.2
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	222.1	254.3	264.1	198.3	192.2	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.갯