

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

				12월 20일(월)	12월 21일(화)	12월 22일(수)	12월 23일(목)	12월 24일(금)
				주간 학교급식 영양량				• -보리밥 • -닭곰탕 (5.6.9.15.) • -쫄면야채무침 (5.6.) • -연어구이/소스 (1.5.6.) • 깍두기(9.17.18.) • 김
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀				*보리밥-쌀,잡곡/국 내산	*흑미밥-쌀,잡곡/국 내산	*유니자장밥-쌀,잡곡/ 국내산	*현미밥-쌀,잡곡/국 내산	*계란볶음밥-쌀,잡곡/ 국내산
김치류/고춧가루				*깍두기-국내산	*배추김치-국내산	*배추김치-국내산	*오이깍두기-국내산	*배추김치-국내산
돼지고기/가공품					*LA식갈비구이-돈육/ 국내산	*유니자장밥-돈육/국 내산 *모듬탕수육-돈가스/ 돈육/국내산	*돈갈비김치찌개-돈 육/국내산	*계란볶음밥-햄/돈육/ 국내산 *로제떡볶이-햄/돈육/ 국내산
닭고기/가공품						*모듬탕수육-치킨가스 /닭/국내산	*버팔로링-닭/국내산	
명태/가공품						*모듬가스-생선가스/ 명태/수입산		*북어고추장찌개-북어 /러시아
오징어/가공품								*통오징어튀김-오징어 /수입산
두부					*몽골순두부탕-두부/ 수입산		*돈갈비김치찌개-두 부/국내산	*북어고추장찌개-두부 /국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량 /에너지 비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	733.50	733.50	13.0	500.7	658.3	798.5	764.9	1,421.1
탄수화물(g)			46.6	72.5	78.6	131.4	95.5	91.2
단백질(g)	15.85	15.85	16.4	30.0	33.8	29.0	44.6	27.4
지방(g)			37.1	12.1	24.0	18.4	24.2	87.3
비타민A(R.E)	160.50	225.50	232.4	228.9	47.5	536.3	191.8	157.4
티아민(mg)	0.31	0.37	0.5	0.4	0.9	0.5	0.6	0.3
리보플라빈 (mg)	0.39	0.45	0.5	0.5	0.6	0.7	0.4	0.5
비타민C(mg)	24.20	31.70	21.3	12.6	54.0	16.0	7.3	16.8
칼슘(mg)	258.50	317.00	232.4	198.4	205.2	253.0	295.4	209.9
철(mg)	3.00	4.00	4.7	3.1	4.0	8.5	3.7	4.4

※ 알레르기 정보

1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.계 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

