

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

				1월 3일(월)	1월 4일(화)	1월 5일(수)	1월 6일(목)	1월 7일(금)
				• -흑미밥 • -관자살미역국 (5.6.9.13.) • -등갈비떡찜 (2.5.6.10.12.13.) • -사과오이무침 (5.6.13.) • 배추김치 (9.17.18.) • -마카다미아초코 볼(5.6.13.)	• -기장밥 • 떡만두국 *(1.5.6.9.10.13.) • -닭볶음탕 (5.9.13.15.) • -콩나물무침(5.) • 배추김치 (9.17.18.) • -샤인머스켓	• -하이라이스 (1.2.5.6.9.10.12.1 3.18.) • -단무지무침(13.) • -왕치즈돈까스/ 소스 (1.2.5.6.10.12.15.) • 배추김치 (9.17.18.) • -그릭요거트 (1.2.5.13.)	• -현미밥 • -매콤어묵국 (1.5.6.9.13.18.) • -동파육 (5.6.10.13.) • -마늘쫀무말랭이 무침(13.18.) • 배추김치 (9.17.18.) • -골드키위	• -귀리밥 • -사골우거지국 (5.6.9.13.) • -올방개묵무침 (5.6.13.) • 배추김치 (9.17.18.) • -치즈함박스테이 크/소스 (1.2.5.6.10.12.13.) • 딸기
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀				*흑미밥-쌀,잡곡/국내 산	*기장밥-쌀,잡곡/국 내산	*하이라이스-쌀,잡곡 /국내산	*현미밥-쌀,잡곡/국 내산	*귀리밥-쌀,잡곡/국내 산
김치류/고춧가루				*배추김치-국내산	*배추김치-국내산	*배추김치-국내산	*배추김치-국내산	*배추김치-국내산
쇠고기(종류)/가공품					*떡만두국-소고기,사 골/국내산,한우			*사골우거지국-소고 기,사골/국내산/한우
돼지고기/가공품				*등갈비떡찜-돈육/국 내산		*하이라이스-돈육/국 내산 *왕치즈돈까스-돈육/ 국내산	*동파육-돈육/국내산	*치즈함박-돈육/국내 산
닭고기/가공품					*닭볶음탕-닭/국내산			
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량 /에너지 비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	733.50	733.50	18.2	856.3	652.5	1,656.1	572.5	595.6
탄수화물(g)			38.4	69.7	93.5	98.5	75.8	79.6
단백질(g)	15.85	15.85	17.0	48.0	33.3	38.5	35.9	28.9
지방(g)			44.6	42.3	17.9	121.0	15.0	19.2
비타민A(R.E)	160.50	225.50	123.0	57.1	232.0	153.2	91.3	81.2
티아민(mg)	0.31	0.37	0.7	0.9	0.5	0.6	1.0	0.6
리보플라빈 (mg)	0.39	0.45	0.4	0.4	0.5	0.3	0.5	0.4
비타민C(mg)	24.20	31.70	27.6	9.2	7.7	11.2	56.3	53.5
칼슘(mg)	258.50	317.00	193.0	170.5	150.8	248.8	208.2	186.5
철(mg)	3.00	4.00	4.6	4.1	3.4	1.9	8.7	4.9

※ 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

