

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

주간 학교급식 영양량				10월 10일(월)	10월 11일(화)	10월 12일(수)	10월 13일(목)	10월 14일(금)
				대체공휴일	<ul style="list-style-type: none"> <li>-카레라이스 (2.5.6.10.12.16.18)</li> <li>-찐만두 (1.5.6.9.10.12.15.16.18.)</li> <li>-츄러스고구마맛탕(1.2.5.6.)</li> <li>-깍두기(9)</li> <li>-파인애플</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-흑미밥</li> <li>-들깨수제비국 (5.6.9.)</li> <li>-매콤콩나물무침 (5.6)</li> <li>-깍두기(9)</li> <li>-수제함박스테이크/소스 *(1.2.5.6.10.12.16.18)</li> <li>-짜요짜요(2.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-혼합잡곡밥(5.)</li> <li>-돈육김치찌개 (5.6.9.10.17.18.)</li> <li>-메추리알어묵조림(1.5.6.)</li> <li>-잠발라야삼치구이(2.5.6.12.16.18.)</li> <li>-불닭맛김</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-쇠고기콩나물밥/양념간장(5.6.9.16.)</li> <li>-무청시래기국 (5.6.9.)</li> <li>-닭꼬치/소스 (2.5.6.12.15.16)</li> <li>-배추김치(9.)</li> <li>-대파크림치즈파이 (1.2.5.6)</li> </ul>
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀					*쌀,잡곡-국내산	*흑미밥-쌀,잡곡/국내산	*혼합잡곡밥-쌀,잡곡/국내산	*쇠고기콩나물밥-쌀,잡곡/국내산
김치류/고춧가루				/	*깍두기-국내산	*깍두기-국내산	*깍두기-국내산 *돈육김치찌개-배추김치/국내산	*배추김치-국내산
쇠고기(종류)/가공품				/		*수제함박스테이크-소고기/국내산		*쇠고기콩나물밥-쇠고기/한우/국내산
돼지고기/가공품				/	*카레라이스-돈육/국내산 *찐만두-돈육/국내산	*수제함박스테이크-돈육/국내산	*돈육김치찌개-돈육/국내산	
닭고기/가공품				/				*닭꼬치-국내산
오징어/가공품				/	*찐만두-오징어/칠레산			
두부							*돈육김치찌개-두부/국내산	
콩							*혼합잡곡밥-콩/국내산	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량 /에너지 비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	754.30	754.30	-4.7		1,077.3	631.2	525.0	641.1
탄수화물(g)			50.1		131.0	84.6	68.8	82.4
단백질(g)	13.66	13.66	17.5		25.0	30.6	37.3	35.2
지방(g)			32.4		54.4	19.0	12.3	19.8
비타민A(R.E)	167.02	231.98	110.9		114.5	19.7	177.4	132.0
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5		0.6	0.6	0.3	0.4
리보플라빈(mg)	0.38	0.46	0.4		0.3	0.3	0.5	0.4
비타민C(mg)	23.40	30.00	10.3		22.4	4.4	8.1	6.3
칼슘(mg)	240.64	294.64	184.1		94.4	199.4	259.6	182.8
철(mg)	3.75	4.84	4.2		6.4	3.4	3.5	3.6

## ※ 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

