

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

주간 학교급식 영양량				12월 5일(월)	12월 6일(화)	12월 7일(수)	12월 8일(목)	12월 9일(금)
				• -혼합잡곡밥(5.) • -참치김치찌개 (5.6.9.) • -도토리묵야채무침(5.6.) • -건파래볶음(5.) • 수제함박스테이크/소스 *(1.2.5.6.10.12.15.16.18)	• 참쌀밥 • -해물칼국수 (1.5.6.9.17.18.) • -치즈등뼈계란찜 (1.2.5.6.) • -과일샐러드 (1.2.5.11.) • 배추겉절이(9.) • -초코타르트 (1.2.5.6.)	• -현미밥 • -굴림만두국 (1.5.6.9.10.16.) • -주꾸미야채볶음 (5.6.13.17.) • 배추김치(9.) • -크로크무슈 (1.2.5.6.10.)	• -기장밥 • -맑은콩나물국 (5.6.9.) • -닭간장조림 (5.6.9.15.) • -옥수수전 (2.5.6) • 배추김치(9.)	• -나물비빔밥(5.6.) • -유부된장국 (5.6.9.) • -두부고추장 (5.6.10.) • -통살명태가스/소스 (1.2.5.6.12.13.16) • 배추김치(9.) • 굴
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀				*혼합잡곡밥-쌀,잡곡/국내산	*참쌀밥-쌀,잡곡/국내산	*현미밥-쌀,잡곡/국내산	*기장밥-쌀,잡곡/국내산	*나물비빔밥-쌀,잡곡/국내산
김치류/고춧가루				*참치김치찌개-배추김치/국내산	*배추겉절이-국내산	*배추김치-국내산	*배추김치-국내산	*배추김치-국내산
돼지고기/가공품				*수제함박스테이크-돈육/국내산		*굴림만두국-만두/돈육/국내산		*두부고추장-돈육/국내산
닭고기/가공품							*닭간장조림-국내산	
명태/가공품								*통살명태가스-러시아
오징어/가공품					*해물칼국수-국내산			
주꾸미/가공품						*주꾸미야채볶음-베트남		
두부				*참치김치찌개-국내산	*치즈등뼈계란찜-국내산			*두부고추장-국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량 /에너지 비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	754.30	754.30	7.2	604.1	953.8	585.4	648.9	1,249.7
탄수화물(g)			51.3	81.2	156.2	93.7	99.9	87.0
단백질(g)	13.66	13.66	14.8	31.4	31.6	30.3	33.4	22.9
지방(g)			33.8	17.9	20.2	10.5	12.8	90.3
비타민A(R.E)	167.02	231.98	154.9	93.3	137.8	137.7	183.1	222.7
티아민(mg)	0.30	0.37	0.4	0.5	0.3	0.4	0.4	0.3
리보플라빈(mg)	0.38	0.46	0.5	0.4	0.5	0.5	0.6	0.3
비타민C(mg)	23.40	30.00	17.5	6.6	21.5	9.4	10.5	39.5
칼슘(mg)	240.64	294.64	248.2	283.8	294.5	214.0	194.7	253.9
철(mg)	3.75	4.84	4.7	5.7	5.3	6.7	3.2	2.8

※ 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

