

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

주간 학교급식 영양량				3월 27일(월)	3월 28일(화)	3월 29일(수)	3월 30일(목)	3월 31일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> · -현미밥 · -닭곰탕(5.6.9.15.) · -돈육콩나물볶음(5.6.9.10.) · -알감자간장조림(5.6.) · 배추김치(9.) 	<ul style="list-style-type: none"> · -꼬지어묵국(5.6.9.16.18) · -단무지무침 · -분모자국물떡볶이(1.5.6.10.15.16.18.) · 김말이튀김(5.6.) · -바나나우유(2.) 	<ul style="list-style-type: none"> · -혼합잡곡밥(5.) · -북어고추장찌개(1.5.6.9.) · -유줄리멸치볶음(5.6) · 배추김치(9.) · -오렌지 · 수제함박스테이크/소스 * (1.2.5.6.10.12.15.16.18) 	<ul style="list-style-type: none"> · -기장밥 · -사골우거지국(5.6.9.16.) · -오이생채(5.6.) · 참치김치볶음(5.6.9.) · -넙적불고기계란전(1.5.6.10.16.) 	<ul style="list-style-type: none"> · -단호박카레라이스(2.5.6.9.10.12.16.18.) · -탄두리닭다리살구이(1.2.5.6.12.15.) · 배추김치(9.) · -골드키위푸딩 · -도넛(2.)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀				*쌀,잡곡-국내산	*쌀,잡곡-국내산	*쌀,잡곡-국내산	*쌀,잡곡-국내산	*쌀,잡곡-국내산
김치류/고춧가루				*배추김치-국내산		*배추김치-국내산	*참치김치볶음-국내산	*배추김치-국내산
쇠고기(종류)/가공품							*사골우거지국-한우/국내산	
돼지고기/가공품				*돈육콩나물볶음-국내산	*분보자떡볶이-비엔나햄-국내산	*수제함박스테이크-국내산	*넙적불고기계란전-국내산	*단호박카레라이스-국내산
닭고기/가공품				*닭곰탕-국내산				*탄두리닭다리살구이-국내산
명태/가공품						*북어고추장찌개-러시아		
다랑어/가공품							*참치김치볶음-원양산	
두부						*북어고추장찌개-국내산		
콩						*혼합잡곡밥-국내산		
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량 /에너지 비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	754.30	754.30	1.1	692.8	848.0	740.6	659.7	805.5
탄수화물(g)			59.3	104.9	126.7	97.6	101.1	107.9
단백질(g)	13.66	13.66	16.4	36.7	21.1	29.8	25.7	35.3
지방(g)			24.3	16.7	22.1	15.3	16.5	27.5
비타민A(R.E)	167.02	231.98	173.1	150.5	223.0	156.6	117.2	218.2
티아민(mg)	0.31	0.40	0.5	0.8	0.1	0.6	0.5	0.4
리보플라빈(mg)	0.38	0.46	0.4	0.5	0.5	0.4	0.4	0.3
비타민C(mg)	25.72	34.06	16.3	13.1	11.6	34.6	15.8	16.6
칼슘(mg)	240.64	294.64	243.4	183.3	354.9	223.9	192.1	262.7
철(mg)	3.75	4.84	5.1	3.5	10.4	3.4	5.2	3.1

※ 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

