

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

주간 학교급식 영양량				10월 30일(월)	10월 31일(화)	11월 01일(수)	11월 02일(목)	11월 03일(금)
				• -혼합잡곡밥(5) • -순두부찌개 (1.5.6.9.10.17.18) • -돈사태매콤찜 (5.6.10.13) • -청포묵김가루무침 • 배추김치(9)	• -김가루볶음밥 (1.2.5.6.9.10.13.15 .16.18) • -유부우동 (1.5.6.7.9.13.18) • -낙지호롱구이 (5.6.13) • -웨이감자오븐구 이 • 배추겉절이(9) • -타트체르주스	• 참쌀밥 • -바지락미역국 (5.6.9.18) • -오이생채 (5.6.13) • -치즈볼카츠 (1.2.5.6.10.12.13.1 8) • 배추김치(9) • 구슬아이스크림 (1.2.5)	• -혼합잡곡밥(5) • -햄모듬찌개 (1.2.5.6.9.10.12.13 .15.16) • -애느타리깨소스 무침(5.6.13) • -목살참스테이크 (2.5.6.10.12.13.15. 16.18) • -구운김(5) • 단감	• -단호박카레라이 스 (1.2.5.6.9.10.12.13. 15.16.17.18) • -꽃맛샐러드 (1.5.6.8.12) • 후라이드치킨 (1.2.4.5.6.13.15) • 배추김치(9) • -오곡미숫가루라 떼(2)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
돼지고기/가공품				*순두부찌개-국내산 *돈사태매콤찜-국내 산		*치즈볼카츠-국내산	*햄모듬찌개-돈육, 햄/국내산 *목살참스테이크-국 내산	*단호박카레라이스- 국내산
닭고기/가공품								*후라이드치킨-국내 산
1) 쌀/가공품				*혼합잡곡밥-쌀,잡곡 /국내산	*김가루볶음밥-쌀, 잡곡/국내산	*참쌀밥-쌀,잡곡/국 내산	*혼합잡곡밥-쌀,잡 곡/국내산	*단호박카레라이스- 쌀,잡곡/국내산
2) 배추/가공품				*배추김치-국내산	*배추겉절이-국내산	*배추김치-국내산	*햄모듬찌개-배추김 치/국내산	*배추김치-국내산
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품				*혼합잡곡밥-국내산			*혼합잡곡밥-국내산	
낙지/가공품					*낙지호롱구이-수입 산			
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	754.30	754.30	33.1	696.3	628.4	1,371.2	756.3	1,567.3
탄수화물(g)			44.1	102.3	119.2	106.0	90.1	128.7
단백질(g)	13.66	13.66	13.6	36.1	19.2	23.7	41.4	48.4
지방(g)			42.3	14.1	8.8	92.4	24.9	92.3
비타민A(㎍ RAE)	167.02	231.98	107.1	81.0	59.2	148.4	64.4	182.5
티아민(mg)	0.31	0.40	1.0	1.0	0.4	0.2	2.5	0.8
리보플라빈(mg)	0.38	0.46	0.4	0.5	0.2	0.3	0.8	0.4
비타민C(mg)	25.72	34.06	15.5	7.6	18.7	8.1	31.9	11.3
칼슘(mg)	240.64	294.64	181.9	159.4	133.8	363.7	163.5	88.8
철분(mg)	3.75	4.84	3.3	3.4	2.3	4.0	3.6	3.4

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.게, 09.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

