

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

주간 학교급식 영양량				04월 01일(월)	04월 02일(화)	04월 03일(수)	04월 04일(목)	04월 05일(금)
				• 찰쌀밥 • -바지락미역국(5.6.9.18) • -매운등갈비찜(2.5.6.10.12.16.18) • -오이탕탕이(5.6) • 배추김치(9) • -오레오초코머핀(1.2.5.6)	• 옥수수밥 • -낙지연포탕(5.6.16) • -수제돈까스/소스(2.5.6.10.12.16.18) • -건파래열치볶음(5.6) • 깍두기(9)	• -오므라이스/소스(1.2.5.6.10.12.13.15.16) • -우동장국(5.6.18) • -소떡소떡(5.6.10.12.13.16) • 배추김치(9) • -숨사탕라떼(2)	• -차수수밥 • -짬뽕순두부국(3.5.6.9.10.13.15.16.17.18) • -매콤콩나물무침(5.6) • -닭간장조림(5.6.15) • 배추김치(9)	• -나물비빔밥(5.6) • -달걀실파국(1.5.6) • -두부고추장(5.6.10) • -백김치(9) • -회오리감자(2.5.6) • -지구본케익(1.2.5.6.10)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품					*낙지연포탕-한우/국내산			
돼지고기/가공품				*매운등갈비찜-국내산	*수제돈까스-국내산	*오므라이스-햄/국내산 *소떡소떡-햄/국내산		*두부고추장-국내산
닭고기/가공품							*닭간장조림-국내산	
1) 쌀/가공품				*쌀,잡곡-국내산	*쌀,잡곡-국내산	*쌀,잡곡-국내산	*쌀,잡곡-국내산	*쌀,잡곡-국내산
2) 배추/가공품				배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
3) 고춧가루/가공품				배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
4) 콩/가공품							*짬뽕순두부국-순두부/국내산	*두부고추장-두부/국내산
낙지/가공품					*낙지연포탕-중국산			
오징어/가공품							*짬뽕순두부국-국내산	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	753.00	753.00	29.1	1,004.5	1,194.2	1,412.9	577.1	672.0
탄수화물(g)			41.2	108.9	97.3	105.6	79.7	100.1
단백질(g)	18.76	18.76	13.4	45.7	31.8	33.3	34.1	15.4
지방(g)			45.4	40.1	71.9	93.2	11.9	23.5
비타민A(μg RAE)	167.89	232.38	113.2	92.6	56.8	150.4	89.3	176.8
티아민(mg)	0.30	0.37	0.6	1.2	0.6	0.3	0.5	0.3
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.4	0.6	0.3	0.4	0.5	0.3
비타민C(mg)	23.51	30.23	14.2	12.4	19.0	12.2	10.8	16.5
칼슘(mg)	252.40	310.10	201.9	238.5	145.1	282.7	162.6	180.6
철분(mg)	3.80	4.98	3.2	5.6	2.1	2.0	4.2	2.4

\* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

\* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

\* 주 평균 섭취량은 월요일부터 금요일까지의 영양량의 평균입니다.

★ 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 찌쌀을 포함)
  - 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
  - 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
  - 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
  - 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외
- ※ 2023.7.1.부터 25~29번 추가(「원산지표시법 시행령」 제3조)

★ 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