

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

대흥중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 04일(월)	12월 05일(화)	12월 06일(수)	12월 07일(목)	12월 08일(금)
				• 기장밥 • 햄모듬찌개 (1.2.5.6.9. 10. 12. 13. 15. 16) • 청포묵김가루무침(5.6. 13) • 애호박부추전(5.6.9. 13) • 배추김치(9) • 사과	• 수수밥 • 물만둣국 (1.5.6. 10. 16. 18) • 두부구이/양념장(5.6. 13) • 돈육참스��이크(5.6. 10. 12. 13. 16) • 깍두기(9)	• 하이라이스 (1.2.5.6. 10. 12. 13. 16. 18) • 꿀치즈방울토마토(1.2.5.6. 12) • 에이드팝콘(1.5.6. 12. 13. 15) • 배추김치(9)	• 찰보리밥 • 냉이된장국(5.6. 13. 18) • 수제너비아니파채소스(2.5.6. 10. 12. 13. 16) • 애호박베이컨볶음(5. 10) • 총각김치(9) • 바나나	• 발아현미밥 • 샤브샤브국(5.6.7. 13. 16. 18) • 시금치무침( 13) • 피쉬앤칩스(1.5.6) • 배추김치(9) • 유산균 음료(2) • 껌배기롱파이(1.2.5.6)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
명태/가공품				러시아	러시아	러시아	러시아	러시아
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다랑어/가공품				외국산	외국산	외국산	외국산	외국산
아귀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
주꾸미/가공품				베트남, 중국	베트남, 중국	베트남, 중국	베트남, 중국	베트남, 중국
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	752.72	752.72	4.6	779.3	856.7	847.8	701.7	749.7
탄수화물(g)			57.6	116.3	100.4	128.6	107.0	110.3
단백질(g)	19.11	19.11	16.6	28.1	44.4	27.1	30.7	31.9
지방(g)			25.7	21.9	29.6	24.6	16.8	18.7
비타민A(μg RAE)	167.94	233.84	124.0	76.4	71.9	164.8	67.6	239.2
티아민(mg)	0.30	0.38	0.9	0.4	2.1	0.6	0.5	0.7
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.5	0.4	0.8	0.3	0.5	0.7
비타민C(mg)	23.55	30.33	24.8	21.1	17.7	24.8	28.9	31.4
칼슘(mg)	252.47	310.63	208.4	189.0	223.5	146.8	201.0	281.5
철분(mg)	3.81	4.98	4.8	3.1	7.9	2.2	7.2	3.7

\* 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.

\* 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