

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

대흥중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				12월 11일(월)	12월 12일(화)	12월 13일(수)	12월 14일(목)	12월 15일(금)
				• 흑미밥 • 돈육김치찌개 (5.6.9. 10) • 고등어우조림 (5.6.7. 13) • 수제치킨텐더/소스 (1.2.5.6. 12. 13. 15. 16. 18) • 총각김치(9) • 파인애플	• 차조밥 • 근대된장국(5.6) • 찞不理삼겹살볶음 (5.6. 10. 13) • 채소계란말이 (1.5. 13) • 배추김치(9) • 딸기우유(2)	• 콩나물밥&양념장 (5.6. 13. 16) • 감자양파국 (5.6. 13) • 오이무침(13) • 갈떡갈떡 (1.2.5.6. 10. 12. 13. 15. 16) • 총각김치(9) • 과일젤리(쁘띠첼)	• 후리카케밥 (1.2.5.6.9. 13. 16. 18) • 로제떡볶이 (1.2.5.6. 10. 12. 13. 15. 16) • 수제야채튀김(5.6) • 깍두기(9) • 자몽 주스(13)	미급식일
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
낙지/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
명태/가공품				러시아	러시아	러시아	러시아	
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
다랑어/가공품				외국산	외국산	외국산	외국산	
아귀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
주꾸미/가공품				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	12.1	867.8	793.9	851.2	862.2	
탄수화물(g)			58.6	102.9	99.9	140.1	144.6	
단백질(g)	19.11	19.11	17.0	52.3	42.1	31.3	15.9	
지방(g)			24.4	25.8	23.0	17.6	23.9	
비타민A(㎍ RAE)	167.94	233.84	134.3	62.1	260.2	24.4	190.3	
티아민(mg)	0.30	0.38	0.6	0.8	0.7	0.3	0.6	
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.6	0.8	0.9	0.4	0.3	
비타민C(mg)	23.55	30.33	25.7	37.2	12.9	11.0	41.5	
칼슘(mg)	252.47	310.63	236.8	203.1	354.7	181.0	208.4	
철분(mg)	3.81	4.98	3.6	3.9	4.8	3.4	2.3	

* 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

