

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

대흥중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 04일(월)	03월 05일(화)	03월 06일(수)	03월 07일(목)	03월 08일(금)
				• 찰쌀밥 • 소고기미역국 (5.6.16.18) • 등갈비조림 (5.6.10.13.18) • 콩나물잡채 (5.6.13.16) • 배추김치(9) • 조각케이크 (1.2.5.6)	• 현미밥 • 바지락숙국 (5.6.13.18) • 감자채카레볶음 (2.5.6.12.13.16.18) • 수제치킨텐더/소스 (1.2.5.6.12.13.15.16.18) • 깍두기(9) • 딸기우유(2)	• 나물비빔밥&약고 추장(5.6.13.16) • 맑은순두국 (1.5.6.18) • 소떡소떡 (1.5.6.10.15.16) • 총각김치(9) • 파인애플	• 기장밥 • 돈육김치찌개 (5.6.9.10) • 메추리알곤약조림 (1.5.6.13) • 고등어카레구이 (2.5.6.7.12.13.16.18) • 석박지(9) • 떠먹는요거트(2)	• 찹보리밥 • 열갈이된장국 (5.6) • 콩나물대파무침 (5) • 냉이제육볶음 (5.6.10.13) • 배추김치(9) • 바나나 • 굴
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
다량어/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)	758.06	758.06	2.3	816.9	774.0	857.4	804.3	623.4
탄수화물(g)			56.7	120.5	113.8	122.1	96.6	88.1
단백질(g)	19.15	19.15	20.0	29.7	46.7	38.4	44.8	31.4
지방(g)			23.3	22.6	12.5	23.7	24.7	15.4
비타민A(㎍ RAE)	168.48	234.90	165.8	166.9	117.1	222.6	210.1	112.5
티아민(mg)	0.30	0.37	0.6	0.5	0.6	0.5	0.7	0.8
리보플라빈(mg)	0.38	0.45	0.6	0.5	0.5	0.5	1.1	0.6
비타민C(mg)	23.55	30.33	20.2	16.1	9.5	43.0	9.8	22.7
칼슘(mg)	252.97	311.66	249.4	162.0	301.7	223.0	324.0	236.2
철분(mg)	3.80	4.95	4.4	3.9	5.3	3.5	5.3	4.3

* 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 정

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