

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

대흥중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				03월 25일(월)	03월 26일(화)	03월 27일(수)	03월 28일(목)	03월 29일(금)
				• 기장밥 • 조랭이떡국 (1.5.6.16) • 치즈닭갈비 (2.5.6.13.15) • 새송이버섯볶음 (5.6.13.18) • 배추김치(9)	• 후리카케밥 (1.2.5.6.9.13.16.18) • 마라탕(6) • 양상추흑임자샐러드 (1.5.12) • 껌바로우강정 (1.5.6.10.13) • 깍두기(9) • 오렌지	• 흑미밥 • 설렁탕/소면 (5.6.13.16) • 탕평채(1.5) • 메밀전병 (2.3.5.6.16.18) • 섞박지(9) • 골드키위	• 곤드레나물밥&양념장 (5.6.13) • 미소된장국 (5.6) • 두부강정 (4.5.6.12.13) • 김부각(5.6) • 백김치(9) • 한라봉	• 발아현미밥 • 양지된장찌개 (5.6.16) • 수제너비아니파채소스 (2.5.6.10.12.13.16) • 두부숙갓무침 (5) • 배추김치(9) • 배
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)	758.06	758.06	3.8	800.3	860.0	755.8	790.3	725.8
탄수화물(g)			58.8	111.9	125.9	117.6	114.1	107.5
단백질(g)	19.15	19.15	15.5	43.8	22.3	28.9	22.8	34.4
지방(g)			25.7	19.2	31.0	17.8	27.1	16.9
비타민A(μg RAE)	168.48	234.90	106.5	159.9	102.3	76.6	102.8	90.9
티아민(mg)	0.30	0.37	0.4	0.4	0.5	0.2	0.4	0.5
리보플라빈(mg)	0.38	0.45	0.5	0.6	0.4	0.3	0.6	0.6
비타민C(mg)	23.55	30.33	35.7	11.3	44.4	61.2	41.5	19.9
칼슘(mg)	252.97	311.66	221.7	220.3	165.6	217.0	301.3	204.1
철분(mg)	3.80	4.95	5.2	3.2	9.6	4.6	4.2	4.6

* 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