

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

주간 학교급식 영양량				3월 14일(월)	3월 15일(화)	3월 16일(수)	3월 17일(목)	3월 18일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> -기장밥 -들깨수제비국(5.6.9) -오삼불고기(5.6.10) -콘버터오븐구이(1.2.5.6) -배추김치(9.17.18.) 	<ul style="list-style-type: none"> -기장밥 -사골우거지국(5.6.9.16.) -츄러스고구마맛탕(1.2.5.6) -닭다리살스테이크(1.5.6.12.15.) -깍두기(9.17.18.) 	<ul style="list-style-type: none"> -나물비빔밥(5.6.) -유부된장국(5.6.9.) -두부고추장(5.6.) -고구마즈돈가스/소스(1.2.5.6.10.12.15.) -배추김치(9.17.18.) 	<ul style="list-style-type: none"> -옥수수밥 -짬뽕국(5.6.9.10.17.18.) -감자채베이컨볶음(5.6.10.) -비엔나푸실리볶음(1.2.5.6.10.12.) -배추김치(9.17.18.) 	<ul style="list-style-type: none"> -흑미밥 -시래기감자탕(5.6.9.10) -시금치프리타타(1.2.5.10.12) -어묵곤약조림(5.6) -석박지(9.13.)
식재료				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
쌀				*기장밥-쌀, 잡곡/국내산	*기장밥-쌀, 잡곡/국내산	*나물비빔밥-쌀, 잡곡/국내산	*옥수수밥-쌀, 잡곡/국내산	*흑미밥-쌀, 잡곡/국내산
김치류/고춧가루				*배추김치-국내산	*깍두기-국내산	*배추김치-국내산	*배추김치-국내산	*석박지-국내산
쇠고기(종류)/가공품					*사골우거지국-한우/국내산	국내산/국내산		국내산/국내산
돼지고기/가공품				*오삼불고기-돈육/국내산		*두부고추장-돈육/국내산 *고구마치즈돈까스-돈육/국내산	*감자채베이컨볶음-베이컨/돈육/국내산 *비엔나푸실리볶음-비엔나/돈육/국내산	*시래기감자탕-돈육/국내산
닭고기/가공품					*닭다리살스테이크-닭/국내산			
오징어/가공품				*오삼불고기-오징어/국내산			*짬뽕국-오징어/국내산	
두부						*두부고추장-두부/국내산		
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량 /에너지 비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	754.30	754.30	19.5	695.4	1,282.5	1,326.8	630.9	571.3
탄수화물(g)			42.3	97.8	109.1	93.9	93.9	87.2
단백질(g)	13.66	13.66	13.7	30.8	31.4	32.5	26.7	34.5
지방(g)			44.0	21.1	82.2	91.2	18.2	10.3
비타민A(R.E)	167.02	231.98	209.0	214.8	76.6	291.7	153.2	308.6
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5	0.6	0.4	0.5	0.5	0.5
리보플라빈(mg)	0.38	0.46	0.4	0.5	0.3	0.4	0.4	0.6
비타민C(mg)	23.40	30.00	18.2	13.4	10.4	9.0	43.3	14.9
칼슘(mg)	240.64	294.64	283.4	248.0	187.5	476.8	195.1	309.8
철(mg)	3.75	4.84	3.8	3.6	3.4	3.5	4.4	4.3

※ 알레르기 정보

1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.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