

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

주간 학교급식 영양량				3월 28일(월)	3월 29일(화)	3월 30일(수)	3월 31일(목)	4월 1일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> <li>-현미밥</li> <li>-육개장 (1.5.6.9.16.)</li> <li>-콩나물무침 (5.6)</li> <li>-코다리강정 (4.5.6.12.)</li> <li>-배추김치 (9.17.18.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•울무밥</li> <li>•-시금치된장국 (5.6.9.18.)</li> <li>•-사과오이무침 (5.6.)</li> <li>•오리불고기 (5.6.15.)</li> <li>•배추김치 (9.17.18.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•-하이라이스 (2.5.6.9.10.12.16.18.)</li> <li>•-단무지무침</li> <li>•-꿔바로우탕수육 (1.5.6.10)</li> <li>•배추김치 (9.17.18.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•-기장밥</li> <li>•떡만두국 *(1.5.6.9.10.)</li> <li>•-닭볶음탕 (5.9.15.)</li> <li>•-명엽채아몬드 볶음(5.6.)</li> <li>•배추김치 (9.17.18.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•-혼합잡곡밥(5.)</li> <li>•-소고기미역국 (5.9.16)</li> <li>•-돼지갈비찜(간장)(5.6.10)</li> <li>•-두부양념조림 (5.6.)</li> <li>•배추김치 (9.17.18.)</li> <li>•-티라미슈참쌀떡 (1.2.5.6.10)</li> </ul>
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀				*현미밥-쌀, 잡곡/ 국내산	*울무밥-쌀, 잡곡/ 국내산	*하이라이스-쌀, 잡 곡/국내산	*기장밥-쌀, 잡곡/ 국내산	*혼합잡곡밥-쌀, 잡 곡/국내산
김치류/고춧가루				*배추김치-국내산	*배추김치-국내산	*배추김치-국내산	*배추김치-국내산	*배추김치-국내산
쇠고기(종류)/가공품				*육개장-소고기/한 우/국내산				*소고기미역국-소고 기/한우/국내산
돼지고기/가공품						*하이라이스-돈육/ 국내산 *꿔바로우탕수육- 돈육/국내산	*떡만두국-만두/ 돈육/국내산	*돼지갈비찜-돈육/ 국내산
닭고기/가공품							*닭볶음탕-닭/국 내산	
오리고기/가공품					*오리불고기-오리/ 국내산			
명태/가공품				*코다리강정-코다 리/러시아			*명엽채볶음-명엽 채/러시아	
두부								*두부양념조림-두부 /국내산
콩								*혼합잡곡밥-콩/국 내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량 /에너지 비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	754.30	754.30	17.8	1,183.6	595.4	1,085.7	718.9	858.4
탄수화물(g)			39.0	95.9	68.8	80.5	85.2	104.3
단백질(g)	13.66	13.66	16.1	42.1	27.6	19.9	48.4	41.1
지방(g)			45.0	70.2	25.4	74.9	21.6	31.0
비타민A(R.E)	167.02	231.98	200.3	110.5	399.1	126.8	191.9	173.0
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5	0.5	0.5	0.3	0.4	0.8
리보플라빈 (mg)	0.38	0.46	0.5	0.5	0.6	0.3	0.5	0.6
비타민C(mg)	23.40	30.00	12.6	8.9	25.0	13.2	6.9	9.2
칼슘(mg)	240.64	294.64	277.4	264.2	199.2	53.0	209.7	661.0
철(mg)	3.75	4.84	4.9	3.5	5.8	6.2	4.0	4.8

1.난류 2.우유 3.메밀 4.팥콩 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.젓

