

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

| 주간<br>학교급식 영양량 |           |           |                          | 10월 17일(월)   | 10월 18일(화)  | 10월 19일(수)  | 10월 20일(목)   | 10월 21일(금)   |
|----------------|-----------|-----------|--------------------------|--|---|---|--|--|
|                |           |           |                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>-기장밥</li> <li>-빼없는감자탕(5.6.9.10.)</li> <li>-미역줄기맛살볶음(1.5.6.13.)</li> <li>-김떡만강정(1.2.5.6.10.12.16)</li> <li>-석박지(9.)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-치킨마요덮밥(1.2.5.6.15.16.18.)</li> <li>-유부된장국(5.6.9.)</li> <li>-쫄면야채무침(5.6.)</li> <li>-배추김치(9.)</li> <li>-거꾸로먹는 야쿠르트(샤인머스)(2.)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-현미밥</li> <li>-육개장(1.5.6.9.16.)</li> <li>-마파두부(5.6.10.)</li> <li>-치즈삼색꼬지전(1.2.5.6.8.10.15.16.)</li> <li>-오징어김치전(5.6.9.16.17.)</li> <li>-깍두기(9.)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-혼합잡곡밥(5.)</li> <li>-햄모듬찌개(1.2.5.6.9.10.12.16.)</li> <li>-닭볶음탕(5.9.15.)</li> <li>-샐러드파스타(1.2.5.6.10.18)</li> <li>-깍두기(9.)</li> <li>-한입쏘옥젤리(감귤)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-고구마밥(1.5.6.10.17.18.)</li> <li>-순두부찌개(5.6.)</li> <li>-청포묵김가루무침(5.6.)</li> <li>-주꾸미야채볶음(5.6.)</li> <li>-배추김치(9.)</li> <li>-굴</li> </ul> |
| 식재료            |           |           |                          | 원산지  | 원산지   | 원산지   | 원산지  | 원산지  |
| 쌀              |           |           |                          | *기장밥-쌀,잡곡/국내산  | *치킨마요덮밥-쌀,잡곡/국내산  | *현미밥-쌀,잡곡/국내산   | *혼합잡곡밥-쌀,잡곡/국내산  | *고구마밥-쌀,잡곡/국내산   |
| 김치류/고춧가루       |           |           |                          | *석박지-국내산   | *배추김치-국내산   | *깍두기-국내산  | *깍두기-국내산<br>*햄모듬찌개-배추김치/국내산  | *배추김치-국내산  |
| 돼지고기/가공품       |           |           |                          | *빼없는감자탕-국내산<br>*김떡만강정-만두/국내산   |   | *마파두부-국내산<br>*치즈삼색꼬지-햄/국내산  | *햄모듬찌개-햄/국내산   |  |
| 소고기/가공품        |           |           |                          |  |   | *육개장-한우/국내산   |  |  |
| 닭고기/가공품        |           |           |                          |  | *치킨마요덮밥-텐더/국내산  |   | *닭볶음탕-국내산  |  |
| 오징어/가공품        |           |           |                          |  |   | *오징어김치전-국내산   |  |  |
| 주꾸미/가공품        |           |           |                          |  |   |   |  | *주꾸미야채볶음-태국산   |
| 두부             |           |           |                          |  | *유부된장국-국내산  | *마파두부-국내산   | *햄모듬찌개-국내산   | *순두부찌개-국내산   |
| 콩              |           |           |                          | 국내산  | 국내산   | 국내산   | 국내산  | 국내산  |
| 영양소            | 평균<br>필요량 | 권장<br>섭취량 | 주평균<br>섭취량<br>/에너지<br>비율 | 영양량  | 영양량   | 영양량   | 영양량  | 영양량  |
| 에너지(kcal)      | 754.30    | 754.30    | -10.9                    | 669.0  | 693.6   | 677.5   | 779.4  | 542.7  |
| 탄수화물(g)        |           |           | 57.0                     | 107.8  | 102.8   | 81.3  | 99.8   | 97.2   |
| 단백질(g)         | 13.66     | 13.66     | 18.0                     | 24.0   | 23.3  | 35.6  | 42.1   | 29.5   |
| 지방(g)          |           |           | 25.0                     | 16.5   | 22.0  | 24.0  | 25.5   | 7.2  |
| 비타민A(R.E)      | 167.02    | 231.98    | 203.7                    | 157.4  | 223.2   | 202.4   | 245.0  | 190.6  |
| 티아민(mg)        | 0.30      | 0.37      | 0.5                      | 0.6  | 0.2   | 0.6   | 0.5  | 0.5  |
| 리보플라빈(mg)      | 0.38      | 0.46      | 0.6                      | 0.5  | 0.5   | 0.7   | 0.6  | 0.6  |
| 비타민C(mg)       | 23.40     | 30.00     | 19.0                     | 11.2   | 14.2  | 9.2   | 14.3   | 46.3   |
| 칼슘(mg)         | 240.64    | 294.64    | 238.9                    | 214.9  | 229.8   | 259.2   | 282.2  | 208.4  |
| 철(mg)          | 3.75      | 4.84      | 5.7                      | 10.1   | 3.2   | 6.4   | 4.1  | 4.8  |

※ 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

