

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

주간 학교급식 영양량				11월 28일(월)	11월 29일(화)	11월 30일(수)	12월 1일(목)	12월 2일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> -혼합잡곡밥(5.) -황태국(1.5.6.9) -닭볶음탕(5.9.15.) -두부양념조림(5.6.) -배추김치(9.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 율무밥 • -햄모듬찌개(1.2.5.6.9.10.12.16.18.) • -오이맛살초무침(1.5.6.8) • -오삼불고기(5.6.10.13.) • -슈크림붕어빵(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> • -흑미밥 • 청국장찌개(5.6.9.16) • -연두부계란찜(1.5.6) • -순대버무리(5.6.10.12.16.18) • 깍두기(9.) • -워터젤리(포도) 	<ul style="list-style-type: none"> • 참쌀밥 • -바지락미역국(5.6.9.18.) • -돼지갈비찜(간장)(5.6.10.) • -사과오이무침(5.6.) • 배추김치(9.) • -아몬드스모어쿠키(1.2.5.6.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • -오므라이스/소스(1.2.5.6.10.12.) • -두부된장찌개(5.6.9.) • -치즈닭갈비(2.5.6.9.15.16.18.) • 배추김치(9.) • -과일요거트(2.)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀				*혼합잡곡밥-쌀,잡곡/국산	*율무밥-쌀,잡곡/국산	*흑미밥-쌀,잡곡/국산	*참쌀밥-쌀,잡곡/국산	*오므라이스-쌀,잡곡/국산
김치류/고춧가루				*배추김치-국산	*햄모듬찌개-배추김치/국산	*청국장찌개-배추김치/국산 *깍두기-국산	*배추김치-국산	*배추김치-국산
쇠고기(종류)/가공품						*청국장찌개-한우/국내산		
돼지고기/가공품				*두부양념조림-국산	*햄모듬찌개-햄,돈육/국산 *오삼불고기-국산	*순대버무리-국산	*돼지갈비찜-국산	*오므라이스-햄/국산
닭고기/가공품				*닭볶음탕-국산				*치즈닭갈비-국산
명태/가공품				*황태국-러시아				
오징어/가공품					*오삼불고기-국산			
두부				*두부양념조림-국산	*햄모듬찌개-국산	*청국장찌개-국산		*두부된장찌개-국산
콩				*혼합잡곡밥-국산				
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량 /에너지 비율	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	754.30	754.30	-9.2	662.6	699.8	605.9	735.6	722.3
탄수화물(g)			55.3	76.1	93.8	113.6	94.4	100.8
단백질(g)	13.66	13.66	19.9	42.5	36.7	18.7	33.4	41.1
지방(g)			24.9	22.7	21.0	7.7	25.1	19.2
비타민A(R.E)	167.02	231.98	187.7	241.5	197.4	72.6	140.5	286.3
티아민(mg)	0.30	0.37	0.5	0.5	0.6	0.3	0.8	0.5
리보플라빈(mg)	0.38	0.46	0.5	0.6	0.5	0.3	0.6	0.5
비타민C(mg)	23.40	30.00	12.6	12.7	17.9	3.5	10.3	18.5
칼슘(mg)	240.64	294.64	311.0	624.3	249.7	251.0	209.1	220.7
철(mg)	3.75	4.84	4.4	4.6	3.8	4.3	5.4	4.0

※ 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

