

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

시흥은행중학교

주간 학교급식 영양량				07월 22일(월)	07월 23일(화)	07월 24일(수)	07월 25일(목)	07월 26일(금)
						· -혼합잡곡밥(5) · -순두부찌개 (1.5.6.9.10.17.18) · -노각참외무침 (5.6.13) · -돈육훈제야채볶음(5.6.10) · 깍두기(9) · -아이스크림 슈 (1.2.5.6)	· -전복죽(9.18) · -치킨샐러드 (1.2.5.6.12.13.15.18) · -모듬떡볶이 (1.5.6.13) · 배추김치(9) · -콜피스에이드(복숭아)(11)	· -혼합잡곡밥(5) · -차돌면장찌개 (5.6.9.16) · -명란달걀말이 (1.5.6.8) · -유즐리멸치볶음(5.6.13) · 배추김치(9)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품						국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품						국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품						국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품						국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품						국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품						국내산	국내산	국내산
낙지/가공품						국내산	국내산	국내산
고등어/가공품						국내산	국내산	국내산
갈치/가공품						국내산	국내산	국내산
오징어/가공품						국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품						국내산	국내산	국내산
참조기/가공품						국내산	국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	753.00	753.00	5.2			1,046.8	775.9	554.5
탄수화물(g)			50.6			82.1	140.7	74.5
단백질(g)	18.76	18.76	13.3			39.6	18.9	19.8
지방(g)			36.1			59.1	16.6	18.4
비타민A(μg RAE)	167.89	232.38	110.0			111.1	151.6	67.4
티아민(mg)	0.30	0.37	0.6			1.2	0.3	0.3
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.5			0.8	0.2	0.4
비타민C(mg)	23.51	30.23	10.2			11.0	14.1	5.7
칼슘(mg)	252.40	310.10	157.3			162.8	144.6	164.5
철분(mg)	3.80	4.98	2.7			3.4	2.3	2.5

* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 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