학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

모가중학교 (중식)

주간 학교급식 영양량	10월 11일(월)	10월 12일(화)	10월 13일(수)	10월 14일(목)	10월 15일(금)
		・수수밥 ・근대된장국 (5.6.13.) ・표고버섯닭강정 (5.6.13.15.) ・숙주미나리무침 ・배추김치(9.13.) ・배	・카레라이스 (2.5.6.10.13.) ・오이고추장무침 (5.6.13.) ・땅콩명엽채볶음 (4.5.6.13.18.) ・배추김치(9.13.) ・바나나라떼(2.)	・율무밥 ・부대찌개 (2.5.6.9.10.13.) ・수제함박스테이크/소스 (1.2.5.6.10.12.13.16.) ・무나물(5.) ・배추김치(9.13.) ・망고	・강낭콩밥 ・얼큰수제비 (5.6.13.) ・닭감자조림 (5.6.13.15.18.) ・연두부/양념장 (5.6.13.) ・배추김치(9.13.) ・단감
식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀		국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루	/	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
쇠고기(종류)/가공품	/	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품	/	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품	/	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품	/	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품	/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
명태/가공품	/	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산
고등어/가공품	/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
갈치/가공품	/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
오징어/가공품	/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
꽃게/가공품	/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
참조기/가공품	/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
다랑어/가공품	/	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산
두부		국내산	국내산	국내산	국내산
콩		국내산	국내산	국내산	국내산
비고					
영양소	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)		600.0	623.5	672.2	645.8
탄수화물(g)		95.8	103.6	93.1	97.0
단백질(g)		30.7	31.1	45.6	34.9
지방(g)		14.1	12.3	14.6	15.2
비타민A(R.E)		208.5	182.0	211.1	159.0
티아민(mg)		0.4	0.3	0.7	0.5
리보플라빈(mg)		0.4	0.4	0.6	0.4
비타민C(mg)		33.6	12.6	22.0	17.6
칼슘(mg)		215.8	258.3	276.7	190.6
철(mg)		3.2	3.9	4.5	4.5

※ 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)
※ 주평균 섭취량(비타민A, 티아민, 리보플라빈, 비타민C, 칼슘, 철) : 주간영양량의 합 / 식단일수
※ 주평균 에너지비율
- 에너지(kcal) : {(주간영양량의 합 / 식단일수) - 학교자체영양기준량의 에너지} / 학교자체영양기준의 에너지 x 100
- 탄수화물 : (주평균 탄수화물 섭취량 x 4) / {(주평균 탄수화물 섭취량 x 4) + (주평균 단백질 섭취량 x 4) + (주평균 지방 섭취량 x 9)} x 100
* 단백질/지방 : 탄수화물과 동일한 산식 적용(1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산)

※ 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