학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

모가중학교 (중식)

주간 학교급식 영양량	10월 18일(월)	10월 19일(화)	10월 20일(수)	10월 21일(목)	10월 22일(금)
	・보리밥 ・어묵국(1.5.6.13.) ・청포묵무침(5.13.) ・춘천닭갈비(5.6.13.15.) ・배추김치(9.13.) ・토핑요거트(2.)	・차조밥 ・양배추샐러드(1.5.12.13.) ・돈까스/소스(1.2.5.6.10.12.13.) ・배추김치(9.13.) ・크림스프(2.5.6.13.16.) ・오렌지	・곤드레밥+양념장(5.6.13.18.) ・계란파국(1.5.13.) ・어묵메추리알조림(1.5.6.13.16.18.) ・만두그라탕(1.2.5.6.10.12.13.16.18.) ・배추김치(9.13.) ・방울토마토(12.)	・옥수수밥 ・순두부찌개(5.6.9.10.13.) ・삼색달걀찜(1.9.13.) ・오리불고기(5.6.13.) ・배추김치(9.13.) ・레몬에이드	・현미밥 ・연포탕(5.6.16.) ・참나물무침 ・비엔나소시지볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.) ・배추김치(9.13.) ・초코쿠키(1.2.5.6.13.)
식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
쇠고기(종류)/가공품	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
명태/가공품	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산
고등어/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
갈치/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
오징어/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
꽃게/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
참조기/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
다랑어/가공품	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산
식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
두부	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
콩	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
비고					
영양소	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	785.2	908.7	664.3	828.4	715.6
탄수화물(g)	111.7	140.8	88.5	95.7	87.8
단백질(g)	40.7	37.6	32.9	44.7	33.5
지방(g)	21.2	22.0	20.2	32.2	25.6
비타민A(R.E)	197.7	163.9	346.2	301.5	224.7
티아민(mg)	0.3	0.6	0.7	0.6	0.4
리보플라빈(mg)	0.3	0.4	0.6	0.8	0.4
비타민C(mg)	11.4	69.9	17.8	14.6	37.3
칼슘(mg)	128.3	121.1	317.7	211.7	176.5
철(mg)	3.0	2.8	8.9	6.1	4.3

※ 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