

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

정왕중학교

(중식)

▶ 교실배식시 주의사항 교실 환기 비누로 손씻기 감기, 손상처, 설사환자는 배식당번 안하기 앞치마, 모자, 위생장갑 착용 ▶ 급식 시 주의사항 손을 깨끗하게 씻고 소독하기 줄을 설때, 일정한 간격 지키기 식사 직전에 마스크 벗기 식사 할 때 대화를 나누지 않기 음식을 나누어 먹지 않기 식사를 마친 후에는 마스크를 쓰기 * 교실에 1주일 동안 게시해주세요.				08월 14일(월)	08월 15일(화)	08월 16일(수)	08월 17일(목)	08월 18일(금)
				• 참쌀밥 • 맑은미역국(5.6) • 매운갈비찜 (2.5.6.10.13) • 숙주크래미무침 (1.5.6.8) • 버터김치볶음 (2.9.13) • 까망베르치즈케익 (1.2.5.6.13.16)	광복절	• 소고기쌀국수 [주](5.6.13. 15.16.18) • 피자토스트 (1.2.5.6.10.12.13. 18) • 케이준감자튀김 (5.6) • 깍두기(9.13) • 망고주스(13)	• 보리밥 • 참치고추장찌개 (5.6.9.13.18) • 쇠고기매추리알장 조림 (1.5.6.13.16.18) • 단배추오이무침 (5.6.13) • 오징어김치전 (1.6.9.13.17) • 김구이(13)	• 마파두부덮밥 (5.6.10.12.13.18 • 달걀실파국 (1.5.6.13.18) • 콩나물무침(5) • 치킨샐러드 (1.2.5.6.12.13.15. 16) • 백김치(9.13) • 쥬시쿨(11)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
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
1) 쌀				국내산		국내산	국내산	국내산
2) 배추				국내산		국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루				국내산		국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품				국내산/국내산		국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
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
다량어/가공품							원양산/원양산	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	752.83	752.83	8.8	807.9		741.1	720.5	1,007.0
탄수화물(g)			54.7	108.2		107.2	98.7	140.7
단백질(g)	19.10	19.10	18.0	39.8		25.1	38.1	46.4
지방(g)			27.3	25.2		25.3	20.5	29.9
비타민A(mg)	167.92	233.75	194.1	122.2		112.3	311.0	230.9
티아민(mg)	0.30	0.38	0.5	0.8		0.2	0.4	0.7
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.6	0.5		0.4	0.9	0.5
비타민C(mg)	23.53	30.30	23.2	12.2		53.2	16.6	10.8
칼슘(mg)	252.98	311.25	271.6	221.8		329.5	293.6	241.4
철분(mg)	3.82	4.98	7.3	3.6		2.5	6.7	16.4

* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

* 주 평균 섭취량은 월요일부터 금요일까지의 영양량의 평균입니다.

* 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 참쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/일같이배추/봄동배추
- 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
- 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
- 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외
※ 2023.7.1.부터 25~29번 추가(「원산지표시법 시행령」 제3조)

* 알레르기 정보

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