

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

정왕중학교

(중식)

<div>▶ 교실배식시 주의사항</div> <div>교실 환기</div> <div>비누로 손씻기</div> <div>감기, 손상처, 설사환자는 배식당번 안하기</div> <div>앞치마, 모자, 위생장갑 착용</div> <div>▶ 급식 시 주의사항</div> <div>손을 깨끗하게 씻고 소독하기</div> <div>줄을 설때, 일정한 간격 지키기</div> <div>식사 직전에 마스크 벗기</div> <div>식사 할 때 대화를 나누지 않기</div> <div>음식을 나누어 먹지 않기</div> <div>식사를 마친 후에는 마스크를 쓰기</div> <div>* 교실에 1주일 동안 게시해주세요.</div>				09월 18일(월)	09월 19일(화)	09월 20일(수)	09월 21일(목)	09월 22일(금)
				• 보리밥 • 김치콩나물국 (5.6.9.13.18) • 썬채소샐러드 (5.6.13) • 바삭돼지불고기 (5.6.10.13.18) • 오징어살채볶음 (5.6.13.17.18) • 오이김치(자율)(9.13.18) • 바바리안도넛 (1.2.5.6)	• 흑미밥 • 콩가루배추국 (5.6.9.13.18) • 메추리알곤약조림 (1.5.6.13) • 낙지쪄면볶음 (5.6.13) • 깍두기(9.13)	• 숯불치킨덮밥 (2.5.6.9.10.12.13.15.16.18) • 가쓰오유부장국 (1.2.5.6.9.13.18) • 건파래볶음(13) • 백김치(9.13) • 찰보루빵 (1.2.5.6) • 사과한모금(13)	• 차수수밥 • 돼지등뼈감자탕 (5.6.9.10.13.18) • 코다리간장조림 (5.6.12.13) • 삼색나물(5.6.18) • 김구이(13) • 생파인애플	• 김치날치알볶음밥 (2.5.6.10.13.18) • 열갈이된장국 (5.6.9.13.18) • 양배추흑임자샐러드(1.2.4.5.6.12.13.16.18) • 고구마가스(1.2.5.6) • 깍두기(9.13) • 콘플레이크요플레(요거특)(2)
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
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
1) 쌀/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
2) 배추/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
명태/가공품				러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아	러시아/러시아
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다랑어/가공품				원양산	원양산	원양산	원양산	원양산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	752.83	752.83	5.6	739.2	743.4	862.7	832.1	798.0
탄수화물(g)			55.5	97.2	111.8	128.5	95.3	108.4
단백질(g)	19.10	19.10	20.3	38.5	37.1	42.6	56.9	22.6
지방(g)			24.2	19.8	13.3	18.5	22.8	30.4
비타민A(mg)	167.92	233.75	151.3	65.7	153.0	145.6	187.2	205.0
티아민(mg)	0.30	0.38	0.6	0.9	0.4	0.5	0.6	0.4
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.5	0.4	0.4	0.3	0.6	0.7
비타민C(mg)	23.53	30.30	31.0	5.0	11.8	68.6	40.4	29.0
칼슘(mg)	252.98	311.25	272.3	194.1	239.4	218.5	328.4	381.2
철분(mg)	3.82	4.98	3.5	2.9	4.7	2.9	4.3	2.4

- * 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 찹쌀, 현미, 흑미 및 찰쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 배추/열갈이배추/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