

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.				10월 16일(월)	10월 17일(화)	10월 18일(수)	10월 19일(목)	10월 20일(금)
				• 보리밥 • 남도식콩나물해장국(5.9.17) • 시금치무침 • 제육볶음(5.6.10) • 김구이 • 플라워파이(1.2.5.6.13)	• 차조밥 • 조랭이떡국(1.5.6.16) • 참나물사과겉절이(5.6.13) • 어묵총각김치볶음(1.5.6.9.13) • 매콤닭왕구이(5.6.13.15)	• 작은밥[자율] • 마라탕면(주식)(2.4.5.6.8.9.10.12.13.16.18) • 단무지 • 레몬탕수육(2.5.6.10.13.16) • 배추겉절이[자율](9) • 깔라만시레몬	• 현미밥 • 열갈이된장국(5.6.9) • 밤무생채 • 달걀만두(1.5.6) • 뼈없는닭갈비(5.6.13.15) • 오렌지	• 비빔밥(5) • 누룽지 • 콘치즈그라탕(1.2.5.6.10.13.15.16) • 백김치(9) • 순두부비빔장(5.16) • 런요구르트(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
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	국내산
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산/국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산				
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	752.83	752.83	4.8	810.8	763.2	845.9	815.7	710.4
탄수화물(g)			57.4	100.8	110.1	121.9	115.0	113.3
단백질(g)	19.10	19.10	16.6	40.4	35.5	26.9	38.5	21.1
지방(g)			26.0	25.4	18.5	29.3	20.7	19.4
비타민A(mg)	167.92	233.75	154.1	247.8	126.7	20.0	201.5	174.5
티아민(mg)	0.30	0.38	0.6	1.0	0.4	0.7	0.6	0.4
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.4	0.5	0.4	0.3	0.5	0.4
비타민C(mg)	23.53	30.30	20.9	21.9	4.9	14.5	45.0	18.0
칼슘(mg)	252.98	311.25	165.0	153.5	129.2	93.5	249.7	199.3
철분(mg)	3.82	4.98	4.1	3.7	2.9	7.6	3.6	2.5

* 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 찌쌀을 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.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