

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

정왕중학교

(중식)

<div>▶ 교실배식시 주의사항</div> <div>교실 환기</div> <div>비누로 손씻기</div> <div>감기, 손상처, 설사환자는</div> <div>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>				10월 23일(월)	10월 24일(화)	10월 25일(수)	10월 26일(목)	10월 27일(금)
				• 기장밥	• 옥수수밥	• 짬두기볶음밥	• 차수수밥	• 현미밥
				• 모듬햄찌개	• 청국장찌개[채소](5.9)	(1.2.5.6.9. 10. 13. 15. 16. 18)	• 닭볶음탕[국용]	• 황태우국(5.6.9)
				(1.2.5.6.9. 10. 13. 15. 16)	• 쇠고기메추리알장조림(1.5.6. 13. 16)	• 달걀실파국(1.5.6)	(2.5.6. 12. 13. 15. 16. 18)	• 돼지고기김치찌
				• 알감자조림(5.6. 13)	• 도라지오이생채(13)	• 오이지무침[자율](13)	• 궁채장아찌무침	(5.6.9. 10. 13)
				• 미역줄기맛살볶음(1.5.6.8)	• 오징어김치전(1.5.6.9. 17)	• 양배추흑임자샐러드(1.5)	• 건파래멸치볶음	• 유채나물(5.6)
				• 왕문어타코야끼(1.2.5.6. 10. 13. 15. 16. 18)	• 멜론	• 한반도돈가스(5.6. 10. 16)	• 순살볼락구이(2.5.6. 12. 13. 16. 18)	• 카레우동(2.5.6. 10. 12. 13. 16. 18)
				• 짬두기(9)		• 돈가스소스(2.5.6. 12. 13. 16. 18)	• 포도워터젤리(13)	• 메이플크로플(1.2.5.6)
						• 사과		
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
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
조피볼락/가공품							미국산	
명태/가공품				러시아/러시아	러시아/러시아		러시아/러시아	러시아/러시아
오징어/가공품				국내산	국내산		국내산	국내산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	752.83	752.83	14.8	846.2	703.8	948.5	851.3	969.6
탄수화물(g)			51.0	103.4	95.1	100.0	97.3	146.1
단백질(g)	19.10	19.10	17.4	26.1	36.4	22.4	51.4	48.7
지방(g)			31.6	35.8	18.3	50.7	25.2	18.9
비타민A(mg)	167.92	233.75	132.2	64.9	160.0	97.4	172.0	166.8
티아민(mg)	0.30	0.38	0.6	0.3	0.4	0.4	0.6	1.3
리보플라빈(mg)	0.37	0.45	0.6	0.3	0.7	0.4	0.8	0.6
비타민C(mg)	23.53	30.30	17.6	25.7	8.6	19.5	5.2	28.9
칼슘(mg)	252.98	311.25	209.2	154.5	236.9	163.2	108.4	383.0
철분(mg)	3.82	4.98	3.7	2.5	5.3	3.1	3.0	4.4

* 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 찰쌀, 현미, 흑미 및 전쌀을 포함)

2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 배추/얼갈이배추/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.갯