

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

시흥매화중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량				06월 26일(월)	06월 27일(화)	06월 28일(수)	06월 29일(목)	06월 30일(금)
				<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오므라이스&amp;데미그라(중)(1.2.5.6.10.12.13.16)</li> <li>• 옥수수스프(2.5.6.13.16)</li> <li>• 키위드레싱샐러드(중)(1.2.5.6.12.13)</li> <li>• 웬소시지(1.2.5.6.10.12.15.16)</li> <li>• 총각김치*(9)</li> <li>• 도라에몽 암기빵(1.2.5.6)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 자장밥*(5.6.10.16)</li> <li>• 단무지오이무침(13)</li> <li>• 껌바로우(1.5.6.10.12.13.18)</li> <li>• 배추김치*(9)</li> <li>• 파인애플주스(힘내)(13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 후리가케밥(1.2.5.6.9.13.16.18)</li> <li>• 맑은장국*(1.5.6.9.13.16)</li> <li>• 가래떡떡볶이(1.5.6.13)</li> <li>• 감자핫도그(1.2.5.6.10.12.16)</li> <li>• 깍두기*(9)</li> <li>• 아이스크림모듬(11.12)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 밥밥</li> <li>• 순대국(2.5.6.10.13.16)</li> <li>• 사과치커리무침(13)</li> <li>• 돈육주꾸미볶음(중)(5.6.10.13)</li> <li>• 배추김치*(9)</li> <li>• 호두과자(앙버터&amp;초코)(1.2.5.6.14)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 울무밥*</li> <li>• 사과우거지국*(5.6.16)</li> <li>• 울방개국수무침(중)(5.6.13)</li> <li>• 달고기까스*(1.2.5.6.13)</li> <li>• 깍두기*(9)</li> <li>• 레몬마요소스(1.2.5.13)</li> <li>• 대추방울토마토*(12)</li> <li>• 카사바칩(5.6)</li> </ul>
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
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품				중국산/중국산	중국산/중국산	중국산/중국산	중국산/중국산	중국산/중국산
명태/가공품				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(캔)	원양산(캔)	원양산(캔)	원양산(캔)	원양산(캔)
주꾸미/가공품				국내산, 중국산	국내산, 중국산	국내산, 중국산	국내산, 중국산	국내산, 중국산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	750.88	750.88	8.7	926.4	809.8	908.4	746.8	688.3
탄수화물(g)			64.5	115.8	147.8	161.9	117.5	111.4
단백질(g)	19.10	19.10	15.2	33.8	26.7	25.6	33.6	34.2
지방(g)			20.4	31.6	12.4	19.3	16.7	11.9
비타민A(mg)	167.85	234.02	216.8	309.3	173.7	157.8	160.0	283.0
티아민(mg)	0.30	0.38	0.6	1.1	0.7	0.2	0.6	0.4
리보플라빈(mg)	0.37	0.44	0.5	0.7	0.6	0.4	0.6	0.4
비타민C(mg)	23.64	30.48	25.0	22.5	50.8	12.8	11.7	27.1
칼슘(mg)	249.67	307.30	251.3	243.2	447.9	253.3	131.0	181.3
철분(mg)	3.77	4.92	4.5	4.7	3.9	3.4	6.8	3.9

\* 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 등에 사용하는 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.잣