

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

서울공연예술고등학교

(석식)

				3월 25일(월)	3월 26일(화)	3월 27일(수)	3월 28일(목)	3월 29일(금)
				주간 학교급식 영양량				• 장조림버터비빔밥 1.2.5.6.10.13.18. • 피쉬볼어묵국 1.5.6.8.13.16.18. • 모듬견과조림 4.5.6.13.14. • 실곤약채소무침 5.6.13. • 계란후라이* 1.5. • 깍두기* 9.13.
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
쇠고기(종류)/가공품				호주산/국내산 또는 수입산	호주산/국내산 또는 수입산	호주산/국내산 또는 수입산	호주산/국내산 또는 수입산	호주산/국내산 또는 수입산
돼지고기/가공품				국내산/국내산 또는 수입산	국내산/국내산 또는 수입산	국내산/국내산 또는 수입산	국내산/국내산 또는 수입산	국내산/국내산 또는 수입산
닭고기/가공품				국내산/국내산 또는 수입산	국내산/국내산 또는 수입산	국내산/국내산 또는 수입산	국내산/국내산 또는 수입산	국내산/국내산 또는 수입산
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
양고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
넙치(광어)/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
조피볼락(우럭)/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
참돔/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
미꾸라지/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
뱅장어/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품				수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산
명태/가공품				수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산
고등어/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
갈치/가공품				수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산
오징어/가공품				국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산
꽃게/가공품				수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산
참조기/가공품				수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산	수입산/수입산
두부				콩:수입산	콩:수입산	콩:수입산	콩:수입산	콩:수입산
콩				수입산	수입산	수입산	수입산	수입산
비고								
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	740.00	740.00	15.2	1,050.9	914.3	829.2	592.6	873.9

탄수화물(g)			47.1	95.7	134.9	87.3	33.1	113.0
단백질(g)	18.00	18.00	21.3	45.3	40.9	46.3	40.9	36.7
지방(g)			31.5	49.6	20.2	31.1	7.5	29.6
비타민A(R.E)	180.00	254.00	364.1	496.9	237.2	667.2	262.6	156.4
티아민(mg)	0.32	0.40	0.8	1.1	1.4	0.4	0.3	0.8
리보플라빈(mg)	0.42	0.50	0.9	0.9	0.5	0.7	0.5	1.7
비타민C(mg)	27.00	25.00	53.0	24.2	77.5	61.5	26.0	75.7
칼슘(mg)	260.00	320.00	227.1	230.2	359.4	224.5	158.6	163.0
철분(mg)	4.00	5.40	6.7	7.3	6.4	8.6	5.8	5.6

* 에너지는 권장섭취량의 $\pm 10\%$, 구성비는 탄수화물(55~70%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

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

* 알레르기 정보

1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.계 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함)