

학교급식의 영양관리기준(제5조제1항 관련)

1. 일반기준

가. 제2호의 개별기준은 한끼의 영양관리 기준량을 제시한 것으로 개별기준의 준수범위는 다음과 같고, 계절별로 연속 5일씩 1인당 평균 영양공급량을 평가한다.

- 1) 에너지는 영양관리기준 에너지의 $\pm 10\%$ 로 하되, 탄수화물 : 단백질 : 지방의 에너지 비율이 각각 50~65% : 10~20% : 15~30%가 되도록 한다.
- 2) 단백질은 영양관리기준의 단백질 이상으로 공급하되, 총 공급에너지 중 단백질 에너지가 차지하는 비율이 20%를 넘지 않도록 한다.
- 3) 비타민A, 티아민, 리보플라빈, 비타민C, 칼슘, 철은 영양관리기준의 권장섭취량 이상으로 공급하는 것을 원칙으로 하되, 최소한 평균 필요량 이상이어야 한다.

나. 제2호의 개별기준은 학생 집단의 성장 및 건강상태, 활동정도, 지역적 상황 등을 고려하여 탄력적으로 적용할 수 있다.

2. 개별기준

성 별	구 분		에너 지 (kcal)	단백 질 (g)	비타민A (μ g RAE)		티아민 (비타민B ₁) (mg)		리보플라빈 (비타민B ₂) (mg)		비타민C (mg)		칼슘 (mg)		철 (mg)	
					평균 필요 량	권장 섭취 량	평균 필요 량	권장 섭취 량	평균 필요 량	권장 섭취 량	평균 필요 량	권장 섭취 량	평균 필요 량	권장 섭취 량	평균 필요 량	권장 섭취 량
유 치 원 생			400	7.1	66	85	0.12	0.15	0.15	0.17	10.0	12.8	128	156	1.2	1.7
남	초 등 학 생	1~3학 년	570	11.7	104	150	0.17	0.24	0.24	0.30	13.4	16.7	200	234	1.7	2.4
		4~6학 년	670	16.7	137	200	0.24	0.30	0.30	0.37	18.4	23.4	234	267	2.0	2.7
		중학생	840	20.0	180	250	0.30	0.37	0.40	0.50	23.4	30.0	267	317	2.7	3.7
		고등학생	900	21.7	207	284	0.37	0.44	0.47	0.57	26.7	33.4	234	267	2.7	3.7
여	초 등 학 생	1~3학 년	500	11.7	97	134	0.20	0.24	0.20	0.27	13.4	16.7	200	234	1.7	2.4
		4~6학 년	600	15.0	130	184	0.27	0.30	0.27	0.34	18.4	23.4	234	267	2.0	2.7

	중학생	670	18.4	160	217	0.30	0.37	0.34	0.40	23.4	30.0	23.4	28.4	2.7	4.4
	고등학생	670	18.4	150	217	0.30	0.37	0.34	0.40	26.7	33.4	18.4	23.4	2.4	4.0

비고: 유치원생의 경우 제공되는 간식을 제외하고 산출된 수치임.