

전남지역 어린이집의 간식과 급식 실태 조사

김지영

호남대학교 유아교육학과

Ji Young Kim

Dept. of Early Childhood Education, Honam University

1. 서론

유아기는 신체적, 정신적 발달이 급속히 이루어지는 성장 급등기이다. 이 시기에 이루어지는 성장의 결과는 인간의 발달에 결정적인 영향을 미치는 중요한 요소로서, 적절한 영양 공급이 유아의 신체 발달에 필수적인 요인이 된다. 급식을 통해 유아는 성장과 발달에 적절한 영양을 공급받을 수 있으며(고승덕, 김은주, 1999; 덕성여자대학교 부속유치원, 1997), 다양한 식생활 예법과 생활 규칙을 익힐 수 있는 기회를 제공받는다(허혜경, 김성희, 1999). 유아에게 적절한 음식을 제공하기 위해서는 양육자의 역할이 매우 중요하다고 볼 수 있다. 이외에도 여성의 사회 활동 증가·가족 구조의 변화·조기교육의 요인으로 과거에 가정에서 담당하던 양육과 교육의 기능이 점차 유아교육기관으로 옮겨지게 되면서 유아를 지도하는 교사의 역할 또한 매우 중요하다고 볼 수 있다(이영미, 오유진, 2007). 따라서 본 연구에서는 유아의 신체 발달과 건전한 식습관을 형성하기 위해서는 유아기에 적절한 영양 공급이 중요하다는 인식하에 전남지역에 있는 어린이집의 간식과 급식의 실태를 조사하여 유아교육기관에서 바람직한 간식과 급식 식단표를 계획할 수 있는 기초 자료를 제공하고자 한다. 이러한 연구목적 달성을 위해 설정한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 전남지역 어린이집의 간식 실태(오전·오후 간식의 제공 여부, 오전·오후 간식 시간, 간식의 종류)는 어떠한가?

둘째, 전남지역 어린이집의 급식 실태(주식의 종류, 반찬의 개수, 식사 시간)는 어떠한가?

2. 연구방법

2.1 연구대상

본 연구의 대상은 전남에 있는 어린이집 중에서 무선표집을 통해 추출된 119개의 어린이집에 근무하는 119명의 유아교사이다. 교사의 근무기관을 살펴본 결과, 민간 어린이집(52.9%), 법인 어린이집(35.3%), 국·공립 어린이집(7.6%), 가정 어린이집(4.2%)의 순으로 나타났다. 교사의 학력을 살펴본 결과, 전문대학 졸업(64.7%), 대학교 졸업(23.5%), 보육교사교육업 졸업(11.8%) 순이었으며, 교사가 담당하고 있는 유아의 연령은 만 5세 반(37.0%), 만 3세와 만 4세 반(각 25.2%), 혼합 연령(8.4%), 영아반(4.2%)의 순으로 나타났다.

2.2 연구자료

본 연구에서 사용한 자료는 2007년 10월 둘째 주 주간교육계획안 또는 10월 둘째주가 명시된 식단표와 이 기간의 일일교육계획안이다. 일반적으로 식단표는 한 달을 주기로 작성되지만, 간식과 급식의 메뉴는 계속 반복되며 상황에 따라 변경되는 특성이 있으므로 실제적인 상황 속에서 자료를 수집하고자 일주일 단위로 자료를 수집하였다.

2.3 예비조사 및 본 조사

예비조사는 본 연구대상이 아닌 10개 어린이집의 식단표와 일일교육계획안을 수집하여 분석해본 결과, 식단표를 별도로 작성하지 않고 주간교육계획안에 첨가하여 기록한 기관이 있는 것으로 나타났다. 따라서 연구 자료로 주간교육계획안을

포함하여 수집하였다. 본 조사는 2007년 9월 10일부터 9월 14일까지 연구대상기관에 연구과 관련된 안내문을 우편과 전자우편으로 배부하고, 동일한 방법으로 연구 자료를 수집하였다.

2.4 자료 분석

수집된 자료를 중심으로 공통된 내용끼리 범주화하는 분류 방법을 사용한 후에, 빈도분석을 이용하였다.

3. 연구결과

첫째, 오전·오후 간식의 제공 여부를 살펴본 결과, 거의 대부분의 기관에서 오전(94.1%)·오후(96.6%) 간식이 있었으며 아주 극소수(5.9%, 3.4%)만이 제공하지 않는 것으로 나타났다. 간식 시간의 정도를 살펴본 결과, 오전 간식시간의 경우에는 11-20분 이하가 가장 많았으며(58.8%), 10분 이하(21.0%), 21-30분 이하(16.8%), 자유선택활동과 간식시간을 통합하여 활용하는 경우(3.4%) 순으로 나타났다. 오후 간식의 경우에는 21-30분 이하가 가장 많았으며(42.9%), 11-20분 이하(40.3%), 자유선택활동과 간식시간을 통합하여 활용하는 경우(10.9%), 10분 이하(5.9%)의 순으로 나타났다. 오전 간식의 종류를 살펴본 결과, 우유를 가장 많이 제공하였고(143회), 과일(103회), 죽(94회), 스프(45회), 씨리얼(39회), 과자와 야쿠르트(각 40회), 달걀과 요플레(각 36회), 주스(23회), 만두(19회), 고구마와 감자(14회), बे지밀(12회), 떡(11회), 핫케익과 튀김(각 7회), 오뎅과 전(각 3회) 순으로 나타났다. 오후 간식의 종류를 살펴본 결과, 우유를 가장 많이 제공하였고(99회), 주스(60회), 빵(48회), 과일(45회), 떡(42회), 전(39회), 고구마와 감자(37회), 떡볶이(26회), 튀김과 만두(각 22회), 야쿠르트(21회), 케익(19회), 어묵(18회), 죽(16회), 국수(15회), 고구마 맛탕과 계란(각 12회), 김밥(11회), 식혜와 토스트(각 10회), 샌드위치(9회), 요플레, 과일 샐러드, 수제비(각 8회), 과자, 잡채, 스파게티(각 7회), 쫄면, 두유, 단호박찜(각 5회), 햄구이와 미숫가루(각 4회), 스프, 피자, 치킨, 씨리얼(각 3회), 돈까스(2회), 유부초밥

과 짜장면(각 1회)인 것으로 나타났다.

둘째, 밥의 종류를 살펴본 결과, 과반수가 흰쌀밥(72.1%) 혼식을 사용하였으며 상당수만이(27.9%) 쌀밥을 제공한 것으로 나타났다. 또한 거의 대부분이(97.9%) 국이나 찌개를 제공하였으며, 아주 극소수(2.1%)만이 제공하지 않았다. 급식시 반찬의 개수를 살펴본 결과, 김치를 포함하여 3개를 제공한 경우가 가장 많았고(77.9%), 2개의 찬을 제공한 경우(14.1%), 4개(6.3%), 1개(1.1%), 한개도 제공하지 않는 경우(0.6%) 순으로 나타났다. 점심식사 시간을 살펴본 결과, 51-60분 이하가 가장 많았고(47.0%), 41-50분 이하(34.5%), 61-80분 이하(12.6%), 40분 이하(5.9%)의 순으로 나타났다.

4. 결론

첫째, 거의 대부분의 기관에서 오전과 오후 간식을 제공하였으며, 오후 간식시간이 오전 간식시간보다 약간 긴 것으로 나타났다. 간식의 종류 중에서 우유를 오전과 오후 간식으로 가장 많이 제공하였으며, 오전 간식에 비하여 오후 간식의 종류가 더욱 다양한 것으로 나타났다.

둘째, 유아의 건강을 생각하여 쌀밥보다는 다양한 잡곡을 넣은 혼식을 주식으로 더 많이 사용하였으며, 거의 대부분의 기관에서 국이나 찌개를 함께 제공하였다. 또한 반찬의 개수는 김치를 포함하여 3개를 제공한 경우가 가장 많았고, 점심식사 시간은 1시간 이하가 가장 많은 것으로 나타났다.

참 고 문 헌

- [1] 고승덕, 김은주, 유아보건관리학, 서울: 학문사, 1999.
- [2] 덕성여자대학교 부속유치원, 유아영양과 요리활동, 서울: 창지사, 1997.
- [3] 허혜경, 김성희, 유아건강교육의 이론과 실제, 서울: 창지사, 1999.
- [4] 이영미, 오유진, "유아교육기관 교사의 급식 제공량에 관한 연구", 한국영양학회지, 제 40권 1호, pp.89-96, 2007.