

우리나라 국군 장병의 식생활 행동과
기호도에 관한 조사 연구
- 현역 군 단기복무자를 중심으로 -

이영미* · 정유경 · 양일선 · 손경희 · 문수재 · 김광중** · 이상규**

*경원대학교, 연세대학교, **국방과학 연구소
(1990년 10월 16일 접수)

A Study on Food Behavior and Preference
of Military Personnel

Young Mi Lee*, Yoo Kyung Joung, Il Sun Yang, Kyung Hee Sohn, Soo Jae Moon,
Kwang Jung Kim** and Sang Goo Lee**

*Kung Won University, Yon Sei University, **Agency for Defence Development

(Received October 16, 1990)

Abstract

This research was carried out as a basic survey to provide more effective and improved food service for the soliders of the Armed Forces who are serving to defend the Republic of Korea subjects were selected randomly who were serving in the army for a short-term. Following is the result of a survey regarding the situation of their meals, dietary life, and their food preference of 190 kinds of foodstuffs.

As a result of surveying the dietary life of the soliders, they indicated that there was dissatisfaction in the current Food Service because it lacked tasted and the same kind of meals were being served too frequently with regard to this, many subjects expressed that they were eating out because of the quality of they get from the regular meal service the meals, that is they were eating in restaurants to resolve their dissatisfaction over the quality of the meals. It was also surveyed that in the current meals there is a need to diversify ways in preparing food, increase the number of dishes, and improve the tasts of the food by using improved cooking method. It seemed that the soliders were satisfied in the quantitative level of the current food service but that there is a need to improve the meals in quality.

Following is the result of a survey on the preference of foodstuffs. In case of rice as the stationary food, mixture of five-grain plain white cooked rice showed a higher propensity compared to plain white boiled rice. This shows that soliders prefer various cereals in their rice. Soliders liked soup made from meat better than vegetable soup or soup made from fish. Especially there was a high performance for beef soup. Soliders liked One-dish meals such as fried rice or boiled rice with asserted mixtures, noodled, and dumplings on the whole-soliders generally liked vegetables and they liked uncooked vegetables better than cooked vegetables. Generally everyone liked beverages and there was a high preference for dessert. Among various rice cakes soliders liked songpyon(rice cake steamed on a layer of pine needles) and injolmi (cake made from glutinous rice). On the other hand, soliders did not like food prepared with fish, biscuits and candy very much. In the way of preparing food, soliders liked food that were fried in deep far rather than food cooked in water. Also they liked pot stem better than soup. As examined in the survey, those surveyed wanted improvement in the quality and diversity of the food rather than increase the number of food and quality. Therefore there is a need for diversified supply and demand of quality of meal service.

I. 서 언

식품에 대한 기호란 개인의 특정 식품에 대한 수용도(acceptability)이며, 한 식품에 대한 수용성에는 그 식품 자체의 모양, 냄새, 맛, 구강내 촉감과 식품을 받아들이는 개인의 감각 예민도 및 심리상태, 소화 및 건강상태와 복합적으로 관련되어 있다.

한국인의 경우 생활 양식이 변화하고, 소득이 향상됨에 따라 식품의 소비 형태가 함께 변화되고 또한 식품의 소비 구조도 변화하여 곡류의 소비가 감소되고 있는 반면, 채소와 과일의 소비가 증가되며, 쇠고기를 비롯한 육류, 우유, 달걀 등의 소비 또한 점차 증대되고 있다.^{1,2)}

영양소의 섭취 측면에서도 열량구성비 중에서 탄수화물의 의존도가 점차 낮아지고, 상대적으로 단백질과 지방이 차지하는 열량 구성비가 점차적으로 증가되고 있다.³⁻⁵⁾ 이러한 식품섭취 구조의 변화는 경제적인 측면에서 국민소득의 증가를 반영한다고 할 수 있으나, 한편으로는 우리나라 국민 식습관, 특히 식품 선택에 대한 변화를 부분적으로 반영한다고 볼 수 있다. 이전의 연구에서도 관찰된 바와 같이 연령이 낮아질 수록 연령이 많은 층에 비하여 육류에 대한 선호도가 높고, 튀김 등의 방법으로 조리하여 식품내에서 지방이 함유된 음식을 좋아하는 경향이 관찰 된 바 있다.^{3,6)} 이러한 변화도를 파악하기 위한 식품에 대한 기호도 조사는 주기적으로 실시되어, 단체급식처나 국민의 균형 식단작성에 반드시 고려되어야 한다. 그리고 앞으로의 식생활 연구와 식생활 지도의 자료로써 이용되어야 한다. 식품에 대한 기호성과 영양적인 측면을 병행하여 식단을 작성하는 데에는 어려운 점이 많으나 반드시 함께 고려 되어야만 한다. 식단작성시 음식을 영양적인 측면만 고려하여 식단을 식품의 영양소 공급 측면만을 존중하고 기호면을 무시하면 공급된 식사의 잔식량이 많아지게 된다.⁷⁾

한국영양학회에서 연구한 '한국의 식단작성을 위한 식품의 구성 및 그 영양학적인 배합에 관한 연구'에서 지적한 바와 같이 현재까지 각 연령층에 대한 영양 권장량은 제시되어 있으나 한국의 기호도에 관한 체계적인 연구가 없는 상태이어서 식단작성에 다소간 기호도를 고려하지 못하고 있다고 지적하였다.⁸⁾

문과 손에 의하여 한국인을 대상으로 섭식 태도의 기호도에 관한 조사가 1980년에 행하여졌으며,⁶⁾ 또한 단체급식처에서 급식대상자에 관한 기호도 조사 및 식사에 대한 만족도 조사가 산발적으로 행하여져 보고되고 있다.⁹⁻¹¹⁾ 그러나 아직까지 우리나라에서 가장 규모가 큰 단체급식 장소인 군에서 군복무자를 대상으로 한 체계적인 기호도 조사는 시도되지 않았으며,

식단에 기호성향을 반영한 급식 계획이 이루어지지 못하고 있었다. 그러나 최근 급식 개선에 관한 다각도의 연구가 진행되면서 기초자료로써 기호도 조사가 요구된 바 있다.¹²⁾ 그리고 외국의 경우 군에서 체계적으로 식품에 대한 기호성 조사가 시도되어¹³⁻¹⁵⁾ 다양한 사회문화적 배경을 가진 이질적인 집단에서 효율적인 급식이 이루어질 수 있도록 이용되고 있다. 또한, 방법적인 측면에서 이러한 연구는 비교적 조사가 효과적이며, 정확하다고 평가되고 있다. 또한, 연구의 결과는 청장년층의 기호도 조사의 좋은 자료로써 뿐만 아니라, 전체 국민의 기호성향을 분석할 수 있는 기초자료로써, 그 의미가 크다고 할 수 있다. 그러므로 본 연구에서는 군복무자를 위한 급식 식단 작성의 기초 자료로써, 한편으로, 우리나라 청장년층의 기호도 분석을 목적으로 시도되었다.

본 조사는 대한민국 국군 장병들의 급식을 효과적으로 운영하기 위한 급식 계획에 관한 기초연구로써, 국군 장병들의 입대 전 식생활 행동과 현재 급식에 대한 개선점 및 이들의 식품에 대한 기호도 등을 조사하여 보다 효율적인 식단관리의 연구 자료로 이용되도록 하는데 그 연구 목적을 가지고 실시되었다.

II. 연구 방법

1. 설문지의 작성 및 구성

설문지의 구성은 i) 입대 전의 식생활 행동 평가표 ii) 현재의 급식에 대한 개선 방향 iii) 식품에 대한 기호도 iv) 음주 및 흡연 상황 V) 영양 지식의 정도 Vi) 사회 인구학적 변인 등을 조사할 수 있도록 총 236 문항으로 구성되어 있다.

2. 조사대상자의 설정

본 연구의 실시에 있어서 모집단은 전체 국군 장병을 대상으로 하였다. 이들을 각 군별로 분류를 하였으며, 단위 부대의 크기가 다를 경우 급식 환경이 다르다는 가정하에 부대 단위의 크기를 기준으로 분류하였다. 조사대상 부대를 군별 크기별로 선정 한 후, 이들 부대에 근무 중인 단기복무자를 조사 대상으로 설정하였다.

3. 자료의 수집방법

자료의 수집은 조사대상자 자기 기입 방법으로 설문지에 완전 응답하게 하였다. 조사는 1989년 12월 중에 실시되었으며, 조사원이 군부대를 방문하여 설문지를 배부, 직접 회수하였으므로 설문지의 회수율은 100%였다. 회수된 설문지는 검토 후 936부 모두 자료 처리에 이용되었다.

4. 자료의 분석방법

자료 처리는 SPSS package program을 이용한 전자 계산 조직을 사용하였다. 통계처리 방법은 각 항목의 절대 빈도수와 퍼센트 및 평균값과 표준편차, 중앙값을 계산하였다. 본 연구에서는 현재 급식에 대한 의견과 식품에 대한 기호도를 조사 분석한 내용을 중심으로 정리하였다.

III. 연구 결과 및 논의

1. 조사대상자의 일반 사항

본 조사는 현역으로 단기복무 중인 군인 1000명을 대상으로 실시되었다. 각 군별로는 육군이 62.6%, 공군이 21.1%, 해군은 16.3% 비율로 조사되었다.

조사대상자의 연령 분포는 19세에서 31세이며, 평균 연령은 21.8세로 현재 한국인의 청장년층에 해당된다. 조사대상자의 신장은 평균 173.2+5.3 cm로 조사되었으며, 입대 전과 입대 후의 체중 변동 상황을 조사해 본 결과 입대 전 조사대상자의 평균 체중은 63.65+6.95 kg, 입대 후 65.20+5.95 kg으로 입대 후 체중 증가 현상이 관찰되었다. 본 조사에 응답한 군복무자의 경우 군에 입대하여 복무한 기간은 평균 16.2+1.27개월로 나타났으며, 이 중 97.9%가 미혼자로 조사되었다.

조사대상자에게 현재 자신의 건강 상태에 대하여 자가 평가를 실시해 본 결과, 자신을 건강하다고 평가한 응답자가 52.9%, 보통이라고 평가한 응답자가 40.7%, 좋지않다고 평가한 응답자가 6.4%로 나타났다.

입대 전과 입대 후의 흡연 정도에 대하여 조사해 본 결과에 의하면, 입대 전보다 입대 후 흡연비율이 76%에서 81.9%로 증가되는 경향을 보였으며, 1인당 1일 흡연량도 입대 전 12.5개피에서 입대 후 13.7개피로 증가되는 경향을 보였다.

입대 전과 입대 후의 음주 행동에 대하여 조사해 본 결과는, 입대 전에는 술을 자주 마시는 비율이 높게 조사된(44.8%) 반면, 입대 후에는 술을 자주 마시는 비율은 6.4%로 감소함이 관찰되었으며, 술을 마시는 횟수가 입대 전에는 1주당 평균 2.6+2.3번에서 입대 후에는 0.4+0.17로 감소된 것으로 조사되었다.

2. 군 복무 중의 식생활 행동과 현재의 급식에 대한 의견

현재 군복무 중 식생활 행동에 관하여 조사해 본 결과는 다음과 같다. 급식되는 식사 이외에 음식을 사서 먹는 매식 행동에 대하여 조사한 바에 의하면, 매식을 하는 사람은 447명으로 전체의 49%이며, 하지않는 사람은 465명으로 전체의 51%를 차지하는 분포를 보였다.

매식하는 음식의 종류는 음료수가 28.6%, 이외 국

표 1. 매식 음식의 종류

	수	상대빈도 %	절대빈도 %
면 류	105	12.4	27.8
빵	58	6.9	15.3
음 료	108	12.8	28.6
과 일	10	1.2	2.6
과 자	32	3.8	8.5
한끼 식사	65	7.7	17.2
여러 종류	468	55.2	-
해당없음	90	-	-
총 수	936	100.0	100.0

표 2. 매식을 하는 주된 이유

	수	상대빈도 %	절대빈도 %
식사량이 모자라서	30	3.2	3.2
음식의 맛	245	26.2	29.2
습관적으로	103	11.0	12.3
친구들과 사교	167	17.8	20.0
여러 가지 이유	293	31.3	34.9
해당없음	98	10.5	-
총 수	936	100.0	100.0

수류가 27.8%, 한 끼니의 식사 음식이 17.2%, 빵 15.3%, 과자 8.5%, 과일 2.6%의 순서로 선택되는 것으로 나타났다. 매식하는 장병의 경우 거의 한꺼번에 2가지 이상을 선택하는 것으로 조사되었다(표 1).

매식하는 주요 이유는 선택한 음식의 맛을 즐기 위해서 매식을 한다고 지적한 경우가 29.2%로 가장 많았으며, 그 이외에는 친구들과 사교를 목적으로 매식한다는 것이 20%였으며, 관습적으로 한다는 응답자가 12.3%, 식사량의 부족으로 인하여 매식을 한다고 응답한 조사대상자는 불과 3.6%였다(표 2 참고).

이 조사 결과로 볼 때, 매식의 주된 동기는 양적인 불만족 보다 음식의 맛에 대한 불만족을 해결하려는 목적으로 매식을 한다고 인정된다. 또한, 매식의 동기가 군 복무기간 중에 있어서 타인과의 유대성을 증가시키기 위한 매체로써 이용하는 목적이 되기도 한다는 것을 관찰할 수 있다.

현재 군복무 중 본인의 식생활 행동 및 급식에 대하여 조사대상자 자신들이 문제점이 있다고 응답한 비율은 53%(N=457명)이며, 이에 비하여 문제점이 없다고 응답한 비율은 47%(N=414명)으로 문제점이 있다고 대답한 비율이 약간 높게 나타났다.

급식에 대한 구체적인 문제점 조사에서는 전체 대상자 중 무응답한 비율이 59.9%로 높았으나, 문제점에 대하여 제시된 설문지 항목중에서 조사대상자의 40.1

표 3. 현 급식의 문제점

	수	상대빈도%	절대빈도%
맛	162	17.3	40.1
반찬가지수	79	8.4	19.6
반복성	129	13.8	31.9
양	34	3.6	8.4
무응답	532	56.9	-
총 수	936	100.0	100.0

표 4. 현재 급식제도에 있어서 개선을 요하는 점

	수	상대빈도%	절대빈도%
음식의 양적인 증가	16	1.8	9.9
급식온도	4	0.4	2.5
조리방법	55	0.6	33.9
급식시간	8	0.9	4.9
반찬 가지수	33	3.6	20.4
음식 맛의 개선	46	5.0	28.4
여러 가지	753	82.3	-
해당없음	21	-	-
총 수	936	100.0	100.0

%가 음식의 맛에 대한 개선을 원했으며, 31.9%가 현재 급식되고 있는 음식의 반복성을 지적하였다. 즉 이는 비슷한 음식이 자주 반복되어 급식되는 점을 개선을 요하는 문제점으로 지적한 것이다. 반찬 가지수에 대하여서는 19.6%, 급식되는 음식의 양적인 면에서의 불만족을 표시한 비율은 8.4%로 비교적 낮게 나타났다(표 3 참고).

현재 급식의 대한 구체적인 개선점에 대한 질문에 대하여서는 설문지에 제시된 항목 중에 대하여 여러 가지를 복합적으로 개선되어야 한다고 지적한 응답자가 82.3%였으며, 단일항목으로 지적한 응답자들은 음식의 양적인 증가나 급식하는 음식의 온도(적은 급식)이나, 급식 시간을 늘리는 문제보다는 음식 조리방법을 좀더 다양하게 개발하기를 원하였으며(34.0%), 그 다음이 급식되는 음식의 맛의 개선을 28.4%가 원하였다(표 4).

급식에 대하여 양적인 증가의 차원을 지나 질적인 향상을 원하며, 질적 향상의 차원에서도 급식 음식의 다양성과 맛의 개선을 원하는 것이 조사결과 관찰되었다.

3. 식품에 대한 기호도

각 식품에 대한 기호도 조사는 식품을 총 190가지를 대상으로 하였다. 5점 Likert척도를 이용하여 좋아하는 정도와 싫어하는 정도를 평가하였으며, 이들 평가 점수는 중앙값을 산출 후, 계산된 중앙값을 근거로 식품에

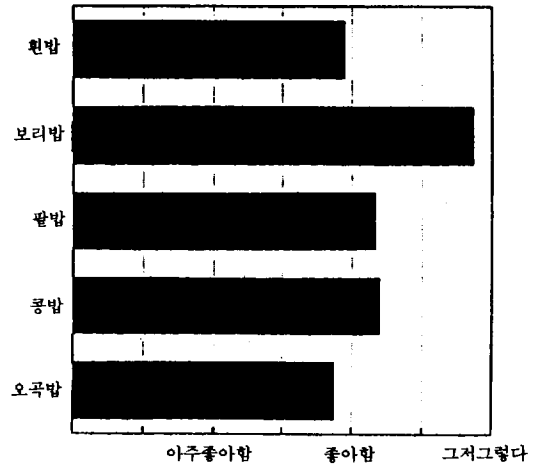


그림 1. 주식으로써 밥에 대한 기호도

대한 기호성을 평가하면 다음과 같다.

1) 주식으로서 밥류

다섯 종류의 밥(흰밥, 보리밥, 팥밥, 콩밥, 오곡밥)의 기호성을 분석해본 결과, 쌀밥이 다른 밥류에 비하여 기호 성향이 비교적 높았다. 각종 밥류에 대한 기호성은 흰밥이 가장 좋아하는 밥으로 평가되었으며, 다음이 오곡밥, 팥밥, 콩밥, 보리밥의 순서로 나타났다(그림 1 참고). 이전의 연구(6)에서도 여러 종류의 밥류에서도 보리밥이 기호성이 가장 낮은 밥으로 조사된 바 있다. 한편, 이전의 기호도 조사에서는 오곡밥의 기호도가 낮게 평가 된 것에 비하여 본 조사에서는 오곡밥에 대한 기호성이 높게 나타났다.

2) 한끼의 식사 즉 일품 음식으로써 밥류

여러 가지 다양한 식품이 다양하게 혼합된 밥류의 경우, 그림 2에서와 같이 볶음밥에 대한 기호도가 가장 높고 다음이 비빔밥, 오므라이스, 김초밥, 하이라이스(hash rice), 카레라이스, 김치밥, 콩나물밥의 순서로 기호도가 조사되었다. 이들 밥류에 대한 기호도는 전체적으로 볼 때 높게 나타났다. 이는 1980년에 전체 한국인을 대상으로 이러한 종류의 밥류에 대하여 조사된 기호도 평가치보다 기호도가 높게 평가되는 것으로 조사되었다(6). 이러한 음식은 지금도 단체급식 처에서 많이 이용이 되고 있으며, 앞으로도 영양적인 가치를 높이고 다량 조리시 맛의 증진을 위하여 좀 더 개발이 요구되는 음식이다.

3) 국류에 대한 기호도

국의 경우에는 육류로 만든 국종류가 야채국이나 생선을 이용한 국보다 기호도가 월등히 높은 것으로 관찰되었으며, 다음으로는 생선국보다 야채로 만든 국을 선호하는 경향을 보였다(그림 3, 4). 야채국에 대한

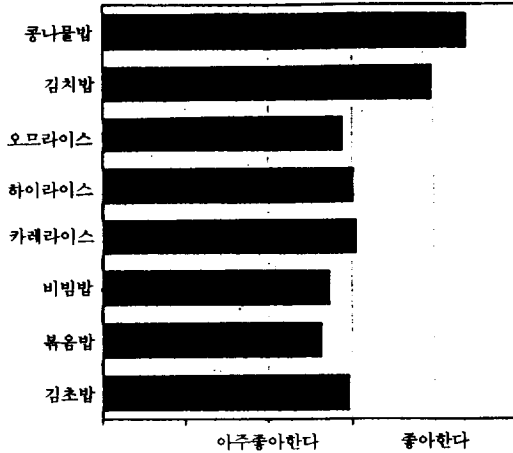


그림 2. 일품 음식으로써 밥에 대한 기호도

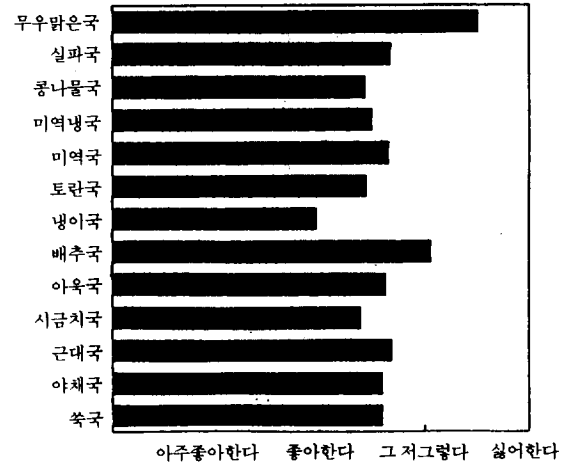


그림 4. 야채를 이용한 국에 대한 기호도

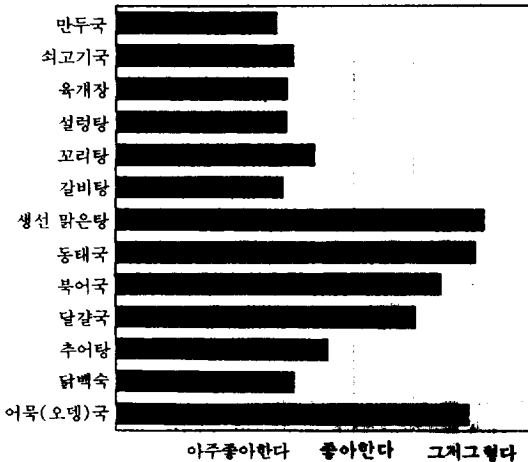


그림 3. 육류와 생선을 이용한 국에 대한 기호도

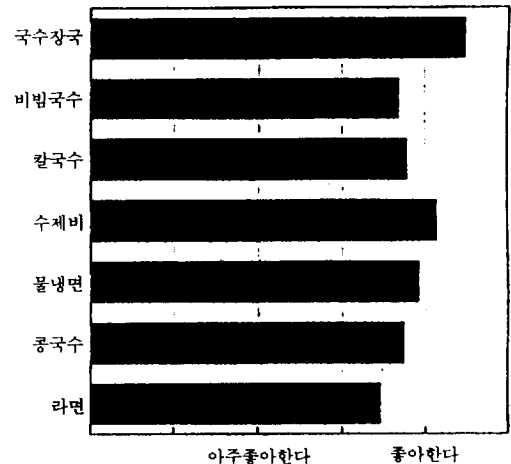


그림 5. 국수류에 대한 기호도

선호도의 순서는 냉이국이 가장 좋아하는 국으로 조사되었으며 다음이 시금치국, 콩나물국, 토란국, 아욱국, 죽국, 미역국, 실파국, 배추국, 무우맑은국의 순서로 그 순위가 평가되었다. 취사담당관의 설문조사에서도 무우된장국이 군장병들간에 기호성향이 가장 낮은 것으로 평가되었다.

육류 및 생선을 이용한 국은 만두국이 기호성이 가장 높으며 다음이 갈비탕, 설렁탕, 육개장, 쇠고기국, 닭백숙, 꼬리탕, 추어탕, 달걀국, 어묵국, 동태국의 순서로 나타났다. 어묵에 대한 기호도가 낮게 나타난 이유는 현재 국에 사용되고 있는 어묵의 질적인 문제와 관련이 있다는 것이 취사담당관의 인터뷰에서도 조사되었다.

4) 국수류에 대한 기호도

국수류의 경우 그림 5에서와 같이 전반적으로 기호

성향이 높게 관찰되었다.

그 순서는 라면, 비빔국수, 콩국수, 칼국수, 물냉면, 수제비, 국수장국의 순서로 관찰되었으며, 이전의 한국인의 기호도 조사에서는 라면이 면류 중에서 가장 낮게 평가된 것에 비하여, 본 조사에서는 라면이 가장 기호도가 높은 음식으로 평가된 상이한 결과가 관찰되었다.

5) 만두류 및 빵식에 대한 기호도

만두류와 빵식을 한끼의 대용식으로써 비교해본 결과 빵보다는 만두류에 대한 기호도가 높은 것으로 관찰되었다(그림 6 참고). 기호의 순서는 만두류 중에서는 군만두가 가장 기호도가 높았으며 그 다음은 만두국, 찜만두, 떡만두국의 순서로 평가되었다. 빵류에서는 토스트가 가장 기호성향이 높으며 다음이 샌드위치,

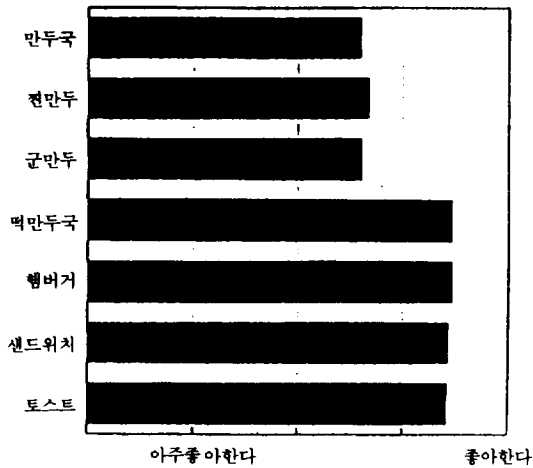


그림 6. 만두류 및 빵식에 대한 기호도

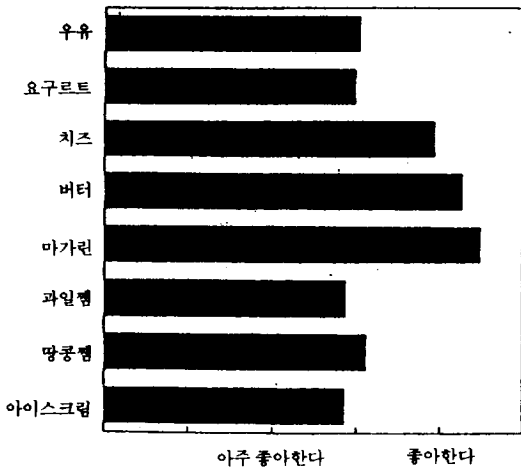


그림 7. 빵식 때 제공되는 유제품과 Jam에 대한 기호도

햄버거의 순서로 평가되었다.

빵식에서 같이 제공될 수 있는 버터나 잼의 경우, 그림 7에서와 같이 마가린이나 버터가 잼에 비하여 기호도가 상대적으로 낮았다. 과일잼이나 딸콩잼이 버터에 비하여 기호도가 높으며, 과일잼이 딸콩잼보다 약간 더 선호되는 경향이 관찰되었다.

6) 야채류

야채는 조리방법상 크게 두 가지로 분류하여 생 것을 그대로 조미하는 생채와 가열 조작용 가하는 숙채로 분류하여 기호도를 평가하여 보았다. 관찰 결과는 생채가 숙채보다 전반적으로 기호도가 높게 평가되었다(그림 8, 9 참고). 특히, 조리방법면에 있어서 한국식 생채보다 마요네즈를 이용한 서양식 사라다가 가장 기호성이 높았다. 식품별로는 오이생채가 가장 기호

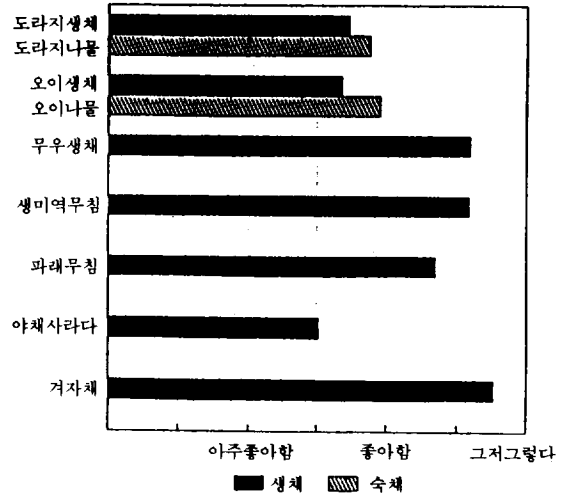


그림 8. 생야채(생채)류에 대한 기호도

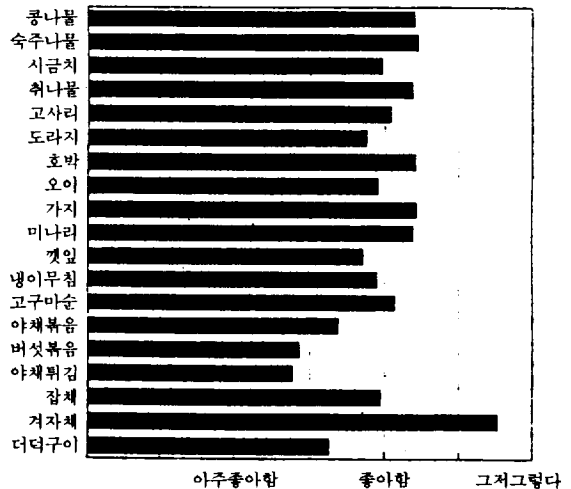


그림 9. 익힌 야채류(숙채)에 대한 기호도

도가 높고 다음이 도라지 생채, 파래무침, 생미역무침, 무우생채, 겨자채의 순서로 나타났다. 야채를 가열 조리하는 방법으로는 튀김음식을 가장 좋아하였고 다음이 볶음, 나물무침의 순서로 평가되었다. 기름이 많이 함유된 음식을 좋아하는 것을 관찰할 수 있다(그림 10).

숙채에서는 식품별로 도라지가 가장 기호성이 높고, 다음이 오이, 시금치, 고사리, 취나물, 미나리, 콩나물, 호박, 가지, 숙주나물의 순서로 평가되었다. 더덕구이, 묵무침, 잡채의 기호도가 높은 것이 관찰되었다.

김치의 경우 전체적인 기호도는 높게 나타났으며(그림 11), 오이김치의 기호성이 가장 높게 나타났다. 다음이 배추김치, 열무김치, 물김치, 깍두기의 순으로 평가되었으며, 이전의 연구 결과와는 다소 상이한 결

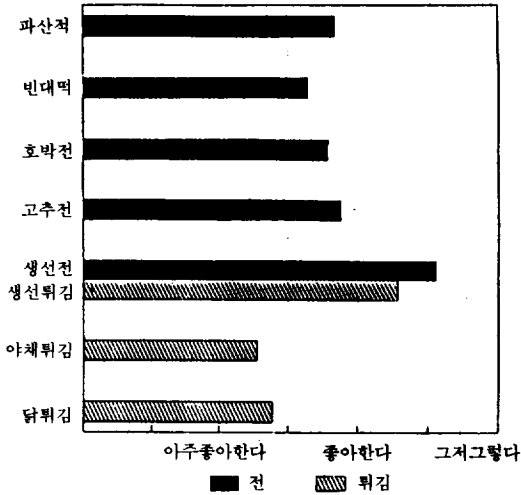


그림 10. 전과 튀김류에 대한 기호도

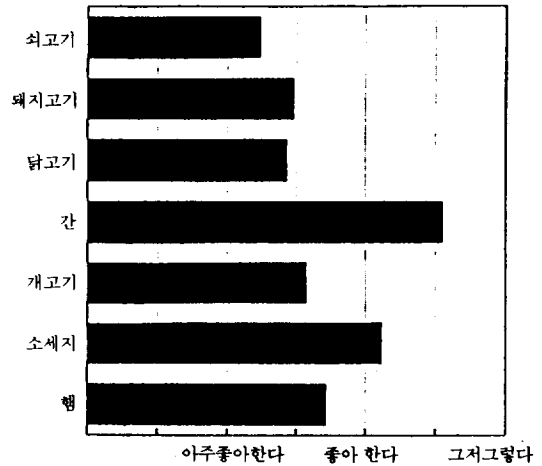


그림 12. 육류에 대한 기호도

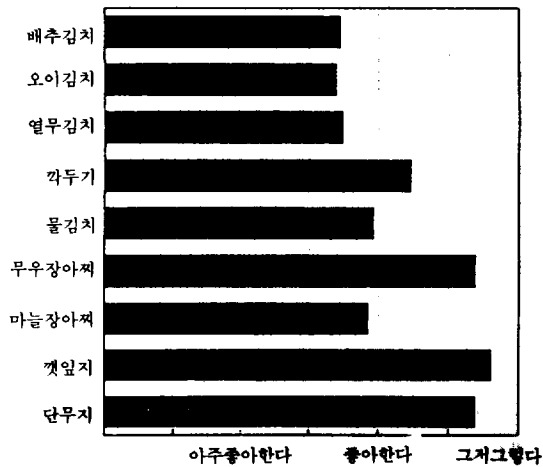


그림 11. 침채류에 대한 기호도

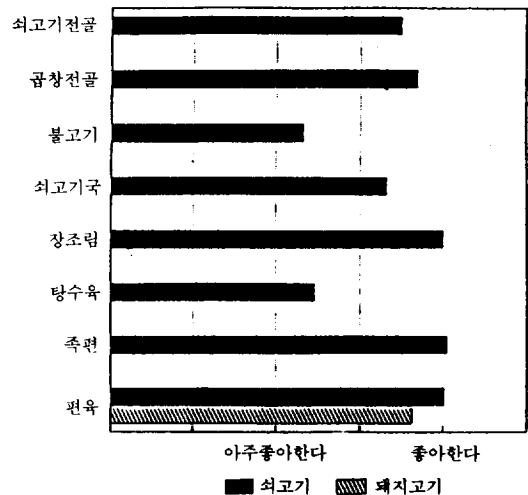


그림 13. 조리 방법에 따른 쇠고기 이용 음식의 기호도

과가 관찰되었으나, 이는 김치의 가공 조리상의 차이에 기인된 것으로 사료된다.

7) 육류에 대한 기호도

육류의 경우 그림 12에서와 같이 쇠고기가 가장 기호도가 높으며 다음은 닭고기, 돼지고기의 순으로 기호도가 평가되었다. 닭고기가 돼지고기보다 기호성이 높은 것은 취사담당관의 인터뷰 결과와 이전 연구(6)의 결과와도 일치하는 것이다.

쇠고기의 경우 어떠한 조리방법으로든 쇠기름을 재료로한 음식은 기호도가 높게 평가되었다(그림 13). 그 중에도 구이(불고기)가 가장 기호도가 높고 다음이 튀김, 찜, 탕 및 국의 순서로 기호성향이 관찰되었다. 장조림은 쇠기름으로 만든 음식 중 기호도가 가장 낮은

것으로 평가되었다.

닭고기의 경우에는 전체적인 기호도는 조리방법별로 보았을 때 튀김이 기호도가 가장 높고 다음이 찜, 백숙(탕)의 순서로 관찰되었다.

8) 어패류

어패류의 경우 조리방법상 구이의 방법으로 조리한 것이 기호도가 가장 높고 다음은 튀김, 전, 찌개, 조림, 맑은 탕의 순서로 기호성향이 평가되었다(그림 14). 그러나 어류에 대한 전반적인 기호도는 육류에 비하여 낮게 나타났다. 생선 종류별로는 그림 15에서와 같이 오징어나 조개의 경우 기호도가 생선에 비하여 약간 높고 생선 종류별로는 고등어, 풍치 등이 가장 기호도가

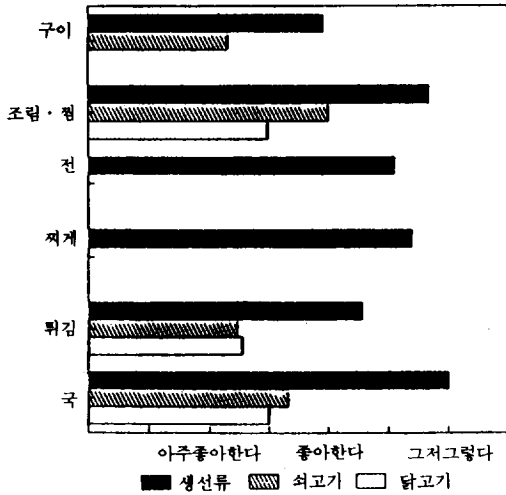


그림 14. 조리 방법에 따른 육류와 생선류의 기호도

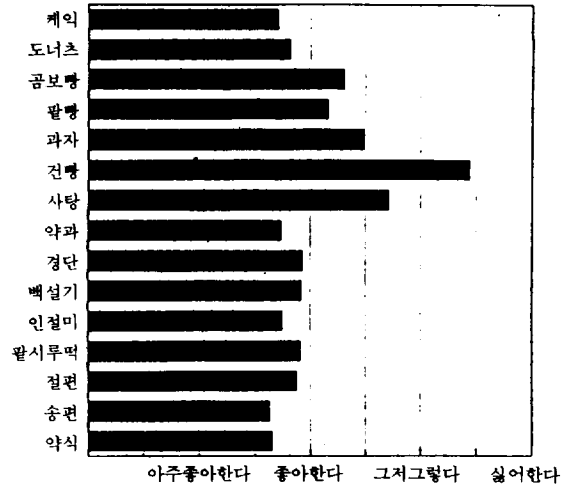


그림 16. 떡, 과자, 빵류에 대한 기호도

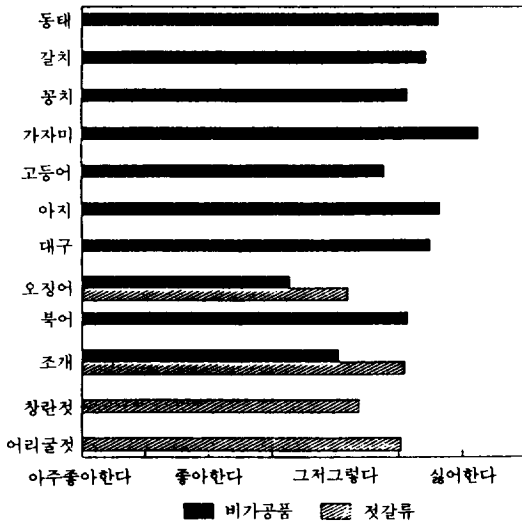


그림 15. 어패류에 대한 기호도

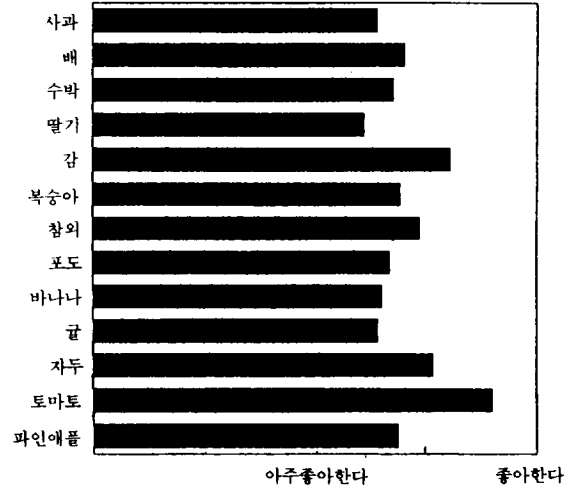


그림 17. 과일류에 대한 기호도

높고 다음이 갈치, 동태, 아지의 순으로 관찰되었다. 가자미의 경우 기호도가 비교적 낮게 관찰되었다. 젓갈류의 경우에는 전반적인 기호도는 중정도인 것으로 관찰되었으며, 그 중 오징어젓이 가장 높고, 다음은 어리굴젓, 조개젓의 순서로 기호도가 관찰되었다.

9) 후식류이나 간식 대응식품에 대한 기호도

후식이나 간식으로써 케익과 빵종류와 떡류에 대한 기호도를 조사해 본 결과, 떡류에 대한 기호도가 비교적 높음을 관찰할 수 있었다. 떡 중에서도 송편이나 인절미 절편에 대한 기호도가 다른 종류의 떡보다 기호성이 더 높은 것으로 나타났다(그림 16). 빵류에서는 케익이 가장 기호도가 높고 다음이 도너츠, 팔빵, 소

보(곰보빵)의 순으로 조사되었다. 전빵이나 사탕은 기호성이 비교적 낮게 평가되었다.

10) 과일류에 대한 기호도

과일의 경우에는 토마토와 감을 제외하고는 비교적 과일에 대한 기호도는 전체적으로 상당히 높게 관찰되었다(그림 17). 과일의 종류별 기호성향은 딸기가 가장 높으며 다음이 사과, 귤, 바나나, 포도, 수박, 파인애플, 복숭아, 배, 참외, 자두, 감, 토마토의 순으로 기호도가 평가되었다.

11) 음료에 대한 기호도

각종 음료는 전반적으로 기호도가 높은 편이며, 그 중에서도 주스류와 과일베타, 우유에 대한 기호도가

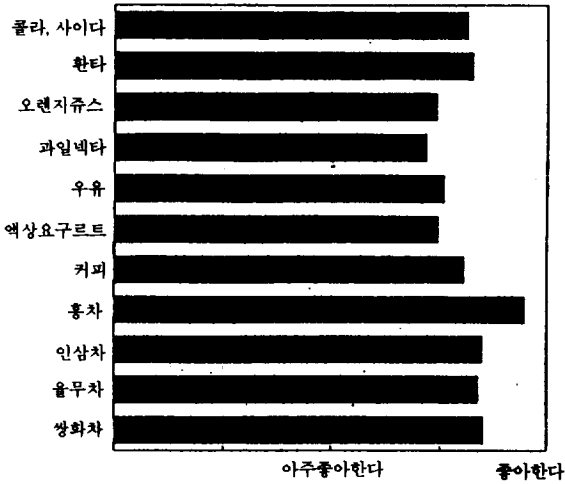


그림 18. 음료에 대한 기호도

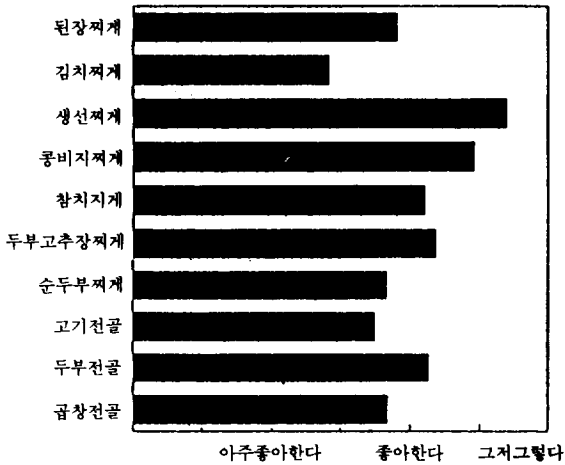


그림 19. 찌개류 및 전골류의 기호도

높은 것으로 조사되었다. 또한, 차갑게 먹는 음료수가 뜨겁게 먹는 음료에 비하여 선호도가 더 높으며, 찬 음료 중에서는 과일넥타류가 기호도가 가장 높고 다음이 오렌지주스, 요구르트, 우유, 콜라 사이타의 순으로 선호도가 평가되었다. 뜨거운 음료의 경우에는 커피에 대한 기호도가 가장 높고 다음이 인삼차, 울무차, 쌍화차, 홍차의 순서로 기호도가 관찰되었다(그림 18).

이상과 같이 각 식품에 대한 기호도가 관찰되었으며, 조리방법면에서는 구이나 튀김을 조림보다 선호하는 경향이 관찰되었으며, 국보다는 찌개류를 좋아하는 것으로 조사되었다. 찌개의 경우 그림 19에서와 같이 생선찌개의 경우를 제외하고는 전체적으로 기호도가 높은 편이며 특히 김치찌개, 두부찌개, 된장찌개에 대한 높은 기호성향이 관찰되었다. 이는 취사담당관의

인터뷰에서도 일반적으로 지적된 기호도와 일치한다.

식품에 대한 기호도는 조리 방법에 따라 많은 차이가 있으며, 같은 식품의 경우 여건이 허용되면 기호도가 높은 방법으로 조리하는 것이 단체급식처에서 잔식량을 줄일 수 있다고 본다. 영양가의 공급량이 유사하면, 조리 환경이 이를 허용할 경우 되도록 기호성향이 높은 방법으로 식품을 가공 조리하여 급식하는 것이 바람직하다.

IV. 결 론

대한민국의 국방을 담당하고 있는 국군 장병들이 보다 효율적이고 향상된 급식을 제공하기 위한 기초 조사로써 실시된 본 연구는 육, 해, 공군으로 나뉘어진 평균 연령 21.8세인 단기복무자를 그 대상으로 하였다. 이들을 대상으로 현재 급식 및 식생활 관련 사항과 190 가지 식품에 대한 기호도를 조사한 결과는 다음과 같다.

이들의 군복무 중의 식생활 행동의 조사결과는 현재의 급식에 대하여 맛의 개선이나 같은 음식이 자주 반복되어 급식되는데 대한 불만족을 주요 문제점으로 지적하였다. 이와 연관되어 음식을 매식하는 행위도 이러한 질적 차원의 문제 즉, 맛에 대한 불만족을 해결하기 위하여 주로 매식을 한다고 대답하였다. 아울러 현재 급식에 있어서는 조리방법을 좀더 다양화하고, 반찬수를 늘리며, 음식의 맛이 개선되기를 원하는 것으로 조사되었다. 이러한 점이 지적된 것으로 보아 군 장병들은 현재 급식에 대하여 양적인 차원에서는 만족을 하나, 앞으로는 보다 질적인 차원에서의 급식의 향상을 기대 하는 것으로 사료된다.

적절한 영양 공급이 더욱 필요한 청장년층에 해당 되는 본 연구의 피조사자들에게 식습관의 변화와 함께 달라 질 수 있는 식품에 대한 기호도를 조사해 본 결과는 다음과 같다. 주식으로써 밥의 경우 오곡밥이 쌀 밥보다 높은 기호성향을 가지며, 이는 다양한 잡곡류의 선호를 반영하는 것이다. 국류는 육류를 이용한 국이 야채국이나 생선국에 비하여 기호가 높았으며, 특히 육류는 쇠고기에 대한 기호가 높음을 시사하고 있다. 볶음밥이나 비빔밥과 같은 일품음식이나 국수류, 만두류에 대해서는 전반적으로 높은 기호도가 관찰되었다. 일반적으로 야채에 대한 기호도도 높은 편이며, 생채를 숙채보다 선호하는 것으로 나타났다. 음료는 일반적으로 좋아하며, 후식류에 대한 기호도가 높고, 떡 중에는 송편과 인절미를 좋아하는 것으로 조사되었다. 반면에 생선을 이용하여 조리한 음식이나 전골, 사탕류에 대하여는 비교적 낮은 선호도를 보였다.

이들은 조리방법면에 있어서 조림보다는 기름을 많이 사용한 튀김을 선호하며, 국보다는 찌개를 더 좋아하는

것으로 나타났다.

이상에서 관찰된 바와 같이 본 조사대상자들은 급식에 있어서 양적인 증가보다는 맛이나 다양성에 대한 질적인 개선을 지적하고 있으므로 보다 다양한 식품수급이 요구된다. 또한 더욱 개발된 조리 방법과 이를 위한 급식 시설도 보완되어야 한다. 이러한 개선을 통하여 신체 활동량이 많은 청장년층에 해당되는 국군장병의 기호와 영양을 고려한 향상된 급식이 이루어져야겠다.

참고문헌

1. 배종찬 : 한국 식품 소비패턴의 변화, 식품과학, 13(1), 22(1980)
2. 정혜경 : 한국의 사회, 경제적 변동에 따른 식생활 변천, 이화여자대학교 대학원(1988)
3. 이영미 : 도시 청소년의 식생활 행동과 식품에 대한 가치 평가에 관한 연구, 연세대학교 대학원 박사학위논문(1986)
4. 보건사회부 : 국민영양 조사 보고서(1976)
5. 보건사회부 : 국민영양 조사 보고서(1986)
6. 손경희, 문수재, 이영미 : 각 연령층에 따른 한국인의 섭식 태도 및 영양 실태의 생태학적 연구, 연세논총, 18, 325(1981)
7. 모수미 : 외식 산업의 발달이 국민 영양 및 식생활에 미치는 영향, 한국영양학회지, 19(2), 120(1986)
8. 한국영양학회 : 식량절약 및 식생활 개선을 위한 균형식단 개발에 관한 연구 (1980)
9. 대한영양사회 : 집단 급식소의 운영 실태 파악을 위한 조사 결과, 국민영양, 100, 28(1988)
10. 김혜영 : 단체 급식에 관한 연구, 대한 가정학회지, 11(1), 57(1973)
11. 이중희 : 여성 근로자의 식품 및 영양 실태에 관한 연구, 성심여대 논문집, 11, 93(1980)
12. 국방과학연구소, 기술보고서 상하(1984)
13. Wyant, K. W. and Meiselman, H. L. : Sex and race differences in food preferences of military personnel, J. Am. diet. Asso. 84, 169(1984)
14. Meiselman, H.L. and Waterman, D. : Food preferences of enlisted personnel in the armed forces, J. Am. Diet. Asso. 73, 621(1978)
15. Wenkam, N.S. and Lichoton, I.J. : Energy intake and nutrient intakes of soldiers consuming MRE operational rations, J. Am. Diet. Asso., 89(3), 407(1989)