

식생활의 전통성 유지 측면에서 1995년과 2001년의 학교급식 식단 비교 분석연구

문현경

단국대학교 식품영양학과

Analysis of Menu in School Food Service ;
Comparing the Use of Traditional Menu between 1995 and 2001

Moon, Hyun-Kyung

Dept. of Food and Nutrition, Dankook University

ABSTRACT

Currently, dietary life in Korea is rapidly changed by newly introduced food from other countries to the diet due to changing economic and social environment. Also, the number of meals away from home is increasing. With these trends, number of students who served by the school food service are increasing. In this paper, menu in the school food service are compared between 1995 and 2001. Analysis was done to see changes in the use of Korean traditional foods. Between July, 2001 and August, 2001, by mail, 103 schools were surveyed to analyzed menu. Menu from 2001 survey are compared with menu from 1995 survey. The results are following: 1) New menus are introduced in 2001 compared with 1995. 2) The number of menu using animal foods are increasing in 2001. 3) Among cooking methods, stir frying and deep frying are used more in 2001 than that of 1995. 4) The number of Korean dish served are decreased in 2001. 5) Students' favorite dishes are changed. Students like dishes cooked with deep frying method and western foods. With these results, menu for school food services are became more westernized and using more frying methods because of students' taste preference. These trend are not recommendable for the students health, because it is known that Korean traditional dishes are more healthful. There should be more research and effort to keep Korean traditional foods in the menu of the school food service

접수일 : 2002년 12월 17일, 채택일 : 2003년 1월 13일

Corresponding author : Moon, Hyun-Kyung, Department of Food and Nutrition, Dankook University, San 8, Hannam-dong, Yongsan-gu, Seoul 140-741, Korea

Tel : 02)709-2445, Fax : 02)792-7960, E-mail : moonhk52@unitel.co.kr

for students' health.

KEY WORDS : school food service, Korean traditional food, menu

서론

현대는 가사 노동의 사회화로 인하여 우리의 가정에서 하던 많은 식생활을 위한 노동이 사회화되고 있다. 현재의 식생활을 보면 이미 우리 식생활의 많은 부분이 사회화 되었다. 삼십년 전만 하더라도 우리의 식생활의 근간을 이루는 장류는 대부분 가정에서 만들어졌었다. 그러나 산업화, 도시화는 더 이상 가정에서 장류의 생산을 행해질 수 없게 했으며, 다른 부분의 식생활도 이미 사회화되어가고 있다. 이제 가공식품의 생산과 소비가 증가하고 있고, 외식의 증가 속도도 급속히 늘어나고 있어서 가정 밖의 식사가 우리의 중요한 식생활의 일부가 되었다.¹⁾

가사 노동의 사회화의 큰 물결은 학교도 피할 수 없어서, 가정에서 준비된 도시락이 아닌 학교급식은 국민들의 요구와 이에 따른 정치적인 결단으로 급속히 증가하게 되었다. 2001년 학교 수의 87.1%와 학생수의 68.9%가 급식을 실시하게 되었다. 이 증가는 계속될 것으로 보여져 수년 내에 모든 학생이 학교급식을 이용할 수 있게 될 것으로 예상된다.²⁾

이렇게 급속히 진행되는 식생활의 사회화는 우리의 식생활을 변화해 갈 것이며, 이런 식생활의 변화는 우리의 건강에 많은 영향을 줄 것이다. 실제 식생활은 가사 노동의 사회화에만 영향을 받는 것이 아니라 여러 가지 요인들이 영향을 준다. 근본적으로 식품생산과 유통구조, 사회, 경제, 정치적인 구조를 기본으로 가족구성, 전통, 생활습관, 또 개인의 교육정도, 건강, 신념, 종교, 직업, 주거지 등 수많은 요인들이 영향을 준다.³⁾

현재 우리나라는 식생활에 영향을 주는 많은 요인들이 지난 삼십년간 빠른 속도로 변화하고 있다. 현재 우리 사회의 변화 속도나, 변화 정도를 감안할 때, 우리의 식생활이 어떻게 변화할 것인가는 누구도 장담하기 어려

울 것이다. 현재 우리의 식생활의 변화 결과에 따라 장래 우리 국민의 건강이 결정된다는 것은 다른 나라의 경우를 볼 때 유추해 볼 수 있다.⁴⁾

현재도 우리나라의 사망원인을 보면, 뇌졸중, 심장병 등 순환기계 질환과 각종 암 등이 우위를 차지하고 있으며, 이런 질병들이 식생활과 연관되어 있다는 것은 잘 알려져 있다. 이런 질병이 생기려면 많은 시간이 필요하기 때문에 예방을 위해서는 지금부터라도 식생활에 대한 관찰이 필요하다.

질병 예방과 건강 증진을 위해서는 이제 우리가 우리의 식생활이 어떻게 변할 것인가를 기다릴 것이 아니라, 국민의 건강에 도움이 되는 방향으로 나갈 수 있도록 방향을 제시해 주고, 여기에 대한 교육이 실시되어야 할 것이다. 식생활에 대한 정보를 제공하여, 그 지식을 기반으로 실제 식생활에 변화를 주어 식품섭취가 바뀌는 것은 성인이 될수록 어렵다는 것은 여러 연구에서 밝혀진 바 있다. 어렸을 때 가진 식생활이 성인이 되어서도 계속되기 때문에 바뀌는 것이 어렵다.

다행히 우리나라에서는 초·중·고에서 거의 모든 학생들에게 급식이 곧 실시될 것이다. 그래서 초·중·고에서 학생들에게 적절한 식생활을 가르칠 수 있는 기회가 있는 것은 국가 전체로 볼 때는 너무나 다행스러운 일이다. 이렇게 모든 학생들에게 급식이 실시된다면 우리 학생들이 무엇을 어떻게 먹는 지 좀 더 관심을 가지고 살펴보아야 한다. 즉, 이들이 많은 시간을 보내는 학교에서 급식이 어떻게 되어 가는 지 관심을 가져야 할 것이고, 이것이 어떻게 변화해 나가는 지 추이를 관찰하여 바람직한 방향으로 나가도록 해야 할 것이다.

학교급식 식단에 대한 과거의 연구를 보면 식단의 질을 향상시키기 위한 연구^{5,6)}와 아동의 기호도에 대한 연구^{7,10-15)} 식단의 영양적인 면, 다양성, 전통성^{3, 16-19)} 등에 대한 횡단적 연구는 있으나 식단의 변화 방향에 대한 연구는

찾아보기 어려운 실정이다.

본 연구에서는 2001년에 실시되고 있는 학교급식을 분석하여 식단을 알아본 후, 과거의(1995년) 학교급식 식단과 전통성 유지 측면을 중심으로 비교하여 앞으로 변화의 방향을 살펴보고자 하였다.

연구내용 및 방법

식단의 변화를 살펴보기 위하여 1995년도 학교급식 식단과 2001년도의 학교 급식 식단을 비교하였다. 현재의 학교급식 식단을 분석하기 위해서 2001년 7월부터 8월까지 두 달간 초등학교를 대상으로 학교 급식 식단과 관련 요인에 대해 우편으로 설문조사를 실시하여 식단 분석을 실시하였다. 설문지 내용과 조사 방법은 선행 연구에 보고되었다.¹⁹⁾

조사된 설문지의 분석 결과는 1995년도에 조사된 388개교의 학교급식 식단과 비교되었다. 1995년도 조사 방법 및 대상 등은 선행 논문에 보고되었다.^{3, 8, 18)}

표 1. 지역별 학교 수와 비율 비교 단위 : N(%)

지역(지역코드)	학교 수(%)		
	2001년	1995년	
대도시	서울(01)	3(2.9)	47(12.1)
	부산(02)	5(4.9)	14(3.6)
	대구(03)	3(2.9)	15(3.9)
	인천(04)	1(1.0)	8(2.1)
	광주(05)	5(4.9)	9(2.3)
	대전(06)	2(1.9)	3(0.8)
	울산(07)*	5(4.9)	-
소 계	24(23.3)	96(24.7)	
중소도시	강원(08)	10(9.7)	31(8.0)
	경기(09)	3(2.9)	19(4.9)
	경남(10)	9(8.7)	41(10.6)
	경북(11)	15(14.6)	81(20.9)
	전남(12)	15(14.6)	26(6.7)
	전북(13)**	0(0.0)	27(7.0)
	충남(14)	16(15.5)	28(7.2)
	충북(15)	3(2.9)	27(7.0)
	제주(16)	8(7.8)	12(3.1)
	소 계	79(76.7)	292(75.3)
	합 계	103(100.0)	388(100.0)

*1997년에 울산이 울산광역시로 승격되면서, 대도시에 포함되었음

표 2. 섭취음식을 평가하는 척도(6분류)

구 분	정 의
1 한국식	전통적으로 전해 내려오는 한국고유의 조리법과 재료에 의해 만들어진 음식
2 서양식	서양에서 전래된 조리법과 재료로 만들어진 음식 즉, 우리나라에서 아무런 변형이 이루어지지 않은 서양음식
3 동양식	일본이나 중국 고유음식 재료와 조리법으로 만들어진 우리나라에서 아무런 변형이 이루어지지 않은 동양음식
4 한국 절충식	고유 한국음식을 만드는 데는 쓰이지 않는 재료를 고유한 한국음식 조리법으로 만든 음식
5 서양 절충식	고유 한국음식 재료를 서양 조리법으로 만든 음식
6 동양 절충식	한국이나 서양음식 재료를 동양(주로 일본, 중국)에서 주로 이용되는 조리법으로 만든 음식

설문지는 대도시 지역 24개교, 중소도시가 79개교, 총 103개교가 조사되었다(표 1). 1995년과 비교하여 대도시 및 중소도시 비율은 비슷해서, 비교가 가능하였으나, 학교수의 차이가 커서 통계적 유의성은 보지 않고 단순 비교만을 시행하였다. 2001년 조사와 1995년의 조사는 조사 방법이 우편을 이용하였고 조사 내용도 학교 급식 식단과 관련 요인을 학교에 근무하는 영양사를 대상으로 했기 때문에 그 결과를 비교할 수 있었다. 전통식에 대한 분류는 이종미 등¹⁹⁾을 기준으로(표 2) 분류하였고, 전통식 분류는 문헌을 참고로 분류하였으며 1995년과 2001년에 동일한 원칙이 이용되었다.^{16, 21)}

연구결과 및 고찰

1. 식단관리 및 관련 요인 분석

식단의 작성시 영양사 연령과 경력, 급식인원수, 급식 시설 등이 영향을 줄 것이므로 이런 관련 사항을 비교하였다.

지역별로 학교에 근무하는 영양사는 57%가 30대였고, 총 경력은 2년에서 5년이 42.2%였다(표 3). 이것은 1995년의 경우와 비슷했으나 1년 이하의 영양사 비율은 감소하고, 경력영양사가 많이 있었다. 급식인원수는 대도시의 경우 110명에서 2220명까지, 중소도시의 경우 11명에서 2330명까지 다양하였다(표 4). 대부분의 학교(80.2%)에서

1학년부터 6학년까지 전학년 급식을 하고 있었다. 평균 급식비는 평균 1,424원으로, 1995년 조사시의 1,231원보다 상승했다.

학교급식의 배식은 대도시는 교실 배식이, 중소도시는 식당 배식이 많았다(표 5). 조리 준비, 조리, 배식, 정리 시간은 지역별로나 95년도와의 비교에서 별 차이가 없었다.

표 3 지역별 학교급식 영양사로서의 총 경력분포 단위 : N(%)

	대도시		중소도시		합 계	
	2001	1995	2001	1995	2001	1995
1년이하	1(4.4)	39(41.5)	6(7.6)	66(22.9)	7(6.9)	105(27.5)
2~5년	12(52.2)	35(37.2)	31(39.2)	131(45.5)	43(42.2)	166(43.5)
6~10년	7(30.4)	4(4.3)	24(30.4)	49(17.0)	31(30.4)	53(13.9)
11~15년	0(0.0)	13(13.8)	8(10.1)	40(13.9)	8(7.8)	53(13.9)
15년이상	3(13.0)	3(3.2)	10(12.7)	2(0.7)	13(12.8)	5(1.3)
무응답	1	2	0	4	1	6
합 계	24	96	79	292	103	388

표 4 본교 및 비조리교 초등학생의 1일 평균 급식인원수

	대도시				중소도시			
	본교		비조리교		본교		비조리교	
	2001	1995	2001	1995	2001	1995	2001	1995
평균	1118	1482	183	369	598	882	113	136
표준편차	453	507	204	319	579	541	123	178
범위	110~	107~	35~	53~	11~	119~	23~	29~
	2220	3104	415	1242	2330	2714	655	1250

표 5 지역별 배식 장소*의 분포 단위 : N(%)

	대도시		중소도시 및 농촌		합 계	
	2001	1995	2001	1995	2001	1995
교실	11(45.8)	55(57.9)	18(23.1)	61(21.9)	29(28.4)	116(31.0)
식당	10(41.7)	21(22.1)	55(70.5)	208(74.6)	65(63.7)	229(61.2)
교실+식당	-	18(19.0)	-	2(0.7)	-	20(5.4)
기타	3(12.5)	1(1.1)	5(6.4)	8(2.9)	8(7.8)	9(2.4)
무응답	0	1	1	13	1	14
계	24	96	79	292	103	388

* 95년도별로 지역간의 유의적 차이가 있음(p<0.05)

메뉴관리를 위하여 표준화된 메뉴를 사용하는 학교가 69.0%로 1995년도의 58.4%보다 많이 사용하는 것을 알 수 있고(표 6), 메뉴주기도 한 달이 32.4%로 가장 많아(표 7), 1995년보다 주기가 길어졌음을 알 수 있다.

메뉴에 가공식품을 사용하는가에 대한 조사결과에서는 경향을 볼 때 전반적으로 대도시가 사용비율이 높고

사용하고 있는 가공식품으로는 장류가 100% 사용하고, 냉동만두, 햄, 어묵, 카레류가 사용비율이 높은 것을 알 수 있다. 그렇지만 대부분의 학교에서 '앞으로는 가공식품을 사용하지 않겠다'라고 하고 있으나 앞으로 식품산업의 발달로 가공식품의 품질이 좋아질 것이고, 또한 인건비의 상승과 환경오염 문제로 많은 생식품이 가공식품의 형태로 판매될 것이므로 가공식품을 사용하지 않는 것보다 올바른 가공식품의 사용이 되도록 하여야 할 것이다.

표 6 지역별 조리과정에서 표준화된 조리법의 사용 여부 분포 단위 : N(%)

	대도시		중소도시 및 농촌		합 계	
	2001	1995	2001	1995	2001	1995
사용하는 학교	15(62.5)	58(63.0)	54(71.1)	157(56.9)	69(69.0)	215(58.4)
사용하지 않는 학교	9(37.5)	34(37.0)	22(29.0)	119(43.1)	31(31.0)	153(41.6)
무응답	0	4	3	16	3	20
합 계	24	96	79	292	103	388

표 7 지역별 메뉴주기 분포 단위 : N(%)

	대도시		중소도시 및 농촌		합 계	
	2001	1995	2001	1995	2001	1995
1주일	1(4.2)	4(4.3)	19(24.4)	93(33.3)	20(19.6)	97(26.0)
10일	1(4.2)	10(10.6)	2(2.6)	4(1.4)	3(2.9)	14(3.8)
15일	1(4.2)	2(2.1)	1(1.3)	7(2.5)	2(2.0)	9(2.4)
1개월	10(41.7)	41(43.6)	23(29.5)	50(17.9)	33(32.4)	91(24.4)
계절별	3(12.5)	1(1.1)	5(6.4)	23(8.2)	8(7.8)	24(6.4)
사용하지 않음	8(33.3)	36(38.3)	27(34.6)	102(36.6)	35(34.3)	138(37.0)
1개월+계절별	0(0.0)	-	1(1.3)	-	1(1.0)	15
무응답	0	2	1	13	1	-
합 계	19	96	79	292	103	388

학교급식에서 추진되어야 할 항목을 점수 척도로 조사한 결과 메뉴관리의 전산화가 가장 시급한 문제로 떠올랐으며, 대도시에서는 배식 기구의 다양화 및 현대화, 중소도시에서는 선택메뉴가 가장 중요한 것으로 배점이 주어졌다. 현재와 같이 컴퓨터가 일상화한 환경에서 메뉴관리가 전산화되지 못했다는 것은 효율적인 식단관리에 있어서는 필수적인 요소가 결여된 것으로 보인다. 또한 학교급식의 다양화를 위해서는 기구의 다양화와 현대화가 되어야 할 것이다.

학교급식에서 특히 대도시의 경우 급식인원이 많기 때문에 메뉴평가에서 조리나 배식 시간, 온도 등이 중요한 요인인 것을 볼 수 있었으며, 특히 한국 전통 음식의 조리가 복잡하고 적은 배식이 중요해서, 이런 점에 대한 연구의 필요성을 잘 보여주어 주고 있다.

학생들을 소비자 차원에서 본다면 학생들의 만족도도 중요한데, 이 만족도는 설문지 조사와 잔식량으로 조사 되는 것을 볼 수 있었고, 만족도는 약간 만족하는 경우가 많았다. 식단의 다양화를 위해서는 기기 및 시설도

상당히 중요한데 전반적인 시설은 2001년에 1995년에 비해서 많이 좋아진 것으로 보인다.

전체적으로 식단관리나 관련요인은 1995년과 2001년에 큰변화는 없으나, 변화의 방향은 바람직했다는 것을 보여주고 있다.

2. 제공된 학교급식 식단

현재 제공되고 있는 식단을 분석하여 1995년과 비교하

표 8 전체식단(주식/국) 빈도 비교

No	주식류				국 류			
	2001년		1995년		2001년		1995년	
	음식명	빈도(%)	음식명	빈도(%)	음식명	빈도(%)	음식명	빈도(%)
1	보리밥	320(10.6)	보리밥	650(18.9)	미역국	214(9.2)	미역국	288(9.0)
2	쌀밥	258(8.5)	콩밥	380(11.0)	된장국	144(6.2)	콩나물국	164(5.1)
3	잡곡밥	195(6.5)	쌀밥	312(9.1)	육개장	138(5.9)	육개장	142(4.4)
4	콩밥	190(6.3)	조밥	239(6.9)	쇠고기국	120(5.1)	달걀국	139(4.4)
5	조밥	169(5.6)	수수밥	223(6.5)	순두부찌개	119(5.1)	쇠고기국	126(3.9)
6	비빔밥	166(5.5)	팥밥	179(5.2)	어묵국	118(5.0)	무국	125(3.9)
7	현미밥	160(5.3)	찰밥	173(5.0)	콩나물국	102(4.4)	배추국	116(3.6)
8	수수밥	153(5.1)	잡곡밥	144(4.2)	배추국	91(3.9)	어묵국	116(3.6)
9	기장밥	128(4.2)	비빔밥	115(3.3)	아욱국	91(3.9)	북어국	108(3.4)
10	수제비	97(3.2)	기장밥	114(3.3)	무국	87(3.7)	시금치국	81(2.5)
11	짜장밥	91(3.0)	현미밥	105(3.1)	된장찌개	87(3.7)	두부국	77(2.4)
12	카레라이스	88(2.9)	자장밥	91(2.6)	해물찌개	87(3.7)	된장찌개	70(2.2)
13	장국국수	86(2.8)	볶음밥	69(2.0)	닭개장	82(3.5)	순두부찌개	67(2.1)
14	팥밥	83(2.7)	하이라이스	64(1.9)	달걀국	81(3.5)	아욱국	62(1.9)
15	콩나물밥	70(2.3)	콩나물밥	62(1.8)	북어국	78(3.3)	갈비탕	60(1.9)
16	짬뽕	69(2.3)	카레라이스	61(1.8)	갈비탕	67(2.9)	해물찌개	59(1.8)
17	찰밥	68(2.3)	옥수수밥	46(1.3)	동태찌개	64(2.7)	김치국	58(1.8)
18	김치볶음밥	67(2.2)	영양밥	43(1.3)	김치국	58(2.5)	김치찌개	58(1.8)
19	만두국	66(2.2)	고구마밥	43(1.3)	김치탕	50(2.1)	수제비	53(1.7)
20	스파게티	64(2.1)	밤밥	42(1.2)	김치찌개	49(2.1)	동태찌개	45(1.4)
21	볶음밥	56(1.9)	잡채밥	29(0.8)	부대찌개	49(2.1)	닭개장	43(1.3)
22	떡(만두)국	55(1.8)	속살밥	24(0.7)	시래기국	47(2.0)	동태국	38(1.2)
23	하이라이스	54(1.8)	오징어덮밥	21(0.6)	오징어국	45(1.9)	근대국	37(1.2)
24	오징어덮밥	53(1.8)	오곡밥	18(0.5)	조개국	42(1.8)	오징어국	37(1.2)
25	오곡밥	46(1.5)	오므라이스	17(0.5)	곰국	41(1.8)	만두국	36(1.1)
26	잡채밥	45(1.5)	야채밥	16(0.5)	근대국	41(1.8)	조개국	33(1.0)
27	영양밥(돌솥밥)	37(1.2)	김자밥	16(0.5)	삼계탕	38(1.6)	꽃개탕	33(1.0)
28	옥수수밥	31(1.0)			꽃개탕	38(1.6)	버섯국	33(1.0)
29	밤밥	29(1.0)			우거지국	37(1.6)		
30	고구마밥	27(0.9)			김치국	33(1.4)		

였다. 표 8, 표 9에서는 학교급식의 제공형태인 밥류, 국류, 반찬류, 후식류로 분류하여 비교하였다. 우선 2001년에는 1995년보다 종류가 많아졌으며 2001년에 학교수가 적은데도 불구하고 제공하는 음식의 종류가 많아서, 식단이 다양해졌음을 보여주고 있다.

주식의 경우 국수류가 많이 포함되어 있었고, 밥도 일품요리가 많이 포함되었다. 국과 반찬은 동물성 식품이 주가 된 국이 많이 제공되었으며, 후식은 상당히 다양성을 보여주고 있다.

표 10에서는 이것을 음식군별로 주식, 국, 반찬, 후식으로 분류하여 살펴보았다. 우선, 각각의 음식에서 보았듯이 면 및 만두류와 빵류의 제공빈도가 높아졌음을 알 수 있다. 국으로 사용된 것은 종류가 도리어 2001년에 비해 감소하였고, 반찬류의 음식군도 줄었음을 알 수 있다. 반찬류에서 제공빈도가 증가한 음식군은 전 및 부침류, 볶음류, 튀김류의 증가로 볼 수 있다. 후식은 2001년에 과일류가 줄어 든 것을 볼 수 있었다. 이것을 다시 전체적으로 음식군별로 물어보면 튀김류의 증가와 볶음, 조리,

표 9. 전체식단(반찬/후식) 빈도 비교

No	반찬류				후식류			
	2001년		1995년		2001년		1995년	
	음식명	빈도(%)	음식명	빈도(%)	음식명	빈도(%)	음식명	빈도(%)
1	배추김치	962(26.2)	배추김치	2084(21.5)	우유	624(50.8)	우유	439(32.6)
2	깍두기	216(5.9)	깍두기	576(5.9)	요구르트	83(6.8)	사과	161(12.0)
3	잡채	193(5.3)	오이생채	268(2.8)	딸기	65(5.3)	딸기	157(11.7)
4	오이생채	138(3.8)	콩나물	186(1.9)	체리토마토	53(4.3)	요구르트	101(7.5)
5	돼지갈비찜	120(3.3)	잡채	160(1.6)	사과	51(4.2)	포도	75(5.6)
6	떡볶음	119(3.2)	김구이	148(1.5)	굴	43(3.5)	토마토	67(5.0)
7	돼지고기볶음	118(3.2)	시금치나물	138(1.4)	약식	35(2.9)	굴	56(4.2)
8	돈까스	113(3.1)	떡볶음	127(1.3)	감	26(2.1)	체리토마토	51(3.8)
9	돼지고기불고기	105(2.9)	묵무침	119(1.2)	포도	25(2.0)	감	34(2.5)
10	탕수육	95(2.6)	숙주나물	117(1.2)	바나나	24(2.0)	밥	30(2.2)
11	콩나물	93(2.5)	탕수육	102(1.1)	배	23(1.9)	배	23(1.7)
12	생선까스	92(2.5)	달걀부침	96(1.0)	닭죽	22(1.8)	바나나	17(1.3)
13	숙주나물	92(2.5)	단무지	95(1.0)	고기죽	18(1.5)	경단	16(1.2)
14	오징어볶음	87(2.4)	총각김치	95(1.0)	호상발효유	18(1.5)	매쉬드포테이토	12(0.9)
15	시금치나물	86(2.3)	돈까스	93(1.0)	참외	18(1.5)	송편	11(0.8)
16	해물파전	82(2.2)	과일샐러드	88(0.9)	토마토	17(1.4)	호상발효유	10(0.7)
17	오징어무침	79(2.2)	무생채	84(0.9)	경단	11(0.9)	참외	9(0.7)
18	과일샐러드	76(2.1)	김자조림	83(0.9)	팔죽	9(0.7)	약식	9(0.7)
19	달걀부침	74(2.0)	돼지갈비찜	76(0.8)	호박죽	9(0.7)	금굴	7(0.5)
20	묵무침	72(2.0)	돼지고기볶음	71(0.7)	밤	7(0.6)		
21	닭찜	69(1.9)	야채샐러드	71(0.7)	두부	6(0.5)		
22	야채튀김	69(1.9)	고구마맛탕	70(0.7)	송편	6(0.5)		
23	닭튀김	68(1.9)	오징어무침	69(0.7)	금굴	5(0.4)		
24	도라지생채	68(1.9)	열무김치	69(0.7)	푸딩	5(0.4)		
25	상추절이	67(1.8)	기타샐러드	68(0.7)	절편	5(0.4)		
26	닭고기조림	65(1.8)	말치볶음	67(0.7)	셰이크	4(0.3)		
27	배추겉절이	64(1.7)	오징어볶음	67(0.7)	키위	4(0.3)		
28	고등어조림	63(1.7)	김자볶음	65(0.7)	꿀떡	4(0.3)		
29	총각김치	62(1.7)			무지개떡	4(0.3)		
30	편육	61(1.7)			잼, 꿀	4(0.3)		

식생활의 전통성 유지 측면에서 1995년과 2001년의 학교급식 식단 비교 분석연구

표 10. 음식군별 전체식단(주식/국/반찬/후식) 제공빈도 단위 : N(%)

No	2001년		1995년	
	음식명	빈도(%)	음식명	빈도(%)
주식류	1	밥류 2750(78.7)	밥류 3352(97.5)	
	2	면 및 만두류 604(17.3)	면 및 만두류 50(1.5)	
	3	빵류 141(4.0)	죽류 20(0.6)	
	4		국 및 탕류 11(0.3)	
	5		빵류 5(0.1)	
	6		볶음류 1(0.0)	
국류	1	국 및 탕류 2366(76.2)	국 및 탕류 2249(76.7)	
	2	찌개류 741(23.8)	찌개류 606(19.0)	
	3		면 및 만두류 136(4.3)	
	4		죽류 2(0.1)	
반찬류	1	나물 및 무침류 2080(25.3)	김치류 3029(31.2)	
	2	김치류 1405(17.1)	나물 및 무침류 2310(23.8)	
	3	튀김류 1080(13.2)	볶음류 985(10.1)	
	4	볶음류 1059(12.9)	조림류 969(10.0)	
	5	조림류 905(11.0)	튀김류 942(9.7)	
	6	전 및 부침류 527(6.4)	구이류 445(4.6)	
	7	찜류 447(5.4)	전 및 부침류 379(3.9)	
	8	구이류 442(5.4)	찜류 267(2.7)	
	9	양념류 206(2.5)	생채소 및 생식품 114(1.2)	
	10	회류 30(0.4)	양념류 105(1.1)	
	11	젓갈류 23(0.3)	빵류 75(0.8)	
	12	장아찌류 8(0.1)	면 및 만두류 39(0.4)	
	13		젓갈류 19(0.2)	
	14		회류 18(0.2)	
	15		장아찌류 12(0.1)	
	16		죽류 2(0.0)	
후식류	1	우유 및 유제품 731(57.1)	과일류 557(41.4)	
	2	과일류 304(23.8)	우유 및 유제품 554(41.1)	
	3	생채소 및 생식품 159(12.4)	생채소 및 생식품 150(11.1)	
	4	떡류 76(5.9)	떡류 68(5.0)	
	5	기타류 7(0.5)	기타류 16(1.2)	
	6	음료류 3(0.2)	음료류 2(0.1)	

구이, 찌개, 전 및 부침류, 찜류의 증가와 밥류와 김치류의 감소를 들 수 있을 것이다.

표 11에서 제공된 메뉴들이 한국식인가를 분류하였다. 표 2의 정의에 따라 음식을 분류한 결과 주식에서는 1995년과 비교한 결과 한국식이 줄고 서양식이 늘어나 있으며, 국류와 반찬류에서는 큰 변동이 없었다. 후식에서는 서양식이 2001년에 비해 증가하였다. 전체적으로(표 12), 한국식이 줄고 서양식이 증가했음을 보여주고 있다.

표 11. 전통식, 비전통식 전체식단(주식/국/반찬/후식) 제공빈도 단위 : N(%)

No	2001년		1995년	
	음식명	빈도(%)	음식명	빈도(%)
주식류	1	한국식 2509(71.1)	한국식 3005(87.4)	
	2	동양 절충식 474(13.4)	동양 절충식 277(8.1)	
	3	서양식 207(5.9)	서양 절충식 81(2.4)	
	4	동양식 197(5.6)	동양식 57(1.7)	
	5	서양 절충식 92(2.6)	한국 절충식 14(0.4)	
	6	한국 절충식 16(0.5)	서양식 5(0.1)	
국류	1	한국식 2707(87.1)	한국식 2764(86.6)	
	2	동양 절충식 222(7.1)	동양 절충식 298(9.3)	
	3	한국 절충식 129(4.2)	한국 절충식 88(2.8)	
	4	서양식 27(0.9)	서양식 23(0.7)	
	5	동양식 22(0.7)	동양식 20(0.6)	
	6			
반찬류	1	한국식 6298(76.2)	한국식 7411(76.3)	
	2	서양식 647(7.8)	동양 절충식 754(7.8)	
	3	동양 절충식 622(7.5)	서양식 626(6.4)	
	4	한국 절충식 387(4.7)	한국 절충식 578(6.0)	
	5	동양식 239(2.9)	동양식 237(2.4)	
	6	서양 절충식 77(0.9)	서양 절충식 104(1.1)	
후식류	1	서양식 835(65.5)	한국식 684(50.8)	
	2	한국식 433(34.0)	서양식 649(48.2)	
	3	동양식 5(0.4)	동양식 13(1.0)	
	4	한국 절충식 1(0.1)	한국 절충식 1(0.1)	
	5			
	6			

표 12. 전통식, 비전통식 총 제공빈도 단위 : N(%)

음식명	2001년		1995년	
	빈도	빈도(%)	빈도	빈도(%)
1	한국식	11,947(74.0)	13,864(78.4)	
2	동양식	463(2.9)	327(1.8)	
3	서양식	1,716(10.6)	1,303(7.4)	
4	한국 절충식	533(3.3)	681(3.8)	
5	동양 절충식	1,318(8.2)	1,329(7.5)	
6	서양 절충식	169(1.0)	185(1.0)	
합 계		16,146(100.0)	17,689(100.0)	

3. 기호도가 높은 식단

학교 학생들에게 기호도가 높은 음식은 1995년도와 비교해서 그 순위가 많이 변해 있었다(표 13). 1995년의 1위인 자장면이 10위로 가고, 돈까스가 압도적인 1위였으며, 순위는 바뀌었으나 상위음식은 양쪽 모두 포함되어 비슷했으나 쫄면이 5위로 새로 들어왔으며 13위 스파게티, 14

표 13. 기호도 높은 음식순위 비교 단위 : N

순위	2001년		1995년	
	음식명	빈도	음식명	빈도
1	돈가스	125	자장밥	73
2	탕수육	61	비빔밥	65
3	장국국수	53	양념통닭	58
4	비빔밥	52	떡볶음	48
5	쫄면	45	탕수육	41
6	양념통닭	45	돈가스	39
7	갈비탕	43	볶음밥	30
8	자장면	40	돼지갈비찜	28
9	닭죽	37	미역국	27
10	자장밥	30	카레라이스	23
11	떡볶음	30	육개장	23
12	닭튀김	27	잡채	22
13	스파게티	25	닭튀김	19
14	돼지고기조림(장조림제외)	25	수제비	16
15	닭고기조림	24	삼계탕	15
16	고로케	24	갈비탕	14
17	생선까스	24	닭강정	14
18	김밥	19	하이라이스	13
19	떡(만두)국	19	장국국수	13
20	쇠고기볶음	16	완자조림	12
21	완자조림	16	김치볶음밥	11
22	미역국	14	자장면	11
23	잡채밥	13	쇠갈비찜	11
24	피자	13	감자조림	11
25	꽃게탕	13	고로케	11
26	편육	13	쇠고기불고기	10
27	돼지고기강정	13	과일샐러드	10
28	자장	13	콩나물밥	9
29	김치볶음밥	12	닭죽	9
30	돼지고기불고기	12	돼지고기강정	9

위 돼지고기조림(장조림 제외) 등 새로운 조리기구나 조리법으로 도입이 가능했을 식단들이 들어온 것을 볼 수 있었다.

음식군별로 기호도가 높은 음식을 정리한 결과, 튀김류가 가장 많았으며, 1995년도에 비해 밥류의 기호도가 낮은 것을 볼 수 있다(표 14). 이것을 전통식인가 분류해본 결과 서양식이 가장 많이 증가했음을 알 수 있다(표 15).

현재 제공되는 식단과 기호도가 높은 식단을 분석해본 결과 학교급식 식단이 다양해져서 새로운 메뉴가 많이 제공되어 있으나, 전반적으로 한국식보다는 서양식

음식이 많이 소개되었고, 밥류보다는 밥 이외의 음식들이 소개된 것을 알 수 있었다.

표 14. 기호도 높은 음식군별 순위 비교 단위 : N(%)

순위	2001년		1995년	
	음식명	빈도	음식명	빈도
1	튀김류	13(16.7)	밥류	265(22.8)
2	조림류	11(14.1)	튀김류	245(21.1)
3	밥류	10(12.8)	국 및 탕류	134(11.5)
4	면 및 만두류	9(11.5)	볶음류	112(9.6)
5	국 및 탕류	7(9.0)	나물 및 무침류	75(6.4)
6	구이류	7(9.0)	면 및 만두류	70(6.0)
7	찜류	5(6.4)	조림류	69(5.9)
8	볶음류	4(5.1)	찜류	54(4.6)
9	빵류	3(3.8)	전 및 부침류	40(3.4)
10	전 및 부침류	3(3.8)	구이류	37(3.2)
11			과일류	1(0.1)
합 계		78(100.0)	합 계	1,163(99.8)

표 15. 기호도 높은 전통식, 비전통식 총 제공빈도 단위 : N(%)

순위	음식명	2001년		1995년	
		빈도	비율	빈도	비율
1	한국식	589	(47.0)	515	(44.3)
2	동양식	119	(9.5)	69	(5.9)
3	서양식	257	(20.5)	143	(12.3)
4	한국 절충식	52	(4.2)	158	(13.6)
5	동양 절충식	189	(15.1)	186	(16.0)
6	서양 절충식	46	(3.7)	92	(7.9)
합 계		1,252	(100.0)	1,163	(100.0)

결론 및 제언

학교급식의 대상은 만 6세에서 18세까지의 모든 학생을 대상으로 하고 있다. 이 연령층은 성장과 발육이 지속되는 시기이고, 이 시기의 영양이 미래의 건강에 영향을 준다는 것은 잘 알려져 있다. 또한 식생활을 잘 해야만 영양과 건강이 좋다는 것은 누구나 다 아는 사실이다.

그러나, 식생활은 여러 가지 요인에 의해서 영향을 받으며, 우리나라와 같이 급격한 사회·문화·경제적인 변화를 겪는 나라에서는 식생활이 변화될 것은 당연하다. 그러나 식생활의 변화는 급격히 눈에 보이게 일어나기 보다는 서서히 변화의 방향을 타고 나가게 된다. 물론 우리나라 같이 급격한 환경 변화에서는 그 속도가 조금

빠를 것이다.

그 변화의 방향을 감지하기는 쉽지 않다. 특히 변화된 식생활의 방향으로 나타나는 영양상태 변화, 이로 인한 건강의 변화는 오랜 세월이 지난 후에야 그 결과를 알 수 있다. 그렇다면, 우리가 그 변화의 방향을 알지 못하더라도, 가능하면 우리의 식생활을 바람직한 방향으로 끌어내야 할 것이고, 더구나 성장발육이 일어나고 있는 학생들에게 바람직한 식사를 제공하며, 성장과 발달 뿐 아니라 미래의 건강도 지킬 수 있는 올바른 식습관을 심어주어야 할 것이다²⁶⁾.

우리나라 7세에서 12세까지 연령층의 영양문제를 1998년도 국민건강영양조사자료를 보면, 영양부족 집단과 영양과잉 집단이 공존한다는 것과 에너지에서 지방이 차지하는 비율이 높다는 것을 알 수 있다²⁸⁾.

이 두 문제를 해결하는 방안으로 많은 연구자들이 지적했듯이²⁸⁾ 우리의 전통식생활 즉 밥, 국, 반찬을 기본으로 학교 급식법에서 정한 영양기준을 지키면서 공존해 준다면 영양부족이나 과잉이 있을 수 없으며, 또한 우리의 전통식은 지방의 섭취가 많을 수 없으므로 바람직한 것으로 제안하고자 한다. 실제 영양생태학적으로 볼 때 우리 민족이 4000년 동안 살아오면서 전해온 전통식은 우리 민족의 앞으로의 건강한 생존도 가능할 것이다²⁸⁾.

이런 전통식의 제공을 주장하면서, 현재 우리나라 학교급식에서 어떤 식단을 제공하고 있는가 조사하여, 학교급식 식단의 변화를 보기 위하여 2001년과 1995년 자료를 비교하였다. 그 결과는 1) 식단의 구성에 영향을 주는 영양사의 경력, 급식 시설 및 설비, 메뉴 관리 등은 2001년에 더 바람직한 방향으로 바뀌었다. 2) 2001년의 학교 급식 메뉴는 1995년도 보다 다양해졌다. 3) 제공되는 음식은 2001년에 밥보다는 국수 등 밥 이외의 메뉴가 밥류는 일품 요리가 많이 제공되었다. 4) 제공되는 음식의 조리법은 튀김이나 볶음 등의 조리법이 2001년에 더 많이 사용되었다. 5) 2001년의 메뉴는 한국식 보다 서양식 등 외국 음식이 많이 제공되었다. 6) 학생들이 좋아하는 즉 기호도가 높은 음식은 2001년에 튀김이나 볶음 음식이 증가했으며, 서양식 등 외국 음식의 선호도가 증가되었다.

지금 현재의 식단은 1995년과 비교해 볼 때, 앞에서 본 바와 같이 우리 학생들의 영양문제를 해결하는 방안으로 전통식을 고수하는 것이 좋은 방안으로 제시되었으나 이것과는 상반되는 결과를 보여주고 있다. 이것은 앞으로 학교급식에서 식단에 전통식을 적극적으로 포함해야 하는 노력을 해야한다는 것을 보여주고 있다.

물론 그렇게 하기 위해서는 우리의 전통식사가 단체 급식의 조리나 배식에 적절하도록 레시피 연구, 조리기구, 설비 연구 등이 이루어져야 할 것이고, 학생들의 기호도에 맞는 레시피가 개발되어야 한다. 또한 학생들에게 영양교육을 실시하여 올바른 식생활을 할 수 있도록 함은 물론 우리나라 고유의 전통 식생활에 대한 교육을 통하여 올바른 식생활 문화가 정착 되도록 하여야 한다.

참고 문헌

1. 장유경, 정영진, 문현경, 윤진숙, 박혜련. 기초지역 사회영양학, 신광출판사, 2001.
2. 교육인적자원부 자료, 2001.
3. 정현주. 영양소 함량 및 구성 식품의 다양성을 기준으로 한 전국 초등학교 급식식단 평가, 서울대학교 대학원 석사학위 논문, 1997.
4. 김현아, 박해정. 무안군 초등학교 급식 실태 평가- I. 급식식단의 영양가 및 다양성 평가. 대한지역사회영양학회지 4(1):74-82, 1999.
5. 박신인. 서울 일부 초등학교 급식 식단의 식품 및 영양소 섭취 분석, 한국식생활문화학회지 11(1):61-69, 1996.
6. 이윤주. 인천시 초등학교 급식에서 자주 제공되는 음식의 섭취량과 기호도에 따른 1인 적정량 설정을 위한 기초 연구, 인하대학교 교육대학원 석사학위논문, 1997.
7. 임경숙, 이태영. 학교급식 식단 분석 : 초등학생 급식식단의 음식제공빈도와 학생의 음식기호도 비교 연구, 대한영양사협회 학술지 4(2):188-199, 1998.
8. 정현주, 문수재, 이일하, 유춘희, 백희영, 양일선, 문현경. 전국 초등학교 급식 관리 실태 조사, 한국영

- 양학회지 30(6):704-714, 1997.
9. 김은경. 초등학교 급식의 질적 향상 전략, 국민영양. pp2-15, 1996.
 10. 이흥미. 포천지역 초등학교의 식습관 기호도 조사, 대한지역사회영양학회지 3(6):818-829, 1998.
 11. 강업순, 천종희. 도시·농촌 중학생의 한국 전통 음식에 대한 인식 및 기호도 비교 연구, 한국식생활문화학회지 13(2):97-105, 1998.
 12. 이원표, 방형애. 아동의 기호도와 식습관에 관한 조사연구(Ⅱ), 대한영양사협회 학술지 2(1):69-80, 1996.
 13. 구난숙, 박종임. 대전지역 초등학교생들의 음식 기호도, 대한지역사회영양학회지 3(3):440-453, 1998.
 14. 전삼녀, 노희경. 농촌초등학교의 식습관 및 식품기호도에 관한 연구, 한국식생활문화학회지 13(1):65-72, 1998.
 15. 이선이. 광주지역 초등학교 아동들의 식습관 및 식품 기호도에 관한 조사연구, 한국가정과학회지 4(1):46-61, 2001.
 16. 정현주, 문수재, 이일화, 유춘희, 백희영, 양일선, 문현경. 식생활의 전통성 유지 측면에서의 전국 초등학교 급식 식단 평가, 한국영양학회지 33(2):216-229, 2000.
 17. 손은정. 일부초등학교 급식식단의 구성식품 다양성 및 전통식 분류에 의한 평가, 단국대학교 대학원 석사논문, 2001.
 18. 문수재, 이일화, 유춘희, 백희영, 문현경, 양일선, 김교정. 학교급식 유형별 표준식단 및 영양평가를 위한 연구, 1996년도 교육 정책과제 연구 결과 보고서, 1996.
 19. 문현경. 청소년 건강 증진을 위한 학교급식 발전 방안 심포지엄 -학교급식 식단 분석을 통한 올바른 식생활 문화 정착, 대한영양사협회 pp.30-32, 2001.
 20. 이종미, 오세영. 한국성인의 식사에서의 전통식·비전통식의 섭취실태, 한국식생활문화학회지 11(2):147-154, 1996.
 21. 유춘희, 문현경, 신선영, 백희영, 김교정. 농촌식생활 향상을 위한 식생활 평가 시스템개발연구, 농촌진흥청, 농업특정연구사업보고서, 2000.
 22. William S.R., Worthington-Rodert B.S., Nutrition in children throughout the life cycle, Times Mirror/Mosby college publishing, pp.361-396, 1988.
 23. Pipes P.L., Nutrition in infancy and childhood, Mosby, 1993.
 24. 모수미, 최혜미, 구재옥, 이정원. 생활주기 영양학, 효일문화사, p.204, 1994.
 25. 1998년도 국민건강·영양조사 결과 보고서(영양조사부문), 보건복지부, 1999.
 26. 모수미, 최혜미, 임현숙, 박양자. 지역사회영양학, 한국방송대학출판부, pp.42-50, 1993.
 27. Popkin B.M., The nutrition transition and its health implications in lower income countries, Public Health Nutrition, 1(1):5-21, 1998.
 28. Khor G., Dietary transition and health : Asian situation, 8th Asian Congress of Nutrition Workshop, Dietary transition and health in Asia, 1999.
 29. Kim S., Moon S., Popkin B.M., The Nutrition transition in South Korea, Am. J. Clin. Nutr., 91:44-55, 2000.