

# 우리나라 식품 영양표시 (가공식품, 식품접객업소) 제도의 현황

## Food Nutrition Labeling(Processing Food, Food Service Business) in Korea

강하니, 신은정, 김해나, 엄권용, 권광일, 김서영, 문귀임, 강백원, 김종욱\*  
Hani Kang, Eun-Jung Shin, Hae-Na Kim, Kwon-Yong Eom, Kwang-Il Kwon,  
Seo-Young Kim, Gui-Im Moon, Baeg-Won Kang, Jong-Wook Kim\*

식품의약품안전청 식품안전국 영양정책관실 영양정책과  
Nutrition Policy Division, Nutrition Policy Office, Food Safety Bureau,  
Korea Food & Drug Administration(KFDA)

### ■ 영양표시 제도 변천 및 제도 현황

영양표시는 소비자에게 제품이 가진 정확한 영양성분을 알게 함으로써 자신의 건강에 적합한 제품을 선택할 수 있도록 기여할 뿐 아니라, 건강한 식생활을 위한 훌륭한 교육수단으로 활용될 수 있다. 또한 산업체의 제품품질 향상 의욕을 높이고 제품의 경쟁력 강화에 기여하는 등 순기능을 가지므로 각 나라에서는 자국의 실정에 맞도록 영양표시제도를 도입하여 실시하고 있다. 우리나라의 영양표시기준은 1994년에 도입되어 영양소기준치, 영양소함량강조표시, 허용오차, 표시방법 등에 대한 지속적인 제·개정을 해왔다. 2003년 의무대상식품 7가지가 고시된 이후로 계속적으로 확대하였으며, 2006년 9월에는 총 9가지 영양성분(열량, 탄수화물, 당류, 단백질, 지방, 포화지방, 트랜스지방)이 의무 표시되었다. 2007년 10월에는 1회 제공기준량이 고시됨에 따라 기존에 산업체에서 임의로 설정

하던 1회 제공량을 1회 제공기준량에 맞추어 설정하도록 하였다. 현재 표시 대상 식품으로는 장기보존식품(레토르트식품만 해당), 과자류 중 과자, 캔디류 및 빙과류, 빵류 및 만두류, 초콜릿류, 잼류, 식용유지류, 면류, 음료류, 특수용도식품, 어육가공품 중 어육소시지, 즉석섭취식품 중 김밥, 햄버거, 샌드위치가 있다.

그 후로도 식약청에서는 영양 표시 제도에 대해 지속적으로 보완·개정작업을 하였으며 소비자에게 영양성분 정보를 정확하고 신속하게 제공하고, 통일된 기준을 마련하여 소비자 오인 및 혼동 우려를 방지하기 위하여 “영양성분 주표시면 자율표시” 기준을 정하였다. 또한 어린이 비만 예방 및 건강한 식생활 환경조성을 위해 어린이 기호식품을 조리·판매하는 업소의 영양표시 제도를 마련하여 가맹사업의 점포수가 100개 이상인 패스트푸드, 피자, 햄버거, 제과·제빵, 아이스크림과 같은 외식 업체에 대해 영양표시를 의무화 하였다.

\*Corresponding author: Jong-Wook, Kim  
Nutrition Policy Division, Nutrition Policy Office, Food Safety Bureau, Korea Food & Drug Administration(KFDA), Osong Health Technology Administration Complex  
643 Yeonje-ri, Gangoe-myeon, Cheongwon-gun, Chungcheongbuk-do, 363-951, Korea  
Tel: +82-43-719-2262  
Fax: +82-43-719-2250  
email: johnki@epost.kr

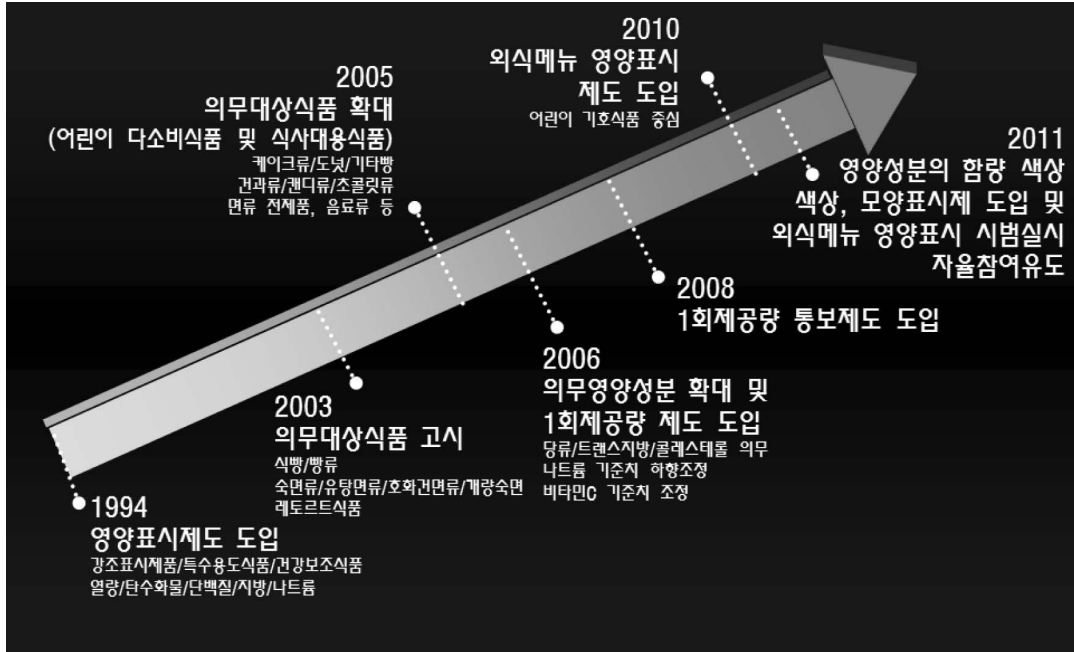


그림 1. 국내 영양표시 제도의 변천사

최근에는 어린이를 대상으로 영양성분 함량의 많고 적음을 보다 쉽고 빨리 이해할 수 있도록 영양성분의 함량 색상·모양 표시제(신호등)를 도입하여 당류, 지방, 포화지방, 나트륨의 영양성분 함량 정도에 따라 빨강, 노랑, 초록 등의 신호등 색깔로 표시하도록 추진하고 있다.

### ■ 해외 영양표시 사례

각 국에서는 자국의 실정에 맞도록 영양표시 제도를 도입하여 실시하고 있다. 미국 FDA는 1990년에 NLEA(Nutrition Labeling and Education Act 27)을 발표하였고 미국이 전 가공식품에 영양표시를 의무화하면서, 식품의 영양표시에 대한 관심이 급격히 증가하고 있다.

캐나다에서는 1988년부터 일부 예외 품목을 제외한 모든 가공제품에 자발적으로 영양표시 제도를 도입하면서 영양표시에 관한 지침(Food Directorate Guideline No. 2, 1989.11.30)에 표시양식, 영양소 함량에 대한 정보 및 제공량에 대한 내용 등을 제시하였다.

일본에서는 영양성분 등의 표시를 일정하게 규정화 하였으나 영양표시가 의무표시는 아니고 가공식품의 용기 포장 및 첨부 문서에 영양성분 등의 표시를 하는 경우나 「칼륨 함유」 「저칼로리」 등 강조표시를 하는 경우 「영양표시기준」에 따라 표시하도록 하고 있다.

영국에서는 소비자들의 올바른 식품 선택을 장려하

영양성분		
표시기준량	1회제공량 1개 (80g) 총 2회제공량 (160g)	
표시 영양성분	1회제공량 당 함량	%영양소 기준치
열량	285kcal	-
탄수화물	46g	14%
당류	23g	-
단백질	5g	-
지방	9g	8%
포화지방	2.5g	18%
트랜스지방	2g	17%
콜레스테롤	80mg	-
나트륨	150mg	27%
	1회제공량 기준치	8%

그림 2. 국내 영양표시 양식 예시

(1) 메뉴판(menu board)



메뉴판(menu board)		
매뉴얼	0,000원	000kcal
매뉴얼	0,000원	000kcal
세트매뉴얼	0,000원	000~000kcal

•음식명이나 가격표시 주변에 음식명이나 가격표시 크기의 80% 이상으로 열량을 표시 (세트매뉴의 경우 열량을 병위로 표시)

(2) 메뉴북



메뉴북	
매뉴얼	0,000원
세트매뉴얼	0,000원
매뉴얼	0,000원
매뉴얼	000~000kcal

•음식명이나 가격표시 주변에 음식명이나 가격표시 크기의 80% 이상으로 열량을 표시 (세트매뉴의 경우 열량을 병위로 표시)

(3) 제품안내판(name tag)



제품안내판(name tag)	
매뉴얼	0,000원 000kcal
1회제공량 0개 또는 0조각(동량/총 제공량)	
※ 당류, 단백질, 포화지방, 나트륨 함량	

•음식명이나 가격표시 주변에 음식명이나 가격표시 크기의 80% 이상으로 열량/회제공량 개 또는 조각중량을 표시(가타 영양정보 함께 제공 가능)

(4) 포스터 및 리플릿



포스터 및 리플릿						
재료명	총중량 (g)	총에너지량 (kcal)	당류 (g)	단백질 (g)	포화지방 (g)	나트륨 (mg)

• 모든 메뉴의 열량, 당류, 단백질, 포화지방, 나트륨 정보를 매장 내에서 확인 가능하도록 제공

(5) 영수증



영수증	
매뉴얼	0,000원
(영양정보 표시)	
매뉴얼 총 중량(g)	
회제공량 개 또는 조각(중량)	
열량(kcal)	
당류(g)	
단백질(g)	
포화지방(g)	
나트륨(mg)	

(6) 홈페이지



홈페이지						
매뉴얼 0,000원						
총 중량 (g)	1회제공량 개 또는 조각(중량)	열량 (kcal)	당류 (g)	단백질 (g)	포화지방 (g)	나트륨 (mg)

그림 3. 외식업체 영양표시 사례

기 위해 식품의 당, 나트륨 등 함량을 쉽고 빠르게 이해할 수 있도록 신호등(Traffic light) 색상으로 표시할 것으로 권고하였고 영국 식품 기준국에서는 2004년부터 소비자조사와 산업체 협의 등을 통하여 표시 원칙 및 방법을 개발하였으며 2007년 11월 technical guide로 이를 제공하고 있다.

### ■ 외식(조리)식품의 영양표시

식약청에서는 국민의 건강 증진 및 비만예방을 위하여 2007년 2월 어린이 먹거리 안전 종합대책의 일환으로 패스트푸드점 등 외식업체의 영양표시 의무화 계획을 발표, 외식업체 영양표시 정책에 본격적인 시동을 걸었다. 외식업체 실태 파악 및 영양표시 실용화 방안을 검토한 연구에서 국민건강영양조사를 통한 외식 빈도를 조사한 결과, 하루 1회 이상 외식을 한다는 국민의 비율이 1998년 21%에서 2005년에는 52%까지 증가하였고, 총 식비 중 외식비의 비율은 1980년 4%에서 2006년에는 46%로 한 달에 가계당 평균 약 26만원을 외식비로 지출하였다. 식품의 영양표시제에 대

한 식약청의 설문 조사 결과, 외식의 영양표시에서 가장 필요한 영양소는 열량이 45.1%로 가장 높았으며, 지방 26.3%, 나트륨 19.4% 순이었다. 또한 외식 메뉴에 영양성분이 표시된다면 메뉴 선택에 영향을 미칠 것인지에 대한 질문에 대부분의 응답자(90.6%)가 영향을 미칠 것으로 답했다. 외식 빈도 증가와 소비자의 외식 영양표시 요구를 반영하여 외식 메뉴에 대한 영양표시 도입을 위해 현장에서 적용할 수 있는 표시 모델(안)을 개발하여 외식업체에 제공하였다. 또한 식약청에서는 영양표시 시행 시 발생할 수 있는 분석비

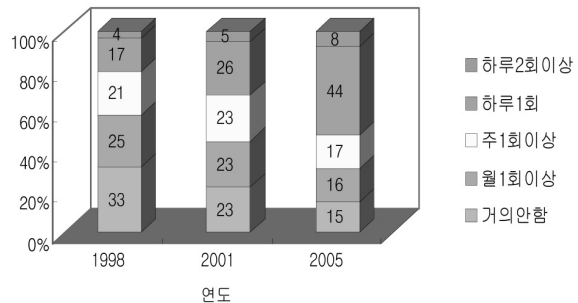


그림 4. 외식 빈도 결과 (국민건강영양조사)

표 1. 제외국 영양표시 사례

<p>미국</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1994년도 가공식품 영양표시가 의무화됨.</li> <li>• 1회 제공량당, 100g(ml)당, 1포장 당 값으로 표시</li> <li>• 의무영양성분은 15가지이며 미국에서는 지방 유래 열량을 표시하고 있음.</li> </ul>	
<p>캐나다</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Health Canada 규정 제시</li> <li>• 대부분의 가공식품에 의무적으로 표시</li> <li>• 의무영양성분은 14가지.</li> </ul>	
<p>일본</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 건강증진법 제31조에 근거함</li> <li>• 강조 표시하고자 하는 식품과 특수용도식품에만 영양 표시를 의무화하고 있음</li> <li>• 5종의 영양성분을 1회제공량(산업체에서 자율적으로 제시) 혹은 100g 기준으로 표시</li> </ul>	
<p>영국</p>	<p>영국 FSA의 신호등 표시 :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 주요 영양성분을 별도로 앞면에 표시</li> <li>• 식품 100g당 또는 portion 당 함량 수준을 신호등 색깔로 제품 앞면에 자율 표시(4가지 외 성분을 표시할 때는 portion당 표시)</li> </ul>	

용으로 인하여 업체의 부담을 가중시킬 수 있는 어려움을 해결하고자 식품영양성분 데이터베이스를 이용하여 산출할 수 있도록 영양성분표 산출 프로그램을 개발하여 업체가 자율적이고 적극적으로 영양표시를 할 수 있도록 유도하고 있다.

식약청에서는 외식업체 영양표시 시범실시(안)을 마련하여 2008년 1월부터 패스트푸드업체를 시작으로 점차 피자전문점, 커피전문점, 제과제빵업체, 치킨업체에 자율적으로 영양표시를 시범 확대 실시하였다. 그리고 2008년 3월 21일 공포된 『어린이 식생활안전관

표 2. 외식 영양표시 대상 업체 (33곳)

분류	대상 업체
햄버거	롯데리아, 맥도날드, 버거킹, 파파이스, KFC
피자	미스터피자, 도미노피자, 피자메뚜, 피자빙고, 피자스쿨, 피자마루, 임실N치즈피자, 오구피자, 피자헛
제과·제빵	뚜레쥬르, 로티보이, 따빼오, 빵굽터, 신라명과, 코코호도, 크라운베이커리, 보네스빼, 파라비케뜨, 던킨도너츠, 파파로티, 아티제블랑제리, 데이엔데이
아이스크림	나뚜루, 뉴질랜드 내츄럴, 디핀다트 구슬아이스크림, 베스킨라빈스, 카페띠아모, 미니멜즈

리 특별법』 제4장 제11조 영양성분표시에 의거하여, 어린이 기호식품을 조리 판매하는 업소로서 대통령령으로 정하는 영업자가 조리 판매하는 식품은 영양성분을 표시하여야 한다고 규정하였다. 『어린이 식품안전관리 특별법』 시행에 따라 ‘식품접객업 중 어린이 기호식품의 영양성분 표시 및 방법 등에 관한 기준(식품의약품안전청 고시 제3호)’을 2010년 1월 12일자로 제정 고시하여 어린이 기호식품 중 햄버거, 피자, 제과제빵, 아이스크림을 조리·판매하는 영업자(매장 수 100개 이상)에게 1회 제공량당 함유된 열량, 당류, 단백질, 포화지방, 나트륨의 함량 표시를 의무화 하였다.

또한 식약청은 한·중·일식 등의 영양표시 확대를 위해 보건복지부와 합동으로 『남은 음식 재사용 안하기 운동』의 3無3親을 실천하는 특화거리 음식점(대구광역시의 동인동 찜갈비 골목과 들안길 먹거리 타운, 전주시의 한옥마을 천년 맛거리, 순천시의 웰빙 음식 문화 거리)을 대상으로 주요 음식의 영양정보(열량, 나트륨)를 제공하는 시범사업을 추진하였다.

어린이 기호식품에 대한 영양표시 의무화 이후 소비자 및 언론 등에서 일반음식점 등에 대한 영양표시 확대를 지속적으로 요구함에 따라 다양한 외식의 영양표시 시범실시 추진을 위해 각 업종별(패밀리레스토랑, 떡볶이 등 분식, 죽전문점, 커피전문점, 백화점 및

대형마트, 단체급식, 고속도로 휴게소)로 실무 TF팀을 구성하여 추진하였다.

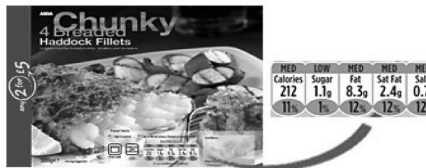
고속도로 휴게소의 조리·판매식품에 대한 영양표시 시범사업은 먼저 2010년 3월 죽전휴게소(경부 상행)를 ‘영양표시 특성화 휴게소’로 지정하여 영양표시 시범실시를 시행하였고, 이어 2010년 9월 주요 고속도로 휴게소 7곳에서 동시에 영양표시 바르게 읽기 등 캠페인을 실시하였으며 2010년 12월 현재 전국 40여 개 휴게소에 영양표시를 확대 실시하였다.

그리고 주요 패밀리레스토랑 매장 60여 곳에서 2010년 12월 자율적으로 메뉴판의 음식명 옆이나 별도 표시면에 열량 등 영양정보를 제공하고 있다.

## ■ 영양성분 함량 색상 모양 표시제 목적 및 표시 방법

‘영양성분의 함량 색상·모양 표시제’는 『어린이 식품안전관리 특별법』 제 12조에 의거하여 어린이 기호 식품 중 보건복지부령으로 정하는 식품에 들어있는 당, 총지방, 포화지방, 나트륨 등의 영양성분의 함량에 따라 어린이들이 알아보기 쉽도록 녹색, 황색, 적색의 색상·모양으로 표시하여 어린이들이 기호식품을 쉽게 확인하고 선택할 수 있도록 함으로써 균형 잡

Asada - 유통업체



Avondale Foods - 생산업체



Boots - 유통업체



Yo!Sushi - 레스토랑

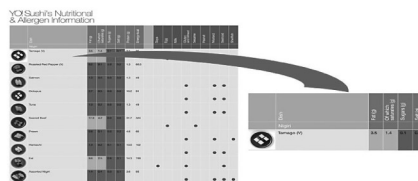


그림 5. 영국의 신호등 표시제를 실제 적용한 사례

힌 식생활을 유도하고자 하는 ‘자율표시’ 제도이다.

본 제도의 시행은 섭취를 제한해야 할 당, 총지방, 포화지방, 나트륨 등의 영양성분 함량만을 색상 등을 이용하여 표시하는 것이기 때문에 지방이 높은 고급 원재료 제품과 지방이 낮은 일반 원재료 제품 사이의 제품 간 품질을 비교하는 잣대는 아니다.

우리나라보다 이 제도를 앞서 시행한 영국 FSA(영국 식품기준청, Food Standards Agency)의 신호등표시는 주요 영양성분을 한번에 알 수 있게 별도로 앞면에 표시하도록 자율실시 하고 있다. 영국정부는 섭취를 줄여야 하는 영양소가 많은 제품을 무조건 선택하지 않는 것보다 전체적인 식사의 균형을 고려하는 것이 더 중요하다고 교육·홍보함으로써 소비자의 건강한 선택을 위해 정부가 정책적으로 지원하고 있다.

어린이보호식품의 색상·모양 표시 대상품목은 2011년 1월 31일에 보건복지부에서 개정 하였으며 대상에 따른 세부 표시방법 등은 식품의약품안전청장에게 위임되어 있어 식약청은 영양성분의 함량에 따른 색상·모양 표시 방법 등에 관한 기준을 마련하여 고시(제 2011-16호, 2011.3.29) 하였다.

**■ 향후 계획**

향후 식약청에서는 생활패턴의 변화에 따른 신체활동 감소와 영양섭취 불균형, 외식문화 확산으로 패스트푸드 등의 소비 증가로 비만 등 만성질환의 위험성을 해소하고 소비자 및 조리 종사자들의 요구에 따라 영양표시 대상을 점차 확대하고자 한다.



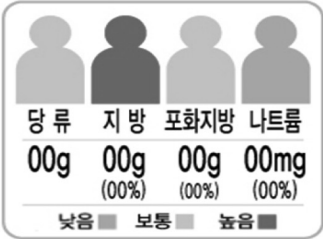


<p>도안 1</p>	 <p>단, 영양성분의 함량 색상·모양을 제외한 손바닥 도안 및 문구는 생략이 가능하다</p>	
<p>도안 2</p>		
<p>도안 3</p>		

그림 6. 영양성분의 함량에 따른 모양 표시 도안



가공식품의 경우, 소비자 요구에 따라 장류(간장, 된장, 고추장, 청국장 등)와 조미식품(카레, 토마토케첩, 소스류 등), 커피 등의 유형을 포함하여 영양표시 대상 식품을 확대하고자 한다. 또한 외식(조리) 식품에 대하여서도 가맹사업의 점포수(직영점과 가맹점 포함)가 100개 이상인 만두류, 김밥, 떡볶이를 판매하는 업체와 한식, 중식, 일식 등 일반음식점에 영양표시를 할 수 있도록 시범실시를 지속적으로 넓히고 관련 법령을 제정하고자 준비하고 있다. 이와 함께 2011년에는 고속도로 휴게소의 영양표시 시범실시를 100개소로 확대하는 등 영양표시를 통해 소비자가 올바른 식품을 선택할 수 있도록 칼로리 카운트 환경을 조성하고 건강한 식문화 정착을 유도하고자 노력하고 있다.

또한 영양표시 제도에 있어서도 신호등 표시제의 조기정착을 유도하기 위하여 대상별 맞춤 교육·홍보를 지속적으로 실시하고자 한다. 과자류 등의 영양표시를 함에 있어 적용되고 있는 1회 제공기준량 및 영양소 기준치는 식생활 변화를 반영하여 현실화하고자 한다.

영양표시제도가 활성화되기 위해서는 무엇보다 합리적인 영양표시기준이 확립되어야 하며, 생산업체, 소비자 등이 영양표시를 잘 활용할 수 있도록 이에 대한 영양교육이 뒷받침되어야 할 것이다. 교육·홍보를 통해 소비자와 산업체의 의식변화와 실생활에서의 활용을 도모하고 식생활 개선 및 건강증진에 기여하고 긍정적인 경쟁을 통한 식품개발을 유도하여 국가 식품영양관리 정책에 이바지할 수 있을 것으로 기대한다.