

건강관심도에 따른 외식업체 메뉴의 영양 표시 인지도

유진아 · †정희선

숙명여자대학교 전통문화예술대학원 전통식생활문화전공

Consumer Awareness of Nutrition Labelling in Restaurants according to Level of Health Consciousness

Jina Yoo and †Hee Sun Jeong

Traditional Dietary Life Food, Graduate School of Traditional Culture and Arts, Sookmyung Women's University, Seoul 140-742, Korea

Abstract

This study was performed to investigate the level and recognition and interest in nutrition labeling in restaurants according to consumer interest levels in health and to suggest its application to restaurant lunches. By considering various statistics and data on the frequency of reasons for dining-out, this study examined worker restaurant lunches and investigated the level of recognition of interest in nutrition labeling, the type of nutrition information that is of interest and the preferred format of labeling according to the level of interest in health. According to the results, while the frequency of dining-out by workers was high, their consideration for health and nutrition labeling in restaurants was low. However, a high percentage of consumers responded that nutrition labeling was a customer right and necessary to improve the quality of menu items as well as public health. Therefore, active promotion of nutrition labeling in the dining industry is necessary. Interest levels in additives, product origin and menu ingredients indicated in restaurant menus were higher than for nutritional information such as nutrients and calories. When the preferred format for providing nutrition information was investigated, consumers preferred information written on a menu board, and they wanted to broaden the range of information included in nutrition labeling for menu items beyond calories and nutritional facts. Based on these results, recognition of nutrition labeling in restaurants was found to be below and the interest level in health was also lower than expected. However, most consumers responded that nutrition labeling was helpful in choosing menu items and can be a tool for nutrition education and can play a role in improving the recognition of nutrition. Therefore, active promotion of nutrition labeling by the dining industry is necessary.

Key words: nutrition labeling, health interests, restaurant, menu, calories

서론

국내 외식소비의 형태는 경제 상황과 사회적인 분위기에 따라 많은 변화를 보인다. 국민 소득 수준 상승, 여성 경제 활동 인구 증가, 핵가족화 및 독신 가정 증가, 주 5일 근무제 실시 등으로 외식 서비스의 관심과 수요는 지속적으로 증대되고 있다(한국외식정보 2009).

점차 외식이 보편화됨에 따라 외식 시 찾아가는 레스토랑의 종류와 섭취하는 메뉴에 의해 소비자들의 영양 섭취가 많은 영향을 받게 된다(Kim & Chang 2003). 따라서 소비자들이 외식을 할 때 메뉴에 어떤 영양소가 들어 있는지, 들어 있다면 어느 정도 들어 있는지를 알고, 자신에게 알맞은 식사를 스스로 판단하고 선택해서 먹는 것은 중요한 건강 예방책 가운데 하나가 될 수 있으며, 외식 시 메뉴에 대한 올바른 영양

† Corresponding author: Hee Sun Jeong, Traditional Dietary Life Food, Graduate School of Traditional Culture and Arts, Sookmyung Women's University, Seoul 140-742, Korea. Tel: +82-2-2077-7548, Fax: +82-2-2077-7140, E-mail: sunnyj@sm.ac.kr

정보를 제공할 경우 소비자는 몸에 좋은 건강 메뉴를 선택할 수 있고, 올바른 식생활 문화 정착에 기여할 수 있다. 선진국에서는 일반 레스토랑이나 급식소 메뉴의 영양정보 표시가 임의 규정이지만, 외식기업들은 고객의 건강에 대한 관심과 영양정보 욕구에 적극적으로 대응하기 위해 메뉴를 선택하는 시점에서 건강에 좋은 메뉴를 선택할 수 있도록 도와주는 여러 형태의 영양정보 표시 유형들을 디자인하여 그 효과에 대해 연구했다. 그 결과, 건강 메뉴 선택 기회 증가, 영양교육 효과, 고객만족도 및 매출 증대를 제고했다고 보고되고 있다(Kim & Chang 2003).

식품의약품안전청은 「어린이먹거리안전종합대책」 일환으로 2007년부터 본격 추진된 외식업체 영양표시제에 따라 패스트푸드를 대상으로 한 1차(2008년 1~6월) 시범 실시에 이어 피자과 커피업체를 대상으로 2차(2008년 7월) 시범 실시했다. 이어 3차(2008년 11월)로 제빵(도넛 포함)과 치킨업체에서 자율적으로 영양성분 표시를 시범 실시하였다. 2010년 기준 제과·제빵·아이스크림·햄버거·피자 등 어린이 기호식품을 조리·판매하는 외식업체가 준수해야 하는 「영양성분 표시 및 방법 등에 관한 기준」을 고시하였으며, 영양표시 조기 정착과 활성화를 위하여 지속적인 현장 모니터링 및 기술지원을 실시하여 영양 표시가 올바르게 정착되도록 하고, 지도 점검 등 사후 관리를 실시할 계획이라고 밝혔다.

현 시범 운영 중인 외식업체 영양표시제는 「어린이먹거리 안전종합대책」의 일환으로 실시하고 있지만, 실질적으로 외식의 빈도수가 가장 높은 집단은 직장인들로서 적어도 한 끼 이상의 식사로 외식을 하고 있었다(Kim & Beik 2005). 따라서 본 연구에서는 외식업체 영양 표시의 지속적인 확대와 올바른 정착을 위하여 직장인의 점심 외식을 연구의 표본으로 삼았으며, 건강 관심도에 따라서 영양 표시 관심 및 인식에 어떠한 차이가 있는지, 관심영양정보 및 선호 표기 방법은 무엇인지 알아 봄으로써 현재의 문제점을 파악해 보고, 또 영양 표시의 효과적인 적용 방안에 대해서 모색하여 외식업체 영양 표시 개선과 확립의 기초자료로 활용하고자 한다.

연구 내용 및 방법

1. 연구 대상 및 시기

본 연구에서는 외식의 빈도가 가장 높다고 판단되어지는 직장인의 점심 외식을 연구의 표본으로 삼았으며, 서울 강남(5개 회사)과 분당 지역(3개 회사)에 근무하는 20세 이상의 직장인을 대상으로 2010년 5월 1일부터 5월 10일까지 설문조사를 실시하였고, 총 220부의 설문지를 배부하여 무성익한 작성과 자료로서의 가치가 부족한 14부를 제외한 206부(회수율

93.6%)를 분석에 이용하였다.

2. 연구 내용 및 방법

본 조사에 사용된 설문지는 선행 연구(Hong & Chung 2007; Kim & Chang 2003; Lee & Kim 2007; Kim 등 2006)를 참고하여 본 연구의 목적에 맞게 수정·보완하였으며, 직장인의 점심 외식을 중심으로 건강관심도에 따른 점심 식사를 위한 외식 시 건강에 대한 관심도, 외식업체 영양 표시에 대한 관심도와 인식, 영양성분 표시에 대한 이해도, 영양정보 표기 방안에 대해서 알아보았다. 건강관심도는 건강 정보, 영양 지식의 필요성, 자신의 영양 지식 수준에 대한 문항으로 구성하여 5점 척도로 조사하였다.

3. 통계처리

본 연구의 목적을 위해 수집된 설문지는 SPSS 13.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 연구 대상 직장인의 건강 관심도에 따른 영양정보 표시에 대한 인식과 영양성분에 대한 관심도, 효과적인 영양정보 표기를 위한 방안에 대한 인식 차이를 살펴 보기 위해 건강 관심도의 평균점을 산출하여, 건강 관심도가 높은 상위 30%를 고관심형, 중간 40%를 일반형, 하위 30% 정도를 저관심형으로 건강관심도 유형을 분류하였다. 분류된 건강 관심도 유형과 일반적 특성에 따라서 교차분석(χ^2 test)과 *t* test, 일원변량분석(One-Way ANOVA)을 실시하여 그룹 간 인식 차이를 알아보았다. 일원변량분석 후 유의한 차이가 있는 경우 집단 간 차이 규명을 위해 Duncan의 사후 검정을 실시하였다.

결과 및 고찰

1. 일반적 특성

연구 대상 직장인의 일반적 특성은 Table 1에 제시하였다. 먼저 성별은 남자가 33.0%, 여자가 67.0%의 비율을 보였으며, 연령층은 25세 이상~30세 미만인 41.3%, 30세 이상~35세 미만 35.0%, 35세 이상~40세 미만 16.5%, 40세 이상~45세 미만 4.4%, 45세 이상 2.9% 순으로 분포하였다. 직업은 사무관리직이 37.4%로 가장 많았고, 전문기술직 23.3%, 기타직 22.3%, 서비스직 12.6%, 영업판매직 1.9%, 행정관리직 1.5%, 자영업 1.0% 등의 순이었다. 학력은 대졸이 68.4%로 가장 많았고, 다음으로 대학원 이상 21.3%, 전문대졸 7.8%, 고졸 2.4% 순으로 나타났다. 결혼 상태는 기혼자가 30.6%, 미혼자가 69.4%로 미혼자 비율이 높게 나타났으며, 월평균 외식 지출비는 20만 원 이상~30만 원 미만이 31.6%로 가장 많은 분포를 보였고, 다음으로 10만 원 이상~20만 원 미만 31.1%, 30만 원 이상~40만 원 미만 18.0%, 50만 원 이상 9.2%, 10만 원 이하 5.8% 순으로 분포하였다.

Table 1. Demographic characteristics of respondents

	Category	N	%
Gender	Male	68	33.0
	Female	138	67.0
Age	<30	85	41.3
	30~35	72	35.0
	35~40	34	16.5
	40~45	9	4.4
	45<	6	2.9
Occupation	Office worker	77	37.4
	Professional	48	23.3
	Self-employed	2	1.0
	Salesman	4	1.9
	Service worker	26	12.6
	Administrator	3	1.5
	Others	46	22.3
Education	High school	5	2.4
	College	16	7.8
	University	141	68.4
	≥Graduate school	44	21.3
Marital status	Married	63	30.6
	Single	143	69.4
Monthly expenditure on dining out (won)	<100,000	12	5.8
	100,000~200,000	64	31.1
	200,000~300,000	65	31.6
	300,000~400,000	37	18.0
	400,000~500,000	9	4.4
	500,000<	19	9.2
	Total	206	100.0

2. 외식 시 건강관심도

연구 대상 직장인의 점심 식사 외식 시 건강관심도를 분석한 결과는 Table 2와 같다. 5점 척도로 조사한 건강관심도에 서 점심 식사 외식 시 건강에 대한 관심도는 3.22점의 평균점을 보여, 점심 식사 시 건강에 대한 관심도는 크게 높지는 않

Table 2. Health interests while dining-out

	Category	Mean±S.D.
Food preparation	Using fresh ingredients	3.65±0.91
	Less use oil and fat	3.44±1.02
	Plain flavor	3.36±1.01
	No artificial flavor enhancers or MSG	3.64±0.95
	Total	3.52±0.67
Quality of ingredients	Health[wholesome] foods	3.27±0.94
	In-season ingredients	3.19±0.99
	Origin of ingredients	3.03±1.00
	Organic food	3.14±0.86
	Total	3.16±0.68
Nutrition facts and calories	Nutrition facts of menu items	3.33±0.87
	Information on nutrition facts and calories	3.12±1.12
	Recommended daily allowance of nutrients	2.41±1.01
	Recommended daily caloric intake	2.64±1.03
	Total	2.87±0.75
Additional menu function	High quality ingredients	3.70±0.87
	Healthy ingredients	3.51±0.81
	Health food	2.95±1.02
	Total	3.39±0.65
	Total interests of health	3.22±0.55

은 것으로 나타났다. 건강에 대한 관심도 영역별로는 조리방법에 대한 관심도(3.52)가 가장 높았고, 다음으로 기능성 메뉴(3.39), 식재료의 질(3.16) 순으로 관심도가 높았으며, 영양성분 및 칼로리에 대한 관심도는 2.87로 가장 낮게 나타났다. Yoon CK(2005)의 연구에 의하면 건강관심도가 높을수록 건강행위 및 개인위생에 대한 점수가 높았고, 주관적 건강에 대한 인식도 좋은 편으로 조사되어 영양에 대한 관심도가 낮은 본 연구와 차이를 보였다. 이는 일반인과 외식을 많이 하는 직장인의 차이를 볼 수 있는 것으로 영양성분 및 칼로리에 대한 영양교육의 도구로서 영양성분 표시가 필요함을 알 수 있다.

건강에 대한 관심도 수준 평균 점수를 기준으로 상위 30%를 고관심형, 중간 40%를 일반형, 하위 30% 정도를 저관심형으로 건강관심도 유형을 분류하였다. 건강관심 유형에 따라 점

Table 3. Health interests in dining-out according to level of health consciousness

(Mean±S.D.)

Variable	Cooking method	Quality of ingredients	Nutrition facts and calories	Functional menus	Total interests of health	
Interest level in health	High	4.08±0.43 ^{a1)}	3.79±0.47 ^a	3.52±0.58 ^a	3.92±0.50 ^a	3.82±0.30 ^a
	Midium	3.57±0.43 ^b	3.15±0.40 ^b	2.82±0.52 ^b	3.32±0.49 ^b	3.21±0.14 ^b
	Low	2.87±0.54 ^c	2.48±0.47 ^c	2.25±0.57 ^c	2.91±0.56 ^c	2.61±0.33 ^c
	t-value	109.818***	139.096***	84.234***	62.509***	342.116***

*** $p < 0.001$, ¹⁾ Averages in the column with different superscripts are significantly different by Duncan's multiple range test.

심 식사 시 건강에 대한 관심도에 차이가 있는지를 알아본 결과는 Table 3과 같다. 고관심형일수록 외식 시 건강관심도에 대한 모든 문항에 대해 관심도가 유의적으로 높게 나타났다 ($p<0.001$). 외식 소비 트렌드 조사 결과에 따르면 건강식에 대한 관심이 고조되고 있다. 따라서, 식품에 대한 안전, 안심먹거리에 대한 소비자들의 욕구가 강해지고 있으며, 무농약, 유기농, 친환경식품에 대한 선호도가 높아지고 있음을 알 수 있다 (Choi MK 2008).

3. 외식업체 영양 표시에 대한 관심도 및 인식도

연구 대상 직장인의 영양 표시에 대한 관심도와 인식도를 알아보기 위해 영양 표시제 활용의사·신뢰도·필요성을 분석한 결과는 Table 4와 같다. 음식점 영양정보 표기 활용 의사는 평균 3.22로 크게 높지 않았다. 음식점 영양정보 표기를 통해 영양정보에 대한 관심이 증가한다는 응답(3.41)과 영양성분이 적합하지 않은 음식을 먹지 않겠다는 응답(3.30)이 비교적 많았고, 영양정보 표기 1일 기준치 영양소를 고려하여 음식을 섭취하겠다(2.98)고 응답한 직장인은 많지 않은 것으로 나타났다. 영양정보 표기의 신뢰도는 평균 3.42점으로 비교적 높게 나타났다. 영양정보 표기를 통해 메뉴 신뢰도를 향상시키고(3.54), 음식점 재방문 의사를 높여주며(3.40), 영양정보 표기 상세 내용에 대한 신뢰도를 향상시킨다(3.33)는 응답이 비교적 높았다. 영양정보 표기의 필요성은 3.75점으로 많은 직장인이 영양정보 표기의 필요성에 동의하고 있었고, 특히 영양정보 표기를 고객의 당연한 알 권리(4.01)라고 생각하고 있었으며, 영양정보 표기가 국민건강(3.67)과 메뉴의 질 향상에도 기여할 것으로 생각하는 직장인이 많았다.

건강 관심도에 따른 영양 표시 관심도와 인식에 차이가 있

Table 5. Utilization, credibility and need of nutritional information by interest level of health consciousness
(Mean±S.D.)

	Issue of inquiry	Utilization	Credibility	Need
Interest level in health	High	3.63±0.60 ^{a1)}	3.75±0.62 ^a	4.04±0.61 ^a
	Midium	3.20±0.55 ^b	3.36±0.68 ^{ab}	3.76±0.56 ^b
	Low	2.80±0.72 ^c	3.16±0.74 ^b	3.44±0.68 ^{ac}
	F-value	28.430***	12.387***	15.262***

*** $p<0.001$.

1) Averages in the column with different superscripts are significantly different by Duncan's multiple range test.

는지를 살펴본 결과는 Table 5에 제시된 바와 같다. 건강관심도에 따라서 음식점 영양정보 표시의 활용 정도($p<0.001$)와 신뢰도($p<0.001$), 필요성($p<0.001$) 등에 대한 인식에 모두 유의적인 차이를 보였는데, 건강관심도가 높을수록 음식점의 영양정보 표시를 활용할 의사가 높고, 영양정보 표시가 메뉴 내용과 재방문 의사 등 음식점에 대한 신뢰도를 높이며, 영양정보 표시의 필요성을 높게 지각하고 있음을 알 수 있었다.

영양표시제도는 불특정 다수에게 지속적으로 식품영양에 대한 적절한 정보를 제공하고, 소비자들이 합리적으로 식품을 선택할 수 있도록 도움을 주기 위한 제도로, 그 자체로 소비자 영양교육의 도구가 되고 영양에 대한 인식을 높여줄 수 있다(장순옥 1998). Sitia 등(2005)은 미국 흑인들을 대상으로 한 연구에서 영양 표시를 항상 혹은 자주 이용하는 군에서 과일 및 채소의 섭취량이 하루 3 serving으로 “거의” 혹은 “전혀” 이용하지 않는 군의 2.1 serving에 비해 높고, 총 지방 섭취량은 영양 표시 이용군이 비 이용군에 비해 낮음을 보고하였다.

Table 4. Utilization, credibility and need of nutritional information

	Issue of inquiry	Mean±S.D.
Utilization	Increase in interest from nutritional information or calories on menus	3.41±0.93
	Adjustment of food selection according to daily recommended nutrient doses	2.98±0.81
	Adjustment of food consumption according to daily recommended caloric in-take	3.18±0.90
	Restriction on food selection from inappropriate nutritional content	3.30±0.94
	Total	3.22±0.70
Credibility	Improvement in menu nutritional information credibility	3.54±0.91
	Repatronage of restaurants providing nutritional information	3.40±0.93
	Credibility in nutritional information content	3.33±0.91
	Total	3.42±0.72
Need	Availability of nutritional information is a consumer right	4.01±0.88
	Improvements in menu nutritional information content	3.58±0.79
	Contribution of nutritional information to public health	3.67±0.80
	Total	3.75±0.65

4. 외식업체 영양정보 표기 방안

1) 외식업체 영양정보 표기 시 메뉴 관련 정보 관심도

영양정보 표기 시 메뉴 관련 정보에 대한 관심도는 Table 6과 같다. 화학조미료 등 첨가물에 대한 관심도(4.03)가 가장 높았고, 다음으로 원산지(3.94), 조리재료(3.86), 주재료의 효능과 효과(3.69), 칼로리(3.68), 음식 조리방법(3.60), 영양성분 함량(3.52)의 순으로 높은 관심도를 보였으며, 1일 영양소 기준치에 대한 함량 비율(3.33)에 대한 관심도가 상대적으로 낮았다. 건강관심도에 따른 영양정보 표기 시 메뉴 관련 정보에 대한 관심도에 차이가 있는지를 살펴본 결과, 건강관심도에 따라 칼로리 영양성분 함량, 1일 영양소 기준치에 대한 함량비율, 원산지, 조리재료, 조리방법, 첨가물, 주재료의 효능과 효과 등 모든 정보에 대한 관심도에서 유의적인 차이를 보였는데, 모두 건강관심도가 높을수록 높은 것으로 나타났다($p<0.001$).

영양 표시는 제품의 영양정보를 소비자에게 전달함으로써

소비자의 식품 선택을 돕고 건강 증진을 위한 영양교육의 도구로서도 중요한 역할을 한다. 현행 영양 표시는 여러 가지 문제점을 안고 있다. 가장 큰 문제점은 소비자들의 영양 표시에 대한 인지도와 지식 수준의 미비를 들 수 있다(KFDA 2004)고 하였다. 영양 표시는 그 개념이 복잡하여 제대로 이해하기 위해서는 일정 수준의 수적, 언어적 능력과 함께 제시된 영양소가 무엇인지, 숫자로 표시된 영양소 함량은 무엇을 의미하는지, 영양소 섭취가 건강과 어떠한 관련이 있는지에 대한 이해와 함께 관련성에 대한 이해가 필요하고, 또한 영양 표시제도의 실효성을 높이기 위해서는 소비자가 원하는 정보를 보다 알기 쉽고 이해할 수 있게 영양 표시 내용을 개선하여야 한다고 보고하였다(Chung & Kim 2007).

2) 외식업체 영양정보 표기 시 영양성분 관심도

외식업체 영양정보 표기 시 영양성분에 대한 관심도는 어떠한지를 알아본 결과는 Table 7에서와 같이, 지방(4.12)과 콜

Table 6. Interests in nutrition labelling included in menu information

(Mean±S.D.)

Variable	Interest level in health			Total	F-value
	High	Midium	Low		
Calories	4.06±0.76 ^{a1)}	3.65±0.99 ^b	3.31±0.97 ^c	3.68±0.98	9.626***
Nutrient facts	3.86±0.65 ^a	3.51±0.88 ^b	3.18±0.91 ^c	3.52±0.86	11.060***
% daily values	3.70±0.88 ^a	3.32±0.85 ^b	2.94±0.94 ^c	3.33±0.93	11.860***
Country[place] of origin	4.24±0.66 ^a	4.00±0.77 ^a	3.53±0.94 ^b	3.94±0.84	13.227***
Food ingredients	4.08±0.64 ^a	3.95±0.66 ^a	3.53±0.88 ^b	3.86±0.76	9.734***
Cooking method	3.82±0.78 ^a	3.64±0.82 ^{ab}	3.31±0.97 ^b	3.60±0.88	5.870**
Artificial flavor enhancer or MSG	4.42±0.63 ^a	4.08±0.85 ^b	3.56±0.95 ^c	4.03±0.89	17.690***
Effect of main ingredients	3.97±0.82 ^a	3.69±0.76 ^{ab}	3.39±0.99 ^b	3.69±0.88	7.379***

** $p<0.01$, *** $p<0.001$, ¹⁾ Averages in the column with different superscripts are significantly different by Duncan's multiple range test.

Table 7. Interests in nutrition facts included in nutrition labelling

(Mean±S.D.)

variable	Interest level in health			Total	F-value
	High	Midium	Low		
Calories	4.18±0.72 ^{a1)}	3.87±0.84 ^b	3.34±0.95 ^c	3.81±0.96	14.145***
Carbohydrate	3.82±0.84 ^a	3.63±0.77 ^a	3.21±0.93 ^b	3.56±0.87	8.700***
Protein	3.89±0.84 ^a	3.74±0.67 ^a	3.10±0.88 ^b	3.60±0.86	18.168***
Fat	4.39±0.65 ^a	4.21±0.74 ^a	3.73±0.96 ^b	4.12±0.83	12.127***
Cholesterol	4.32±0.75 ^a	4.14±0.75 ^a	3.68±0.92 ^b	4.06±0.84	10.810***
Sodium	4.20±0.71 ^a	3.86±0.91 ^b	3.27±0.94 ^c	3.79±0.93	18.781***
Fiber	3.95±0.75 ^a	3.63±0.79 ^c	3.03±0.97 ^c	3.55±0.91	19.798***
Calcium	3.92±0.86 ^a	3.58±0.73 ^b	3.02±0.88 ^c	3.52±0.89	19.892***
Iron	3.71±0.84 ^{av}	3.24±0.71 ^b	2.98±0.88 ^c	3.32±0.85	13.652***
Vitamins	3.98±0.83 ^a	3.71±0.70 ^b	3.32±0.90 ^c	3.68±0.85	10.783***

*** $p<0.001$, ¹⁾ Averages in the column with different superscripts are significantly different by Duncan's multiple range test.

레스테롤(4.06)에 대한 관심도가 특히 높았고, 다음으로 칼로리(3.81), 나트륨(3.79), 비타민(3.68), 단백질(3.60), 탄수화물(3.56), 식이섬유(3.55), 칼슘(3.52), 철분(3.32) 등의 순으로 높은 관심도를 보였다. 건강관심도에 따라서는 칼로리($p<0.001$), 탄수화물($p<0.001$), 단백질($p<0.001$), 지방($p<0.001$), 콜레스테롤($p<0.001$), 나트륨($p<0.01$), 식이섬유($p<0.001$), 칼슘($p<0.001$), 철분($p<0.001$), 비타민($p<0.001$)의 모든 영양성분에 대한 관심도에서 건강관심도가 높을수록 영양성분에 대한 관심도도 유의적으로 높은 것으로 조사되었다.

3) 외식업체 메뉴에서 영양정보 표기의 적절한 위치

외식업체 영양정보 표기의 적절한 위치에 대해서는 메뉴판에 표기하는 것이 적절하다는 응답자가 71.6%로 가장 많았고, 다음으로 테이블 매트(40.4%), 벽면 메뉴보드(40.2%), 포스터(35.5%), 외부 고지물(31.0%)의 순으로 많은 응답을 보여, 메뉴판에 영양정보 표기를 표기하는 것이 가장 적절함을

알 수 있었다.

건강관심도에 따라 영양정보 표기의 적절한 위치에 대한 인식에 차이가 있는지를 알아본 결과는 Table 8과 같다. 전체적으로는 건강관심도에 관계없이 메뉴판에 영양정보 표기를 하는 것이 적절하다는 응답이 가장 많은 것으로 나타났다. 각 표기 위치별로는 외부 고지물의 표기 적절성에 대한 인식에서 건강관심도에 따라 유의적인 차이를 보였는데, 건강에 관심이 높은 고관심형의 경우 50.0%가 외부 고지물에 영양정보 표기를 표기하는 것이 적절하다고 응답한 반면, 건강에 관심이 낮은 저관심형과와 일반형 직장인은 각각 24.2%와 20.8%만이 외부 고지물에 영양정보를 표기하는 것이 적절하다는 반응을 보여 인식에 차이가 있음을 알 수 있었다($p<0.01$).

4) 외식업체 영양정보 표기 위치에 따른 영양정보 표기

외식업체 영양정보 표기 위치별 영양정보 표기내용의 범위는 어느 정도가 적절한지를 살펴본 결과는 Table 9에 제시

Table 8. Appropriate format of nutrition labeling in restaurants

Variable		Inappropriate	Appropriate	Very appropriate	Total	$\chi^2(p)$
Poster	Interest level in health	High	8(12.5)	29(45.3)	27(42.2)	64(100.0)
		Midium	8(10.4)	46(59.7)	23(29.9)	77(100.0)
		Low	13(21.0)	27(43.5)	22(35.5)	62(100.0)
	Total	29(14.3)	102(50.2)	72(35.5)	203(100.0)	6.639 (0.156)
Menu board	Interest level in health	High	8(12.3)	30(46.2)	27(41.5)	65(100.0)
		Midium	7(9.1)	38(49.4)	32(41.6)	77(100.0)
		Low	10(16.1)	29(46.8)	23(37.1)	62(100.0)
	Total	25(12.3)	97(47.5)	82(40.2)	204(100.0)	1.688 (0.793)
Napkin box	Interest level in health	High	21(32.3)	32(49.2)	12(18.5)	65(100.0)
		Midium	34(44.2)	37(48.1)	6(7.8)	77(100.0)
		Low	27(43.5)	22(35.5)	13(21.0)	62(100.0)
	Total	82(40.2)	91(44.6)	31(15.2)	204(100.0)	7.746 (0.101)
Table mat	Interest level in health	High	8(12.3)	28(43.1)	29(44.6)	65(100.0)
		Midium	14(18.2)	32(41.6)	31(40.3)	77(100.0)
		Low	18(29.5)	21(34.4)	22(36.1)	61(100.0)
	Total	40(19.7)	81(39.9)	82(40.4)	203(100.0)	6.116 (0.191)
Advertising fliers	Interest level in health	High	11(17.2)	21(32.8)	32(50.0)	64(100.0)
		Midium	23(29.9)	38(49.4)	16(20.8)	77(100.0)
		Low	22(35.5)	25(40.3)	15(24.2)	62(100.0)
	Total	56(27.6)	84(41.4)	63(31.0)	203(100.0)	17.352 (0.002)**
Menu-book	Interest level in health	High	0(0.0)	14(21.5)	51(78.5)	65(100.0)
		Midium	0(0.0)	24(31.2)	53(68.8)	77(100.0)
		Low	3(4.8)	17(27.4)	42(67.7)	62(100.0)
	Total	3(1.5)	55(27.0)	146(71.6)	204(100.0)	8.729 (0.068)

** $p<0.01$.

Table 9. Appropriate nutritional contents according to the nutrition label format in restaurants

N(%)

Variable			Only calories	Calories+ nutrition facts	Calories+nutrition facts+nutrition information	Total	χ^2 (p)
Poster	Interest level in health	High	15(23.1)	26(40.0)	24(36.9)	65(100.0)	0.563 (0.967)
		Midium	19(24.4)	29(37.2)	30(38.5)	78(100.0)	
		Low	12(19.7)	24(39.3)	25(41.0)	61(100.0)	
	Total	46(22.5)	79(38.7)	79(38.7)	204(100.0)		
Menu-board	Interest level in health	High	16(25.0)	27(42.2)	21(32.8)	64(100.0)	1.954 (0.744)
		Midium	23(29.5)	30(38.5)	25(32.1)	78(100.0)	
		Low	13(21.3)	30(49.2)	18(29.5)	61(100.0)	
	Total	52(25.6)	87(42.9)	64(31.5)	203(100.0)		
Napkin box	Interest level in health	High	23(35.9)	28(43.8)	13(20.3)	64(100.0)	3.075 (0.545)
		Midium	27(36.0)	31(41.3)	17(22.7)	75(100.0)	
		Low	15(24.6)	33(54.1)	13(21.3)	61(100.0)	
	Total	65(32.5)	92(46.0)	43(21.5)	200(100.0)		
Table mat	Interest level in health	High	9(13.8)	28(43.1)	28(43.1)	65(100.0)	1.762 (0.779)
		Midium	6(7.9)	38(50.0)	32(42.1)	76(100.0)	
		Low	6(9.8)	27(44.3)	28(45.9)	61(100.0)	
	Total	21(10.4)	93(46.0)	88(43.6)	202(100.0)		
Advertising fliers	Interest level in health	High	2(3.2)	21(33.3)	40(63.5)	63(100.0)	11.566* (0.021)
		Midium	14(18.4)	20(26.3)	42(55.3)	76(100.0)	
		Low	8(13.1)	26(42.6)	27(44.3)	61(100.0)	
	Total	24(12.0)	67(33.5)	109(54.5)	200(100.0)		
Menu-book	Interest level in health	High	2(3.0)	19(28.8)	45(68.2)	66(100.0)	3.375 (0.497)
		Midium	7(9.0)	24(30.8)	47(60.3)	78(100.0)	
		Low	3(4.9)	22(36.1)	36(59.0)	61(100.0)	
	Total	12(5.9)	65(31.7)	128(62.4)	205(100.0)		

* $p < 0.01$.

된 바와 같다. 먼저 포스터에는 칼로리+영양성분+영양 관련 정보를 모두 표기해야 한다는 응답과 칼로리+영양성분 정도 표기해야 한다는 응답이 각각 38.7%, 벽면 메뉴보드에는 칼로리+영양성분만 표기하는 것이 적절하다는 응답이 42.9%, 냅킨 통 형태에는 칼로리+영양성분 표기가 적절하다는 응답이 46.0%, 테이블 매트에는 칼로리+영양성분만 표기하는 것이 적절하다는 응답이 46.0%, 외부 고지물에는 칼로리+영양성분+영양 관련 정보까지 모두 표기해야 한다는 응답자가 54.5%, 메뉴판에는 칼로리+영양성분+영양 관련 정보까지 모두 표기해야 한다는 응답자가 62.4%로 높게 나타났다. 건강 관심도에 따라 영양정보 표기의 적절한 위치에 대한 인식에 차이가 있는지를 알아본 결과, POP나 포스터, 벽면 메뉴 보드, 냅킨 통, 테이블 매트, 메뉴판의 표기 범위에 대한 인식에는 유의적인 차이가 나타나지 않았다. 건강관심이 높은 고관심

형의 63.5%, 일반형의 55.3%, 건강관심도가 낮은 저관심형은 44.3%가 칼로리+영양성분 표시+영양 관련 정보를 외부 고지물에 모두 표기해야 한다고 응답하여 유의적인 차이를 보였고, 건강에 대한 관심도가 높을수록 외부 고지물에 영양 관련 정보를 모두 표기하는 것이 좋다고 생각하고 있음을 알 수 있었다.

5) 외식업체 영양성분 표기 형태 선호도

외식업체 영양성분 표기 형태 선호도를 살펴본 결과는 Table 10과 같다. 외식업체 영양성분 표기의 적절한 형태로는 영양성분 내용을 자세하게 서술한 형태의 선호도가 39.3%로 가장 높았고, 다음으로 영양성분 내용을 간단하게 도식화한 형태(34.5%), 영양성분 내용을 간단하게 서술한 형태(16.5%)의 순으로 나타났으며, 영양성분 내용을 자세히 도식화한 형태(9.7%)

Table 10. Preference for nutritional labeling in restaurants

Variable		Detailed graph of nutrition facts	Detailed description of nutrition facts	Simple graph of nutrition facts	Simple description of nutrition facts	Total	N(%)
Interest level in health	High	30(45.5)	4(6.1)	21(31.8)	11(16.7)	66(100.0)	χ^2 (p)
	Midium	30(38.5)	9(11.5)	29(37.2)	10(12.8)	78(100.0)	
	Low	21(33.9)	7(11.3)	21(33.9)	13(21.0)	62(100.0)	
Total		81(39.3)	20(9.7)	71(34.5)	34(16.5)	206(100.0)	4.146 (0.657)

에 대한 선호도는 높지 않았다. 건강관심도에 따라서는 건강관심도가 높을수록 영양성분 내용을 자세하게 서술한 형태의 선호도가 높게 나타났으나, 통계적으로 유의적인 차이는 보이지 않았다. 연령층에 따른 외식업체 영양성분 표기 선호도에서 30세 미만(49.4%)과 35세 이상 연령층(44.9%)은 영양성분 내용을 자세하게 서술한 형태를 선호하였으나, 30세 이상~35세 미만 연령층의 경우 영양성분 내용을 간단하게 도식화한 형태(37.5%)나 영양성분 내용을 간단하게 서술한 형태(26.4%)의 영양성분 표시에 대한 선호도가 유의적으로 높게 나타났다($p < 0.05$).

미국 뉴욕시의 외식업체 영양 표시 적용을 위한 자료를 보면 대부분의 소비자들은 실제 칼로리보다 낮게 음식 칼로리를 추정하고 있었다. 치킨화이타의 경우, 실제 칼로리는 1,660 kcal인데 사람들은 704 kcal일 것이라고 추정하고 있었고, 이는 무려 956 kcal(58%)의 차이를 보이고 있다는 사실을 알 수 있다. 또한 한 끼의 식사로 선택하는 메뉴의 칼로리가 1,000 kcal이 넘는 경우가 많았다. 하지만 칼로리 정보를 제공한 경우 15% 정도 적게 칼로리를 섭취하는 것으로 나타났다. 영양 표시는 식품 구매 결정에 영향을 준다. 미국 성인 중 3/4이 포장되어진 식품을 구매시 영양 표시를 손쉽게 확인하고 구매하며, 칼로리가 높을 경우 1/3 적게 구매하는 것으로 나왔으며, 50%의 미국 성인은 영양 표시가 식품 구매 결정에 영향을 미친다(Sonia & Lynn 2008)고 보고하였다. 따라서 소비자의 알권리를 충족시키고, 국민건강 증진을 위해 영양성분 표시는 반드시 필요하다고 하겠다.

요약 및 결론

직장인의 점심 외식을 중심으로 조사한 외식 시 건강관심도와 그에 따른 외식업체 영양 표시에 대한 관심도 및 인식도와 그리고 적용방안에 대한 조사 결과는 다음과 같다.

점심 식사 외식 시 건강에 대한 관심도는 3.22점의 평균점을 보여, 점심 식사 시 건강에 대한 관심도는 크게 높지 않은 것으로 나타났다. 건강에 대한 관심도 영역별로는 조리방법에 대한 관심도가 높았고, 다음으로 기능성 메뉴, 식재료의 질 순이었다. 영양성분 및 칼로리에 대한 관심도는 높지 않은

것으로 나타났다. 건강관심 유형에 따라 고관심형일수록 외식 시 건강관심도에 대한 모든 문항에 대해 관심도가 유의적으로 높게 나타났다.

외식업체 영양 표시에 대한 관심도와 인식도를 알아보기 위한 활용 의사·신뢰도·필요성을 분석한 결과, 많은 직장인이 영양정보 표기의 필요성에 동의하고 있었고, 특히 영양정보 표기를 고객의 당연한 알 권리로 대부분 생각하고 있었다. 건강관심도에 따라서는 음식점 영양정보 표시의 활용 정도와 신뢰도, 필요성 등에 대한 인식에 모두 유의적인 차이를 보였으며, 건강관심도가 높을수록 높게 나타났다.

외식업체 영양정보 표기 시 메뉴 관련 정보에 대한 관심도는 화학조미료 등 첨가물에 대한 관심도가 가장 높았고, 다음으로 원산지, 조리재료, 주재료의 효능과 효과, 칼로리, 음식 조리방법, 영양성분 함량의 순으로 높은 관심도를 보였다. 외식업체 영양정보 표기 시 영양성분에 대한 관심도는 지방과 콜레스테롤에 대한 관심도가 특히 높았고, 다음으로 칼로리, 나트륨, 비타민, 단백질, 탄수화물, 식이섬유, 칼슘, 철분의 순으로 높은 관심도를 보였다. 외식업체 영양정보 표기의 적절한 위치에 대해서는 메뉴판에 표기하는 것이 적절하다는 응답자가 71.6%로 가장 많았다. 외부 고지물의 표기 적절성에 대한 인식에서 건강관심도에 따라 유의적인 차이를 보였는데, 건강에 관심이 높은 고관심형의 경우 외부 고지물에 영양정보 표기를 표기하는 것이 적절하다고 응답한 사람이 50% 이상으로 많았다. 메뉴판과 외부 고지물에는 칼로리+영양성분+영양 관련 정보를 모두 표기하는 것이 적절하며, 벽면 메뉴 보드나 냅킨 통, 그리고 테이블 매트에는 칼로리+영양성분 정도만 표기하는 것이 적절하다고 응답하였다.

선진국의 많은 레스토랑 체인점은 이미 오래 전부터 건강과 영양에 관심을 갖는 고객의 욕구를 충족시키기 위해 저지방, 저 콜레스테롤 메뉴 등 다양한 건강식 메뉴를 개발하여 제공하고 있으며, 이러한 고객의 건강에 대한 관심은 레스토랑 결정에 영향을 미치는 중요한 요인으로 작용하고 있다고 보고된 바 있다(Clay 등 1995).

연구 결과, 직장인의 점심 외식 빈도수가 높은 것에 반해 외식 시 건강이나 영양적인 면에 대한 고려는 낮게 나타났다. 또한 대부분의 레스토랑 이용자는 외식업체 영양 표시가 메

뉴 선택에 도움이 되었다는 반응을 보였다. 영양 표시는 영양 교육의 도구가 되고 영양에 대한 인식을 높여주는 역할을 한다고 볼 수 있다. 외식업체에서는 꾸준한 연구와 개발을 통하여 보다 쉽고 정확하게 정보를 전달할 수 있는 영양 표시 방안을 모색하여야 하며, 소비자가 인식할 수 있는 영양 표시를 위한 적극적인 홍보가 필요할 것이다.

감사의 글

본 연구는 2010년도 숙명여자대학교 교내연구비 지원에 의해 수행되었으며, 이에 감사드립니다.

참고문헌

- 장순옥. 1998. 영양표시의 현황과 제도의 개선방향. 한국영양학회 98년 워크샵, pp.29-39
- 한국외식정보. 2009. 한국외식연감, pp.173-191
- Choi MK. 2008. An analysis of groups with problems associated with dining out. *Korean J Food & Nutr* 21:536-544
- Chung JY, Kim MJ. 2007. Using and understanding of nutrition labels and related factors among female adult in the Seoul area. *Korean J Community Nutrition* 12:417-425
- Clay JM, Emenheiser DA, Bruce AR. 1995. Healthful menu offering in restaurants: A survey of major US chain. *Journal of Food service System* 8:91-101
- Hong SM, Chung HJ. 2007. Model Development of Nutrition Labeling on Restaurant and Fast-food. *Korean Food & Drug Administration*, pp.13-22
- KFDA. 2004. Study for Improvement of Nutrition Labeling System. pp.176-177
- Kim DH, Beik GY. 2005. A study on the eating-out behavior of city workers(1) - The relationship between general characteristics and eating-out behavior. *Korean J Food & Nutr* 18:241-253
- Kim TH, Chang HJ. 2003. Family restaurant Patrons's perception of nutrition information of restaurant menus. *Korean J Food Culture* 18:270-278
- Kim TH, Lee SH, Park HH. 2006. Analysis of consumer pattern according to dining-out orientation. *Korean J Tourism and Hospitality Research* 20:313-323
- Lee KO, Kim YS. 2007. Consumer's practicality, acknowledgement, trust, satisfaction, necessity degrees about food nutrition labeling system. *Korean J Human Ecology* 16:761-773
- Sitia JA, Galanko, Neuhouser ML. 2005. Food nutrition label use is associated with demographic, behavior, and psychosocial factors and dietary intake among African in North Carolina. *J Am Diet Assoc* 105:392-402
- Sonia A, Lynn DS. 2008. Calorie Labeling in New York City Restaurants: An Approach to Inform Consumers. NYC Department of Health, pp.1-41
- Yoon CK. 2005. The study on the relationship between health concern, health behavior, and subjective health cognition. *J Korean Society of Health Information and Health Statistics* 29:37-45

접 수 : 2011년 3월 14일
 최종수정 : 2011년 6월 20일
 채 택 : 2011년 8월 26일