

경기 일부지역 거주 성인의 한식당 영양표시에 대한 인식

박희옥 · *손춘영*

가천의과학대학교 식품영양학과, *동남보건대학교 식품영양과

Recognition of Nutrition Labeling of Korean Restaurants among Adults in Gyeonggi-do Area

Hee-Ok Pak and *Chun-Young Sohn*

Dept. of Food and Nutrition, Gachon University of Medicine and Science, Incheon 406-799, Korea

**Dept. of Food and Nutrition, Dongnam Health University, Suwon 440-714, Korea*

Abstract

The aim of this study is to highlight the importance of the correct food choices and nutrition management through nutrition labeling and provide basic data for building a nutrition labeling system for Korean restaurants. In the study, a survey was conducted from February 5th to February 27th in 2010 involving adults over the age of 20 living in part of the Gyeonggi-do area. The data was used to analyze the general characteristics, the awareness of nutrition labeling and the nutrition labeling contents by using the SPSS 18.0 package program. Among the 268 people surveyed, the total number of women was greater (60.4%) than men (39.6%). The perception of the necessity of nutrition labeling was a relatively high score of 3.99 on a 1 to 5 scale and the motivation to utilize nutrition labeling scored 3.89. The study found that females perceived nutrition labeling to be more important than did the males. In addition, the perception varied according to the level of education and age. In conclusion, since customers have a high demand for nutrition labeling in Korean restaurants and are motivated to utilize labeling when eating-out is relatively strong, labeling would be a good educational tool for leading a healthy food life. Furthermore, since the study found that differences occur between nutrition labeling contents or nutrients according to general characteristics, food service companies might be able to gain benefits through differentiated nutrition labeling that is catered for their main customers.

Key words: nutrition labeling, Korean restaurants, food choices, nutrition management

서론

경제성장으로 인한 생활수준의 향상과 핵가족화, 맞벌이 증가 등의 가족구조의 변화는 개인의 식품 소비패턴에도 많은 영향을 주었고, 특히 간편성과 다양성에 대한 요구가 높아지면서 집 밖에서 식사를 하는 외식의 비중이 크게 증가하였다. 가구당 지출하는 식료품비에서 외식비가 차지하는 비율이 1990년대 20% 수준에서 2003년 44.0%, 2011년 46.6%로 꾸준히 증가하고 있으며, 외식시장 규모 또한 2011년 약 68조 원으로 10년 전에 비해 2배 수준으로 커졌으며, 앞으로도 계

속 확대될 것으로 전망되고 있다(KREI 2012). 외식의 증가로 건강에 미치는 영향력이 점차 커짐에 따라 과도한 열량이나 염분섭취로 인한 영양 불균형이나 질병 발생에 대한 문제가 중요한 관심사가 되고 있다(Kant & Graubard 2004; Chung 등 2006). 따라서 건강과 올바른 식품 선택을 위한 영양정보 제공의 필요성이 점차 중요해지고 있으며, 음식이 포함하고 있는 영양성분이나 건강정보 표시를 통해 외식소비자들로 하여금 올바른 정보에 의한 음식 선택이 필요함이 강조되고 있다(Hong 등 2008).

우리나라는 1995년부터 가공식품에 대한 영양성분 표시를

* Corresponding author: Chun-Young Sohn, Dept. of Food and Nutrition, Dongnam Health University, Suwon 440-714, Korea.
Tel: +82-31-249-6424, Fax: +82-31-249-6420, E-mail: cysohn@dongnam.ac.kr

의무화하였으며(Kwon 등 2007), 가공식품의 영양표시 실태 및 활용(Cho & Yu 2007; Chung & Kim 2007; Cha 등 2008)에 대한 많은 연구가 진행되었다. 점점 국민들의 영양표시에 대한 인식이 증가하는 추세이지만(Lee & Kim 2008) 아직은 소비자들이 식품의 영양표시에 대한 사용 정도는 높지 않았으며(Lee & Lee 2004; Lee & Kim 2008), 특히 외식의 경우에는 메뉴 선택 시 맛, 편리성, 환경, 서비스 등 다른 요소들을 우선적으로 고려하는 경우가 많아(Lando & Wolfe 2007), 건강에 관심이 있는 주부 소비자들도 메뉴 선정 시 영양정보를 먼저 찾아보는 경우는 적은 것으로 나타났다(Chang SO 2000; Joo 등 2006).

최근에 외식업체에서의 영양표시와 관련한 다양한 연구(Jun 등 2009; Sohn CY 2009; Yoo & Jeong 2011)들이 진행되고 있으나, 영양표시가 중요한 영양교육 도구의 하나이며, 식습관 변화에 유의적인 영향을 줄 수 있다는 결과(Kreuter 등 1997; Kim 등 2001)에도 아직까지 외식업체는 물론 외식소비자들도 건강과 영양 측면의 중요성을 제대로 인식하지 못하고 있는 것으로 보인다. 이는 현행법상 외식업체의 영양표시가 의무화가 아니어서 우선적인 관심의 대상이 되지 못하고 있는 것으로(Jun 등 2009) 영양표시의 활용에 대한 구체적인 방안의 제시와 소비자를 대상으로 한 외식업체 마케팅의 한 수단으로 적극적인 홍보가 있어야 할 것으로 여겨진다.

대학생, 주부, 직장인을 대상으로 한 외식실태 및 외식행동 관련한 많은 연구(Lee & Choi 2004; Kim & Beik 2005; Lim & Na 2008; Van JW 2008)에 따르면 외식메뉴로는 한식을 선택하는 빈도가 가장 높은 것으로 나타났다. 또한 외국인들도 한식을 건강식으로 강하게 인식하고 있으며(Park 등 2009; Shin & Kwon 2010), 한식의 맛, 청결, 건강, 영양 등의 중요도가 높은 것을 알 수 있었다(Kim & Lyu 2012). 최근 한식 세계화의 영향으로 한식에 대한 연구(Chang 등 2010; Park & Jang 2012)들이 진행되었으나, 한식당에서의 메뉴 영양표시와 관련한 연구는 거의 없는 실정이다.

이에 본 연구에서는 일부 경기지역에 거주하는 성인을 대상으로 한식당 영양표시에 대한 필요성과 활용의사를 알아보고, 한식 메뉴의 영양표시에 대한 인식과 표기할 영양표시 내용과 영양성분별 중요성을 분석해 봄으로써 외식시 영양표시를 통한 영양관리의 중요성을 강조하고, 한식당 영양표시제도 마련을 위한 기초자료를 제공하고자 하였다.

연구방법

1. 조사 대상 및 기간

본 연구는 최근 1개월 이내에 외식을 한 경험이 있는 일부 경기지역에 거주하는 20세 이상의 성인을 대상으로 하였다. 설문조사는 2010년 2월 5일부터 2월 27일까지 이루어졌으며,

300명에게 설문지를 배부하고, 직접 기입하도록 하여 회수하였다. 응답이 불완전한 32부를 제외한 268부(이용율 89.3%)를 통계자료로 사용하였다.

2. 조사 내용

조사에 사용된 설문지는 선행된 연구(Hong 등 2008; Lim & Na 2008; Chung 등 2009)를 기초로 수정, 보완하여 조사 대상자의 일반적 특성 5개 문항(성별, 나이, 교육 수준, 직업, 외식횟수), 한식당 영양표시에 대한 인식과 표기할 영양성분에 대한 중요성, 영양표시가 식생활에 미치는 영향, 한식당 영양표시에 대한 필요성 및 활용의사에 관한 문항으로 구성하였다. 각 문항은 5점 리커트 척도를 사용하여 전혀 그렇지 않다 1점, 그렇지 않다 2점, 보통이다 3점, 그렇다 4점, 매우 그렇다 5점으로 하였다.

3. 통계분석

본 연구의 자료분석은 SPSS 18.0 package program을 이용하였다. 조사 대상자의 일반적 특성, 영양표시에 대한 인식과 영양성분별 중요성은 평균, 표준편차, 빈도, 백분율을 산출하였고, 일반적 특성에 따른 한식당 영양표시 인식과 영양표시 내용에 대한 차이, 영양표시가 식생활에 미치는 영향은 *t*-test, one-way ANOVA로 유의성을 분석하였으며, Duncan test를 이용하여 사후 검정을 실시하였다.

결과 및 고찰

1. 조사 대상자의 일반적 특징

조사 대상자의 일반적인 특징은 Table 1에 제시한 것과 같다. 전체 조사 대상자 268명 중 여자(60.4%)가 남자(39.6%)보다 많았다. 연령은 50대 이상(40.3%)이 가장 많았으며, 40대 30.2%, 30대 16.8%, 20대 12.7%의 순이었다. 학력은 고졸(47.8%)과 대졸(42.2%)이 전체의 90.0%로 거의 대부분을 차지하였으며, 중졸 5.6%, 대학원졸 4.5%이었다. 직업은 직장인이 48.5%로 가장 많았으며, 전체 여성이 60.4%에 비해 주부가 25.7%로 직장여성이 많은 것을 알 수 있었고, 그 다음이 학생으로 9.7%였다. 외식횟수는 한 달에 3~4회가 54.5%로 가장 많았으며, 한 달에 1~2회 미만(28.7%), 한 달에 5~6회 이상(16.8%)의 순으로 Kim & Beik(2005)의 결과에 비해 한 달에 5~6회 이상(16.8%)이 낮고, 한 달에 1~2회 미만(28.7%)이 높은 것은 본 연구에서는 직장에서 제공하는 비영리 목적의 단체급식을 제외하였기 때문인 것으로 생각된다.

2. 한식당 메뉴 영양표시에 대한 인식

한식 메뉴의 영양표시에 대한 인식 문항의 Cronbach's alpha

Table 1. General characteristics of the subjects (N=268)

Variables	Frequency Percentage	
	(N)	(%)
Gender	Male	106 39.6
	Female	162 60.4
Age	20~29	34 12.7
	30~39	45 16.8
	40~49	81 30.2
	≥50	108 40.3
Educational level	Middle school	15 5.6
	High school	128 47.8
	College & University	113 42.2
	Graduate school	12 4.5
Occupation	Employed	130 48.5
	House wife	69 25.7
	Student	26 9.7
	Others	43 16.0
Frequency of eating-out	Less than 1~2 times/month	77 28.7
	3~4 times/month	146 54.5
	More than 5~6 times/month	45 16.8

는 0.751로 내적일관성이 높은 수준이었으며, 이를 분석한 결과는 Table 2와 같다. 한식 메뉴의 영양표시 필요성은 3.99점으로 직장인을 대상으로 한 연구(Yoo & Jeong 2011)와 Chung 등(2009)의 패스트푸드를 대상으로 한 결과와 유사하여 외식 메뉴에 대한 소비자들의 영양표시 요구가 크다는 것을 알 수 있었다. 또한 메뉴 선택 시 영양표시를 활용하겠다는 의지(3.89) 또한 높은 것으로 나타나, 영양표시제의 도입이 외식업체의 심해지는 경쟁에서 우위를 차지하는데 중요한 역할을 할 수 있을 것으로 생각된다. 한식 메뉴의 영양표시 내용으로는 건

Table 2. Recognition of the nutrition labeling in Korean restaurants

Variables	Mean±SD
Necessity for nutrition labeling on Korean restaurants ¹⁾	3.99±0.63
Willingness to take advantage of nutrition labeling when select menus ²⁾	3.89±0.61
Importance of marking one serving size	3.77±0.71
Explanation for ingredients and nutrients of menus	3.93±0.71
Providing information about health or nutrition is help selection to menu	4.06±0.70

¹⁾ 1: strongly do not necessary, 2: do not necessary, 3: normal, 4: necessary, 5: strongly necessary

²⁾ 1: very not strong, 2: not strong, 3: normal, 4: strong, 5: very strong

강이나 영양 관련 정보 제공이 4.06점으로 가장 높았으며, 또한 메뉴에 사용한 식재료와 영양소의 설명 3.93점, 1인 분량의 표시 3.77점으로 나타나, 메뉴에 대한 올바른 영양정보를 제공할 경우 몸에 좋은 건강 메뉴 선택을 통한 올바른 식생활을 하는데 도움이 될 것으로 생각된다.

3. 한식 메뉴에 표기할 영양성분의 중요성

조사 대상자가 한식에 표시되기를 원하는 영양소의 중요성을 분석한 결과는 Table 3과 같다. 영양소 중에서 나트륨이 4.16점으로 가장 높았으며, 그 다음으로는 콜레스테롤(4.15), 열량(4.04), 지방(3.93), 칼슘(3.84), 단백질(3.83), 당질(3.71)의 순이었다. 이는 Hong 등(2008)의 지방(34.4%), 열량(23.5%), 나트륨(21.2%)의 순이었던 결과와 Chung 등(2009)의 열량, 지방, 콜레스테롤의 순이었던 결과와는 차이가 있었는데, 이는 메뉴의 차이에서 기인한 것으로 보이며, 특히 한식의 경우 나트륨에 대한 중요성을 소비자들이 더 크게 느끼고 있음을 알 수 있었다. 따라서 외식업체에서는 소비자들의 요구에 맞게 메뉴별로 영양표기할 내용을 다르게 해야 할 필요가 있을 것으로 여겨진다.

4. 일반적 특성에 따른 한식당 영양표시 요구도와 활용 의지 차이

조사 대상자의 일반적 특성에 따른 한식당 영양표시의 요구도와 활용의지 차이를 분석한 결과를 Table 4에 나타내었다. 한식당에서의 메뉴 영양표시에 대한 요구도는 성별, 연령, 학력, 그리고 외식횟수에 따라 유의적인 차이가 있는 것으로 나타났다. 한식 메뉴의 영양표시에 대한 요구는 여성(4.05)이 남성(3.91)보다 높아 유의적인 차이($p<0.01$)를 보였는데, 이는 Hong 등(2008)의 연구와 유사한 결과로 외식시 건강에 대한 관심도가 여성이 더 높은 것을 알 수 있었다. 연령에서는 20대가 4.29점으로 가장 높았으며, 50대 이상(4.00), 30대(3.93), 40대(3.89)의 순으로 차이($p<0.05$)가 있는 것으로 나타났다. 학력은 중졸(3.93), 고졸(3.95)에 비해 대졸(4.15), 대

Table 3. Nutritional fact list to display in Korean restaurants

Contents	Mean±SD
Calories	4.04±0.70
Carbohydrate	3.71±0.76
Protein	3.83±0.73
Fat	3.93±0.76
Sodium	4.16±0.70
Calcium	3.84±0.76
Cholesterol	4.15±0.69

Table 4. The differences of recognition and requirement of the nutrition labeling in Korean restaurants by general characteristics

	Variables	Requirement		Application	
Gender	Male	3.91±0.72	6.713**	3.77±0.65	11.174**
	Female	4.05±0.57		3.97±0.56	
Age	20~29	4.29±0.52 ^a	4.126*	4.06±0.55 ^a	2.011
	30~39	3.93±0.65 ^b		3.80±0.69 ^b	
	40~49	3.89±0.67 ^b		3.81±0.63 ^b	
	≥50	4.00±0.61 ^b		3.94±0.56 ^{ab}	
Educational level	Middle school	3.93±0.52 ^a	5.063**	3.67±0.49	1.890
	High school	3.95±0.69 ^a		3.86±0.62	
	College & University	4.15±0.54 ^b		3.97±0.57	
	Graduate school	4.00±0.74 ^a		3.95±0.75	
Occupation	Employed	3.96±0.69	2.862	3.84±0.67	1.352
	House wife	3.95±0.53		3.93±0.52	
	Student	4.31±0.47		4.08±0.39	
	Others	3.95±0.69		3.88±0.63	
Frequency of eating-out	Less than 1~2 times/month	3.87±0.71 ^a	2.380*	3.79±0.65	1.344
	3~4 times/month	4.01±0.60 ^{ab}		3.91±0.59	
	More than 5~6 times/month	4.16±0.56 ^b		4.00±0.56	

* $p<0.05$, ** $p<0.01$, ^{a-c}: Duncan's multiple comparison

학원졸(4.00)이 높아($p<0.01$) 학력이 높을수록 영양표시에 대한 필요성을 더 크게 느끼고 있음을 알 수 있었다. 외식행동에 따른 차이에서는 외식횟수가 한 달에 5~6회 이상(4.16)인 경우 가장 높았으며, 한 달에 3~4회(4.01), 한 달에 1~2회 미만(3.87)로 외식횟수가 잦을수록 영양표시에 대한 필요성을 더 크게 인식하고 있는 것으로 나타났다. 이는 외식의 증가로 비만이나 만성질환 등 건강에 미치는 영향력이 커지면서 영양표시를 통해 섭취하는 음식에 대한 정보를 얻고, 건강을 관리하고자 하는 소비자들의 요구가 증가한 것을 알 수 있었다. 따라서 영양표시는 외식소비자들이 올바른 영양성분이나 건강정보를 토대로 음식을 선택하고, 건강을 조절할 수 있게 하는 영양교육의 도구로 활용될 수 있을 것으로 생각된다.

또한 메뉴 선정시 영양표시의 활용의지를 분석한 결과에서는 여성(3.97)이 남성(3.77)보다 높은 것으로 나타나 성별에서만 유의적인 차이($p<0.01$)를 보였다. 연령, 학력, 직업, 외식횟수에 따른 유의적인 차이는 없었으나, 영양표시에 대한 요구도가 높은 경우에 활용의지 또한 높은 것으로 나타나, 적극적인 영양표시가 외식업체 간의 경쟁에서 마케팅의 중요한 수단이 될 수 있을 것으로 생각된다.

5. 일반적 특성에 따른 한식당 영양표시 내용에 대한 중요성 차이

조사 대상자의 일반적 특성에 따른 한식당 영양표시 내용에 대한 중요성의 차이를 분석한 결과는 Table 5와 같다. 영양표시 내용으로 1인 분량에 대한 중요성은 여성(3.89)이 남성(3.58)보다 높아 유의적인 차이($p<0.01$)가 있었으며, 학력은 대학원졸(4.08), 대졸(3.90), 고졸(3.70), 중졸(3.13)의 순으로 유의적인 차이($p<0.01$)를 보여 학력이 높을수록 1인 분량 표시를 중요하게 인식하고 있음을 알 수 있었다. 외식횟수에서는 한 달에 5~6회 이상(3.83)이 한 달에 3~4회(3.81), 한 달에 1~2회 미만(3.71)보다 높은 것으로 나타나 외식이 많을수록 1인 분량에 대한 표시를 중요하게 생각하고 있음을 알 수 있었다. 따라서 소비자들은 한식에 대한 1인 분량 표시를 중요하게 생각하고 있음은 물론, 영양표시 기준으로 100 g보다는 1인 분량 제시를 바라고 있는 것으로 나타나(Chung 등 2009), 앞으로 한식의 메뉴별 1인 분량에 대한 표준화를 통한 영양표시가 이루어져야 할 것으로 생각된다.

또한 사용되는 식재료와 영양소에 대한 설명의 중요성에 대한 차이에서는 여성이 4.02점으로 남성 3.77점에 비해 높았으며($p<0.01$), 학력에서는 대학원졸(4.33), 대졸(4.00), 고졸(3.83), 중졸(3.80)의 순으로 유의적인 차이($p<0.05$)가 있는 것으로 나타나, 학력이 높을수록 식재료와 영양소에 대한 중요성을 크게 인식하고 있음을 알 수 있었는데, 이는 Hong 등(2008)의 학력이 높을수록 건강을 위한 외식 실행의지가 높다는 것과

Table 5. The differences of importance of the nutrition labeling contents by general characteristics

	Variables	1 serving size		Ingredient/Nutrient		Health information	
Gender	Male	3.58±0.75	9.178**	3.77±0.77	7.285**	3.99±0.75	0.000
	Female	3.89±0.65		4.02±0.65		4.11±0.66	
Age	20~29	3.79±0.81	0.356	3.91±0.83	1.048	3.76±0.82 ^a	5.053*
	30~39	3.71±0.76		3.80±0.86		3.96±0.80 ^{ab}	
	40~49	3.81±0.69		3.92±0.74		4.10±0.70 ^b	
	≥50	3.76±0.71		3.98±0.61		4.18±0.58 ^b	
Educational level	Middle school	3.13±0.83 ^a	9.855***	3.80±0.94 ^a	4.255*	4.07±0.46	0.395
	High school	3.70±0.67 ^b		3.83±0.70 ^a		4.10±0.66	
	College & University	3.90±0.68 ^b		4.00±0.67 ^{ab}		4.03±0.74	
	Graduate school	4.08±0.67 ^b		4.33±0.65 ^b		4.00±0.95	
Occupation	Employed	3.77±0.72	0.773	3.96±0.73	1.162	4.03±0.70	1.608
	House wife	3.79±0.64		3.88±0.59		4.09±0.62	
	Student	3.88±0.71		4.04±0.66		3.92±0.74	
	Others	3.67±0.78		3.81±0.85		4.21±0.77	
Frequency of eating-out	Less than 1~2 times/month	3.71±0.72	0.577	3.87±0.75	0.381	4.12±0.71	1.691
	3~4 times/month	3.81±0.71		3.94±0.69		4.09±0.66	
	More than 5~6 times/month	3.83±0.69		3.98±0.72		3.89±0.80	

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$, ^{a-c}: Duncan's multiple comparison

유사한 결과를 나타내었다. 외식횟수에서는 한 달에 5~6회 이상(3.98), 한 달에 3~4회(3.94), 한 달에 1~2회 미만(3.87)의 순으로 외식횟수가 많을수록 식재료나 영양소에 대한 관심이 높은 것을 알 수 있었다. 한식당의 영양표시에서 건강이나 영양정보 제공의 중요성에 대해서는 연령에서는 50대 이상이 4.18점으로 가장 높았고, 40대(4.10), 30대(3.96), 20대(3.76)의 순으로 유의적인 차이가 있어($p < 0.05$) 연령이 높아질수록 건강이나 영양정보에 대해 중요하게 인식하고 있음을 알 수 있었다. 특히 연령이 높을수록 외식시 한식을 선호하는 비율이 높아지므로(Sohn CY 2009) 한식의 메뉴별 건강이나 영양과 관련된 정보를 제공하는 구체적인 영양표시 방안 마련이 필요할 것으로 생각된다.

6. 일반적 특성에 따른 한식 메뉴 영양표시가 식생활에 미치는 영향

조사 대상자의 일반적 특성에 따른 한식 메뉴의 영양표시가 식생활에 미치는 영향을 분석한 결과는 Table 6과 같다. 성별에서는 남성(3.73)보다는 여성(4.01)에게 미치는 영향이 큰 것으로 나타났으며($p < 0.001$), 학력은 대학원졸(4.25), 대졸(4.00), 고졸(3.75), 중졸(3.73)의 순으로 학력이 높을수록 영양표시가 식생활에 미치는 영향이 크다는 것을 알 수 있었다($p < 0.01$). 한 달에 5~6회 이상 외식하는 경우가 3.94점으로 한 달에 3~4회(3.93), 한 달에 1~2회 미만(3.82)에 비해 높은 것으로 나타났다.

Table 6. The effects of the nutrition labeling to dietary life by general characteristics

	Variables	Mean±SD	t/F
Gender	Male	3.73±0.78	15.899 ***
	Female	4.01±0.64	
Age	20~29	3.94±0.78	1.696
	30~39	3.91±0.76	
	40~49	3.78±0.74	
	≥50	3.96±0.64	
Educational level	Middle school	3.73±0.85 ^{ac}	5.322 **
	High school	3.75±0.68 ^{ab}	
	College & University	4.00±0.71 ^{ac}	
	Graduate school	4.25±0.62 ^c	
Occupation	Employed	3.86±0.75	0.837
	House wife	3.96±0.58	
	Student	4.00±0.57	
	Others	3.84±0.84	
Frequency of eating-out	Less than 1~2 times/month	3.82±0.74	0.661
	3~4 times/month	3.93±0.68	
	More than 5~6 times/month	3.94±0.76	

** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$, ^{a-c}: Duncan's multiple comparison

요약 및 결론

최근 사회경제적 환경의 변화는 개인의 식품 소비에도 많은 영향을 주었으며, 외식의 비중 또한 크게 증가하였다. 외식의 증가로 건강에 미치는 영향력이 커짐에 따라 올바른 음식선택을 위한 영양성분이나 건강정보를 알려주는 영양표시의 중요성이 강조되고 있다. 그러나 아직은 외식업체 영양표시가 의무사항은 아니며 외식 시 소비자들의 영양표시 활용에 대한 인식 또한 부족한 것이 사실이다. 특히 한식 메뉴에 대한 영양표시 연구는 거의 없는 실정으로 영양표시를 통한 영양관리의 중요성을 강조하고, 한식당 영양표시제도 마련을 위한 기초자료를 제공하고자 하였다. 본 연구는 일부 경기지역에 거주하는 20세 이상의 성인을 대상으로 2010년 2월 5일부터 2월 27일까지 한식당 영양표시에 대한 설문조사를 실시하였고, SPSS 18.0 package program을 이용하여 일반적 특성, 영양표시에 대한 인식, 일반적 특성에 따른 영양표시 내용과 영양성분별 중요성 차이 등을 분석하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 조사 대상자는 전체 268명으로 여자(60.4%)가 남자(39.6%)보다 많았으며, 연령은 50대 이상(40.3%)이 가장 많았다. 학력은 고졸(47.8%)과 대졸(42.2%)이 전체의 90.0%로 대부분을 차지하였으며, 외식횟수는 한 달에 3~4회가 54.5%로 가장 많았다.

2. 한식당 메뉴 영양표시 요구도는 3.99점으로 높았으며, 메뉴 선택 시 영양표시 활용의지(3.89) 또한 높았다. 영양표시 내용으로는 건강이나 영양관련 정보제공이 4.06점으로 가장 높았으며, 식재료와 영양소의 설명 3.93점, 1인 분량의 표시 3.77점이었다.

3. 영양표시를 원하는 영양소로는 나트륨이 4.16점으로 가장 높았으며, 그 다음으로는 콜레스테롤(4.15), 열량(4.04), 지방(3.93), 칼슘(3.84), 단백질(3.83), 당질(3.71)의 순이었다.

4. 일반적 특성에 따른 한식당 영양표시 요구도와 활용의지 차이 분석 결과, 영양표시 요구도는 여성(4.05)이 남성(3.91)보다 높아 유의적인 차이($p<0.01$)가 있었으며, 20대가 4.29점으로 가장 높았으며, 학력은 대졸(4.15)이 높아 유의적인 차이가 있었다($p<0.01$). 영양표시 활용의지는 여성(3.97)이 남성(3.77)보다 높았으며($p<0.01$), 영양표시에 대한 요구도가 높은 경우에 활용의지 또한 높은 것으로 나타났다.

5. 일반적 특성에 따른 영양표시 내용으로는 1인 분량에 대한 중요성은 여성(3.89)이 남성(3.58)보다 높아 차이가 있었으며($p<0.01$), 중졸(3.13), 고졸(3.70), 대졸(3.90), 대학원졸(4.08) 순으로 학력이 높을수록 차이($p<0.01$)를 보였다. 식재료와 영양소에 대한 설명은 여성이 4.02점으로 남성 3.77점에 비해 유의적 차이가 있었으며($p<0.01$), 학력이 높을수록 식재료와

영양소를 중요하게 생각하고 있음을 알 수 있었다($p<0.05$). 건강이나 영양정보 제공은 50대 이상이 4.18점으로 높아 유의적인 차이가 있었다($p<0.05$).

6. 한식 메뉴의 영양표시가 식생활에 미치는 영향은 남성(3.73)보다는 여성(4.01)이 컸으며($p<0.001$), 학력이 높을수록 영향이 큰 것으로 나타났다($p<0.01$).

본 연구결과, 한식당에서의 영양표시에 대한 소비자들의 요구도가 높고, 건강한 외식을 위한 메뉴 선택 시 활용의지 또한 높은 것으로 나타나, 영양표시가 건강한 식생활 영위를 위한 중요한 교육도구가 될 수 있을 것으로 보인다. 특히 여성들이 영양표시에 대한 관심이 높은 것을 알 수 있었으며, 일반적 특성에 따라 영양표시 내용이나 영양소에 대한 차이가 있는 것으로 나타나, 외식업체에서는 운영 메뉴와 주고객층에 맞는 차별화된 영양표시 방안의 마련이 경쟁력 확보에 도움이 될 것으로 사료된다.

References

- Cha YS, Choi OS, Rho JO. 2008. A study on the purchase patterns of processed foods and perception of school dietitians on nutrition labelling in Chonbuk area of Korea. *Korean J Food & Nutr* 2:87-96
- Chang HJ, Choi BR, Yi NY, Park BS, Kim HS. 2010. Preferences and product development opinions of Koreans and non-Koreans regarding commercialization of Korean foods. *Korean J Food Cookery Sci* 26:458-468
- Chang SO. 2000. A study on the perception, use, and demand of housewife-consumers for nutrition label. *Korean J Nutr* 33:763-773
- Cho SH, Yu HH. 2007. Nutrition knowledge, dietary attitudes, dietary habits and awareness of food-nutrition labelling by girl's high school students. *Korean J Comm Nutr* 12:519-533
- Chung HJ, Cheon HS, Kwon KI, Kim JY, Yoo KS, Lee JH, Kim JW, Park HK, Kim SH, Hong SM. 2009. The recognition and requirement of nutrition labeling in fast-food restaurants. *Korean J Nutr* 42:68-77
- Chung JY, Kim MJ. 2007. Using and understanding of nutrition labels and related factors among female adults in the Seoul area. *Korean J Comm Nutr* 12:417-425
- Chung SJ, Kang SH, Song SM, Ryu SH, Yoon J. 2006. Nutritional quality of Korean adults' consumption of lunch prepared at home, commercial places, and institutions: Analysis of the data from the 2001. National Health and Nutrition Survey. *Korean J Nutr* 39:841-849

- Hong KE, Kang YW, Joung HY. 2008. An analysis of consumers' needs and practice willingness for the health promotion program in restaurant industry among Seoul residents. *Korean J Nutr* 41:365-373
- Joo NM, Yoon JY, Kim OS, Park SH, Ko YJ, Kim JY. 2006. A study on the awareness of female-consumers for nutrition labeling system. *Korean J Food Culture* 21:209-215
- Jun SM, Kwon SH, Park HK, Kim SH, Kwon KG, Jung HR. 2009. Consumers' use and demand of restaurant foods nutrition labeling. *Korean Soc of Consumer Studies* 20:279-306
- Kant AK, Graubard BI. 2004. Eating-out in America, 1987-2000: Trends and nutritional correlates. *Prev Med* 38:243-249
- Kim DH, Beik GY. 2005. A study on the eating-out behavior of city workers(I) -The relationship between general characteristics and eating-out behavior-. *Korean J Food & Nutr* 18:241-253
- Kim HS, Lyu ES. 2012. Importance and satisfaction with Korean food for foreigners living in Busan with regard to nationality. *Korean J Food Cookery Sci* 28:89-96
- Kim SY, Nayga RM, Capps O. 2001. Food label use, self-selectivity, and diet quality. *J Consum Aff* 35:246-363
- Korea Rural Economic Institute. 2012. Analysis of consumption structure on eating-out. <http://krei.re.kr>. 2013.07.12
- Kreuter MW, Brennan LK, Sharff DP, Lukwago SN. 1997. Do nutrition label readers eat healthier diets? Behavioral correlates of adults' use of food labels. *Am J Prev Med* 13:277-283
- Kwon KL, Park SH, Lee JH, Kim JY, You KS, Kim SY, Sung HN, Nam HS, Kim JW, Lee HY, Park HK, Kim MC. 2007. Prevalence of nutrition labeling and claims on processed, and packaged foods. *Korean J Comm Nutr* 12:206-213
- Lando AM, Wolfe JL. 2007. Helping consumers make more food choices: Consumer views on modifying food labels and providing point-of purchase nutrition information at quick-service restaurants. *J Nutr Edu & Behavior* 39:157-163
- Lee HY, Kim MK. 2008. Dietary behavioral correlates of nutrition label use in Korean women. *Korean J Nutr* 41:839-850
- Lee IS, Choi BS. 2004. A study on dining-out behaviors of community for marketing strategy of local food service industry. *Korean J Comm Nutr* 9:214-224
- Lee KJ, Lee YH. 2004. A study on the dietary life of housewives and their usage practices of food-nutrition labeling. *J East Asian Soc Diet Life* 14:161-174
- Lim YH, Na MI. 2008. A survey on dining-out behaviors and food habits of housewives in Daejeon. *Korean J Food Culture* 23:1-9
- Park JH, Jang IH. 2012. A study on the difference in selection attributes and behavioral intention for Korean restaurant by motivation for eat out: Centered around Korean restaurants in Daejeon area. *J Hospi & Tour Stu* 4:201-213
- Park SH, Lee MA, Cha SM, Kwock CK, Yang IS, Kim DH. 2009. Analysing foreign consumers' perceived brand image of Korean food. *Korean J Food Cookery Sci* 25:655-662
- Shin BG, Kwon YJ. 2010. Difference analysis on the cognition, image, attitude, and globalization of Korean foods among American, Chinese, and Japanese groups. *J Foodservice Management Soc Korean* 13:311-332
- Sohn CY. 2009. Perception of nutrition labeling on restaurants menus among adults in Suwon. *Kor J Comm Nutr* 14:420-429
- Van JW. 2008. A study on eating-out behaviors by cluster analysis according to the lifestyle of female consumers in Seoul. *Korean J Food Culture* 23:377-387
- Yoo JN, Jeong HS. 2011. Consumer awareness of nutrition labeling in restaurants according to level of health consciousness. *Korean J Food & Nutr* 24:282-290

접 수 : 2013년 8월 12일

최종수정 : 2013년 10월 29일

채 택 : 2013년 11월 5일