

조리법에 따른 전국 초등 학교 급식 식단 평가

정현주,¹ 백희영,¹ 문현경,² 유춘희,³ 문수재,⁴ 양일선,⁴ 이일하.⁵ 서울대학교 식품영양학과,¹ 단국대학교 식품영양학과,² 상명대학교 가정교육학과,³ 연세대학교 식품영양학과,⁴ 중앙대학교 가정교육학과.⁵

성장기 아동들에게 신체 발육에 필요한 영양을 공급하고, 올바른 식습관을 습득하도록 하는 것 뿐 아니라 우리 나라 고유의 음식을 보급하고 식사 예절을 형성할 기회를 제공하는 것도 학교 급식의 중요한 목적이다. 따라서 서구화로 대표되는 우리 나라 식생활의 변화가 학교 급식의 식단에 얼마나 반영되었는가를 살펴봄으로써 급식 식단을 식생활의 전통성 유지의 측면에서 평가할 수 있다. 본 연구는 급식을 실시하는 전국 초등 학교의 표본 388개교로부터 봄과 가을의 각각 1주일치 식단과 각 학교에서 기호도가 높은 음식들을 조사하여 제공되는 식단의 음식 구성을 식생활의 전통성면과 사용된 조리법 등에 따라 평가하였다. 불완전한 식단을 제외하고 총 353개교의 3444끼를 분석하였고, 기호도가 높은 음식은 각 학교별로 세 가지 정도로 대답하도록 하였다. 식생활의 전통성면에서는 음식들을 조리법과 재료에 따라 한국식, 동양식, 서양식, 한국절충식, 동양절충식, 서양절충식 등 여섯 가지로 분류하였고, 조리법은 24가지로 분류하였다. 제공된 식단을 주식, 국, 부식, 보조식별로 나누어서 각각에 자주 사용된 조리법과 음식 유형을 구하고, 기호도가 높은 음식들에 대해서도 같은 방법으로 분석하였다. 우선 주식에는 밥류가 97.5%로 대부분을 차지하였고, 한국식이 87.4%, 동양절충식이 8.1%, 서양절충식이 2.4%, 동양식이 1.7%를 차지하였다. 국은 국 및 탕류가 76.7%, 찌개류가 19.0%, 면 및 만두류가 4.3%를 차지하였고, 한국식이 86.6%로 대부분이었으며 그 다음이 동양절충식 9.3%, 한국절충식 2.8% 등이었다. 부식으로는 김치류가 가장 많이 제공되었고(31.2%), 그 다음이 나물 및 무침류(23.8%), 볶음류(10.1%), 조림류(10.0%), 튀김류(9.7%) 등이었으며, 역시 한국식이 76.3%로 대부분을 차지했고 그 다음이 동양절충식(7.8%), 서양식(6.4%) 등이었다. 보조식으로는 주로 우유 및 유제품(41.1%)이나 과일류(41.4%) 등이 제공되는데 그 중 한국식이 50.8%, 서양식이 48.2%로 대부분을 차지하였다. 전체적으로도 한국식이 78.4%로 가장 많았고, 다음으로 동양절충식(7.5%), 서양식(7.4%), 한국절충식(3.8%), 동양식(1.8%), 서양절충식(1.0%)이었다. 한편 기호도가 높은 음식의 조리법은 밥류(22.8%), 튀김류(21.1%), 국 및 탕류(11.5%), 볶음류(9.6%) 등이었고, 식생활의 전통성면에서 본 음식 유형으로는 한국식이 44.3%로 가장 많고, 그 다음이 동양절충식(16.0%), 한국절충식(13.6%), 서양식(12.3%) 등이었다. 제공된 식단과 비교하면 기호도가 높은 음식 중 한국식의 비중이 훨씬 적고 외국의 조리법이나 재료가 사용된 음식에 대한 기호도가 높음을 알 수 있다. 즉, 현재 초등 학생들의 기호도가 재료와 조리법이 모두 전통적인 음식들에 대해서 가장 높기는 하지만 서구의 재료나 조리법이 도입된 절충식에 대한 기호도도 상당히 높은 데 반해 제공되는 식단은 한국식이 대부분으로 상당한 차이를 보였다.