

식품영양가표 개정 방향

문현경(단국대학교)
 이달수(식품의약품안전청)
 정해량(한국보건산업진흥원)
 이영미(경원대학교)
 김미혜(천안외국어대학)

본 개정은 기존의 식품영양가표에는 수록되어 있지 않은 식품들에 대한 추가작업과 분석데이터가 미비한 Vit E, Vit B₆, 엽산, 아연 등 4개 영양소함량을 보완하고, 콜레스테롤 영양소 함량을 새로이 추가하여 식품성분에 관한 기초자료를 제공하고 영양소섭취량을 평가하는데 있어서 좀더 정확한 데이터를 제공하는 것에 목적을 두고 실시하였다. 이를 위해 전체적인 영양소함량은 농촌식생활평가 프로그램내 데이터를 기본자료로 이용하였으며, 영양소함량 보완작업을 위해서는 식품영양소함량자료집, 보건의료보고서, 국내의 논문 2편, USDA Composition data, 한국식품위생연구원 보고서(국민 건강·영양진단조사 개발 및 타당성 검토를 위한 연구)를 이용하였다. 그리고 기존의 식품영양가표에는 없으나 현재 우리나라에서 상용되고 있는 가공식품류와 외식업체음식들에 대한 자료를 새로 추가, 제시하기 위하여 '미국 소프트웨어 프로그램내 영양소함량'과 보건의료기술개발 연구사업보고서(국민건강·영양조사실시 및 결과처리를 위한 기초DB보완사업), 국내 논문, Nutrient Value of Some common foods : Canada 를 이용하였다. 같은 식품에 대한 값이 여러개일 경우에는 분석값이 있는것, 출처가 명확한 것 순으로 택했고 값이 없을 경우 대체값을 사용하였는데 같은 식품이라도 조리 형태가 다른 경우, 한가지 조리법만의 자료가 있다면 그 외의 조리법을 이용한 식품은 자료가 있는 식품과 수분함량을 비교해서 영양소함량을 계산하였고, 분석치를 근거로 한 계산이 불가능한 경우에는 비슷한 식품을 찾아서 값을 대체하였다. 또 콜레스테롤의 경우 식물성식품에 대해서는 추정값 '0'을 사용하였다. 식품군은 기존 18식품군에 '이유식'을 하나의 분류체계로 새로이 추가하여 총 19개군으로 하였으며, 그 배열은 식품성분표 5개정판에 준하였다. 7개정판에 수록된 총 식품수는 3125개종이다. 이 가운데 962종은 새로 추가한 품목으로 일반식품에서 189종, 가공식품류에서 386종, 외식업체음식에서 215종, 이유식에서 172종을 추가하였다. 나머지 2163종은 식품성분표 5개정판의 자료를 수정, 보완하여 수록하였다. 좀더 충실한 Nutrient database를 만들기 위해서는 앞으로 더 많은 식품분석을 통한 자료 확보가 필요할 것이다.