

대학생의 음식 기호 조사

丁 英 鎮

忠南大學校 理科學 食品營養學科

Food Preferences of College Students

Young — Jin Chung

Dept. of Food and Nutrition, College of Natural Sciences, Chungnam National University

= ABSTRACT =

The purpose of this study was to investigate the food preferences of college students of Korea. The survey was conducted on november, 1981 through the questionnaires. The subjects were 1184 male and 1241 female students of 9 universities.

The results obtained were summarized as follows :

1) Preferences of staple foods :

Cooked rice was preferred most by the subjects. Male liked rice more than female, whereas female liked bread and noodle more than male.

Among the different kinds of rice, bread, and noodles, the following food items were favored by the subjects. (plain rice, red bean rice and soybean rice ; salad bread and vegetable bread ; Nangmyun and Bibim Kooksu).

The foods not preferred were barley rice, instant noodle and soybean milk noodle.

2) Preference of side-dishes :

Among the kinds of side-dishes by different preparation methods, stews were the most favored and the next favored were soups by the subjects whereas female showed lower preference of soups than male subjects. Most disliked kinds of side-dishes were changachi and moochim.

For example, side-dishes which showed higher preference in each preparation method were stew (Kimchi stew and Soybean paste stew), soup (Beef soup and Seaweed soup), kimchi (Korean cabbage Kimchi), Bockeum (Sauted beef and Sauted Kimchi), cheon (Beef Cheon, fish Cheon), Kui (broiled saury and broiled yellow tail runner), Chorim (braised cuttle fish and braised fish cake), Namul (sliced radish, cucumber, and spinachi), and Changachi (dried radish).

The side-dishes which showed lower preference were Alaskan pollack soup, soybean curd residue stew, cabbage Kimchi, liver Cheon, sauted liver, hairtail Chorim, radish root Namul, and

dried radish root Changachi.

3) Preferences of snacks :

Fruits (apple, peach, pear) were the most preferred snacks by the subjects. Male preferred ginsang tea whereas female preferred coffee. Both male and female subjects showed higher preference of milk and lower preference of sweets.

4) Preference of one-dish meals :

No one-dish meal were disliked by the subjects. Male liked Bockeum-Bab more than female, and female liked Mandukuk more than male subjects.

서 론

대학생의 식습관은 과거 세대의 식습관을 반영할 뿐 아니라, 새로운 세대를 길들이게 될 식습관을 가장 잘 나타낸다고 보겠다¹⁾.

식습관에서 중요한 부분을 차지하는 식품기호는 연령에 따라, 세대에 따라 변화될수 있으며 특히 성인이 되기전까지는 한 개인의 식품기호는 可變의이라 할수 있다. 더우기 대학생의 연령은 성인형태로 이미 고정되기 전에 식습관및 기호를 고칠수 있는 여지가 남아 있는 마지막 시기가 아닌가 생각된다.

외국 청소년들의 식습관이나 기호도에 관한 조사결과를 보면 젊은이들의 식습관및 기호가 영양섭취에 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다¹⁻³⁾⁵⁻⁷⁾. 그러므로 일생의 주기(life cycle)에서 성인기로 넘어가는 이행기에 처해있는 대학생들의 기호를 살펴보는 것은 영양교육의 측면에서 의의가 크다 하겠다.

또한 대학 식당의 이용실태 조사 결과⁴⁾에 의하면 대학식당의 식단이나 음식에 대해 만족하는 정도가 매우 저조하게 나타났는데 그 중에서 특히 음식의 맛과 영양가의 향상을 크게 요구하고 있었고 식단의 단조로움에 대해 크게 불만족하고 있음이 지적되었다. 거의 대부분의 단체급식형태에서 다 그렇듯이, 식단작성시엔 경제성이 가장 큰 영향력을 행사할것이나, 학교급식에서는 특히 급식 대상자인 학생들의 영양요구량은 물론, 그들의 음식에 대한 기호성향을 잘 파악하여 식단에 반영하므로써만이 더 많은 학생들에게 만족감을 줄수 있고 아울러 그들의 영양상태의 향상을 이룰수 있을것이라 생각된다⁵⁾.

외국에서는 대학생들에 대한 식습관및 식품기호에 관한 조사가 많이 이루어져 왔으나¹⁾²⁾⁵⁾, 우리나라에서는 소수⁶⁾⁹⁾에 지나지 않는다. 이에 저자는 대학생들의 음식 기호중에서 바람직하지 않은 부분을 지적해서

영양교육을 위한 자료를 제공하고, 학교식당의 식단작성에 도움을 주기위해 대학생의 음식에 대한 기호조사를 행했기에 그 결과를 보고하는 바이다.

조사대상 및 방법

1) 조사대상 및 시기

전국에 있는 9개대학교(남녀공학 6개교, 여대 3개교)에 재학중인 남녀대학생 2510명을 임의 추출하여 기호에 비교적 제철의 영향을 크게 주지 않을 것이라 생각되는 11월을 택해 설문지 방법에 의해 1981년 11월 중순부터 12월초사이에 음식에 대한 기호조사를 실시 하였다.

2) 조사방법

기호조사에 대한 설문지 내용은 주식, 부식, 한그릇 음식, 간식으로 분류하여 ①주식은 밥, 빵, 국수의 3가지 형태에 대하여, ②부식은 조리방법별로 국, 찌개, 김치, 전, 볶음, 조림, 나물, 구이, 장아찌, 무침의 10가지 형태에 대하여 ③간식은 과일및 과일쥬스, 우유및 유제품, 빵및떡, 사탕·과자및 케익, 차및 음료의 5가지 형태에 대하여 주식, 부식, 간식별로 가장 좋아하는 형태 한가지를 선택하도록 하였다. 또 각각의 형태를 다시 세분하였는데, 주식으로는 밥 13종, 국수 7종, 빵 7종을, 부식으로는 국 22종, 찌개 13종, 김치 20종, 전 21종, 볶음 13종, 조림 20종, 나물 23종, 구이 10종, 장아찌 9종, 무침 7종을, 주식과 부식을 분리할수 없는 한그릇음식은 국수류를 제외한 8종을, 간식으로는 과일및 과일쥬스 20종, 우유및 아이스크림 4종, 빵및떡 13종, 사탕과자및 케익 14종, 차및 음료 10종에 대해서 종류별로 나열하고 좋아하는 음식과 싫어하는 음식을 자기 5가지 이내에서 고르도록 하였다.

회수된 응답지중 불완전한 응답지를 제외한 2,425

매(남: 1,184매, 여: 1,241매)에 대하여, 성별에 따라 기호에 차이가 크게 생길수 있기 때문에, 남녀별로 각각의 음식에 대한 좋아하는 정도와 싫어하는 정도를 백분율로 계산한 후 기호가 높은순으로 정리하였다. 그러나 싫어하는 정도가 1% 미만인 음식류(빵류, 한그릇음식류, 구이류, 무침류, 과일 및 과일쥬스류, 우유 및 아이스크림류, 빵 및 떡류, 사탕·과자 및 케익류, 차 및 음료류)에 대해서는 싫어하는 정도는 무시하고 좋아하는 비율만 정리하였다. 또 남녀간 기호의 차이는 χ^2 검증을 이용하여 유의성을 검증하였으며, 이들 통계처리에는 중남대 전자계산소의 computer(HP 3000-III)를 사용하였다.

조사결과 및 토의

1. 주식, 부식, 간식에 대한 전반적인 기호상태

1) 주 식 :

조사대상자의 주식 종류에 대한 남녀별 기호는 Fig. 1의 윗부분에서와 같이 거의 대부분의 학생들이 주식으로 밥을 월등히 좋아하고 있었으며, 그 다음이 빵, 국수의 순이었다. 밥에 대한 기호(남: 87.6%, 여: 62.2%)는 남자가 여자보다 훨씬 높았으나, 빵(남: 4.7%, 여: 20.5%)이나 국수(남: 7.7%, 여: 17.3%)에 대한 기호는 여자가 남자에 비해 높았다. 또 남자는 빵보다는 국수를, 여자는 국수보다는 빵을 더 좋아하고 있었다.

2) 부 식 :

국을 포함한 부식에 대한 10가지 조리방법별 기호는 Fig. 1의 중간부분에서와 같다. 남녀모두 가장 좋아하는 부식의 형태는 찌개(남: 33.0%, 여: 30.3%)로서, 특히 여자에서는 국에 대한 기호(남: 30.6%, 여: 14.0%)가 찌개에 대한 기호보다 훨씬 낮았다. 찌개는 국보다 국물에 대한 건지의 비율이 2배 이상 많은것에 그 한 이유를 돌려볼 수도 있을것 같다. 국이나 찌개를 제외한 나머지 부식종류에 대한 기호순위는 남녀모두 볶음, 김치, 구이, 나물의 순이었으며, 장아찌가 가장 싫어하는 종류이었다. 나물과 전은 여자의 기호가 남자보다 훨씬 높았는데, 이는 여대생을 대상으로한 김⁹⁾의 보고와 비슷한 결과이었다.

3) 간 식 :

간식종류에 대한 대학생의 기호는 Fig. 1의 밑부분에서와 같이 남녀 모두 과일류를 가장 좋아하고 있었

으나, 여자의 기호도가 더 높았고(남: 45.7%, 여: 57.0%), 남자는 차 및 음료류에 대한 기호가 여자에 비해 훨씬 높았다. 우유류에 대한 기호는 남녀모두 높았다. 남자의 사탕·과자·케익류에 대한 기호도는 간식류중 가장 낮았으나, 여자는 그에 비해 상당히 높았다. 임¹²⁾의 성장기 아동의 간식에 대한 기호조사에서 빵, 과일, 우유의 순으로 나타난것과는 달리, 대학생들이 가장 좋아하는 간식의 종류는 과일류로서 에너지식품이 아닌 무기질 및 비타민 식품이었음은 주목할 만 하다 하겠다.

그러나 1970년 경의 미국 대학생들의 간식기호조사에서 청량음료, 쿠키, 사탕, 우유, 커피, 크래커, 과일 등의 순으로 나타났던 점과는 크게 대조된다²⁾. 이에 대해 Parrish¹³⁾는 미국이 점점 산업화됨에 따라 즉석음식이나 스낵등을 많이 섭취하게 되는 반면에, 비타민A나 비타민C 함량이 많은 녹색 채소나 과일의 섭취가 감소되는 방향으로 식습관에 변화를 가져왔다고 지적하고 있다. 우리 식생활이 전반적으로 서구사회를 뒤따라 가면서 시행 착오를 되풀이 할 우려가 있다고 보는 사람도 있는데 이 대학생의 간식기호 조사결과만은 꽤 어느 정도 낙관적이라 할 수 있겠다.

2. 주 식

1) 밥종류

밥 13종에 대한 남녀 대학생의 기호도를 Fig. 2에 나타내었다. 남녀 모두 흰밥을 가장 좋아하였고 그 다음으로 팔밥, 콩밥, 찰밥의 순으로 좋아하였다. 흰밥(남: 26.0%, 여: 22.2%)과 콩밥(남: 17.8%, 여: 14.0%)은 남자가 여자보다, 찰밥(남: 12.7%, 여: 16.4%)은 여자가 남자보다 더 좋아하였다. 국민학생들이 콩밥을 싫어하는 것¹¹⁾과는 달리 쌀에 부족한 아미노산을 보충해주는 두류가 섞인 밥에 대한 기호가 대학생층에서 높게 나타난것은 다행스런 일이라 할 수 있겠다.

한편 남녀 모두 보리밥을 가장 싫어하여(남: 31.3%, 여: 41.6%), 다른 잡곡밥보다 보리밥에 대한 기호도가 낮았다. 이는 대학생을 대상으로한 결과⁹⁾와도 비슷하였으며 중고등생들에 대한 결과²⁾에서도 마찬가지이었다. 빵종류의 기호도가 높은점을 감안할 때 식량정책면에서도 애써 보리밥 만을 강조하려 하지 말고 보리로 만든 빵이나 간식류의 개발에 힘써야 할 것 같다. 또한 그외의 잡곡밥이나 기타·야채 밥에 대한 기호도 역시 낮게 나타나 아직도 쌀밥 선호사상에

서 크게 벗어나지 못하고 있음을 반영해주는 결과라고 하겠다.

2) 면 류 :

면류에 대한 기호도는 Fig. 3에서와 같다. 남녀 모두 냉면과 비빔국수를 좋아하였으며, 냉면에 대한 높은 기호도는 他보고⁹⁾에서도 마찬가지로였다. 싫

어하는 종류는 국수장국, 라면, 콩국수이었다. 라면은 인스턴트식품으로 많이 이용되기는 하지만 사용되는 기름의 종류와 보관때문에 종종 문제시되는 경우가 많았기 때문에 우수한 식품 이라고는 할 수 없는데, 본조사 대상인 대학생들의 기호도 역시 낮았다. 한편 여자가 남자보다 콩국수를 싫어하는 정도가 훨씬 큰 것은 (남 : 8.8%, 여 : 16.6%) 주목할 만하다.

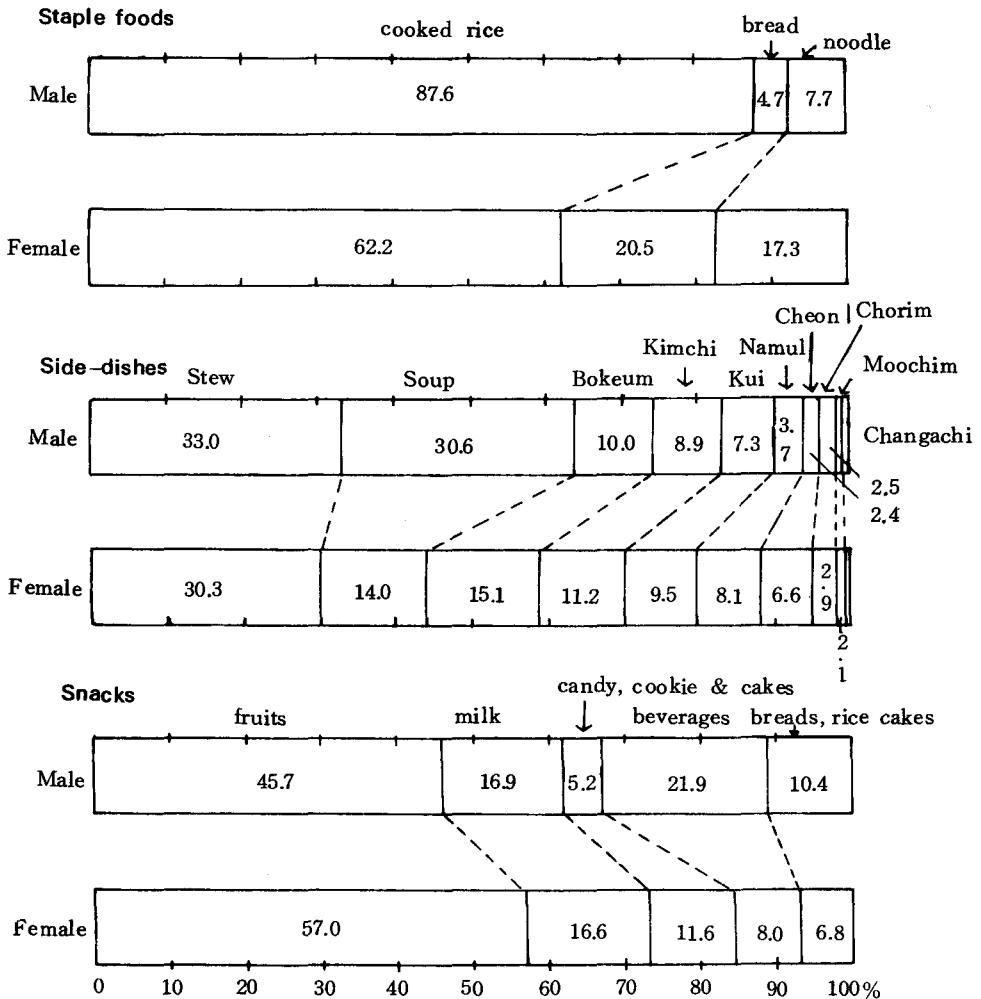


Fig. 1. Food preferences of staple foods, side-dishes, and snacks.

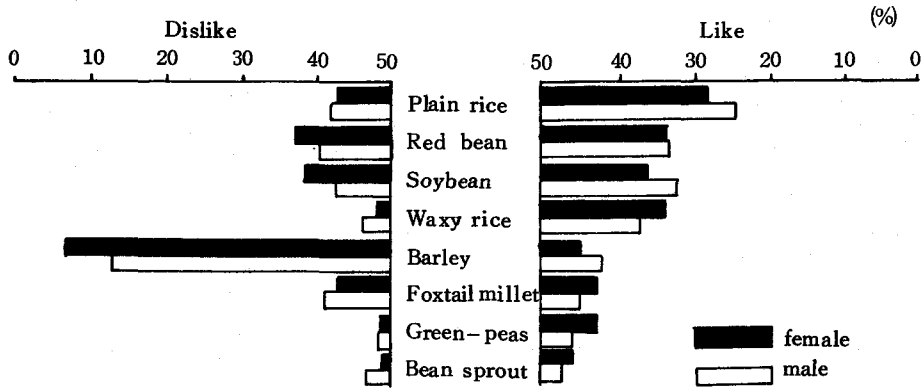


Fig. 2. Preferences of different kinds of rice.

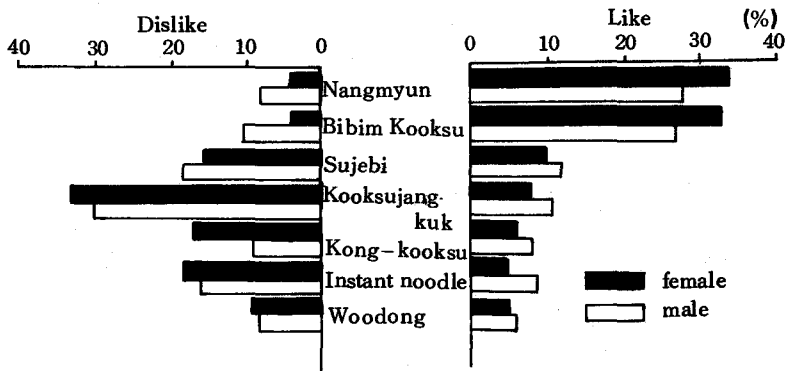


Fig. 3. Preferences of noodles.

3) 빵 류:

주식종류에 대한 기호도는 빵종류가 밥종류에 비해 훨씬 낮았으나 (밥 : 71.4%, 빵 : 12.1%) 빵자체에서는 싫어하는 종류가 거의 없었다. 이는 취학전 아동¹³⁾, 국민학생,¹¹⁾ 중·고생¹²⁾ 모두에서 일치된 경향으로 빵의 기호도가 높았다. Fig. 4에서와 같이 남녀 모두 좋아하는 빵으로는 사라다빵과 야채빵, 토스트이었다. 여자가 남자보다 좋아하는 비율이 더 크게 나타난 빵으로는 사라다빵 및 야채빵 (남 : 21.3%, 여 : 27.9%), 샌드위치 (남 : 8.4%, 여 : 10.7%) 이었다.

3. 부 식

전체 기호도가 낮은 무침류와 장아찌류를 제외한 조리방법별 부식의 기호도를 남, 여 별로 좋아하는 순서와 싫어하는 순서대로 5가지씩 정리한 결과를 Table 1에 나타내었다.

1) 국

국은 사용되는 재료가 다양하여 종류도 다양할 뿐 아니라, 계절에 따라 기호가 달라질 수 있는 조리방법으로서, 본 조사 결과에서는 22종의 국중에서, Table 1에서와 같이 고기국, 미역국, 동태국의 순으로

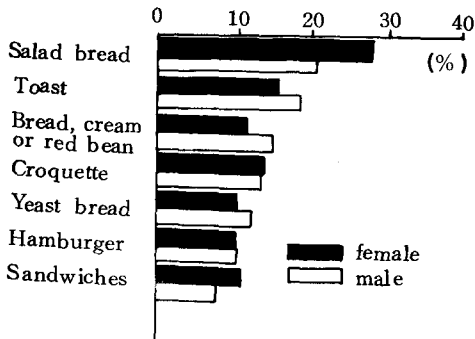


Fig. 4. Preferences of breads.

좋아하였는데, 고기국은 남자가 (남 : 23.0%, 여 : 17.2%), 미역국은 여자가 (남 : 11.0%, 여 : 15.0%) 더 좋아하였다. 학교식당에서 자주 나오는 두부국, 콩나물국 등은 기호도가 그리 높지 않았다. 한편 싫어하는 국으로도 동태국과 고기국이 많아 이 두 국에 대한 기호도가 개인에 따라 크게 차이를 알 수 있었다.

2) 찌 게 :

찌게 13종에 대한 대학생의 기호도 조사결과는 Table 1에서와 같이 남녀 모두 김치찌게를 가장 좋아하였으며 그 다음이 된장찌게, 오징어찌게로서, 他 보고⁹⁾와 매우 비슷한 결과를 나타내었다. 된장찌게는 여자보다 남자가, 오징어찌게는 남자보다 여자가 더 좋아하였다. 싫어하는 찌게로는 남녀 모두 돼비지찌게이었는데 여자가 남자보다 훨씬 더 싫어하는 율이 컸다 (남 : 25.1%, 여 : 14.3%).

3) 김치류 :

김치 15종 중 남녀 모두 배추김치를 가장 좋아하였으며, 그 다음이 알타이김치이었는데, 배추김치는 남자가, 알타이김치는 여자가 더 좋아하였다 (Table 1 참조). 한편 남녀 모두 양배추 김치를 가장 싫어하였으며 그 다음으로 단무지, 찐지의 순이었으며 양배추김치와 찐지는 여자가, 단무지는 남자가 더 싫어하였다. 미국의 청소년에서도 양배추의 기호도가 낮았던 점과 잘 일치된다¹⁶⁾

4) 볶 음

볶음은 찌게 다음으로 기호도가 높게 나타난 조리방

법으로, 13종의 볶음중에서 남녀 모두 가장 좋아하는 것으로는 고기볶음이었고, 그 다음이 김치볶음, 멸치볶음의 순이었다 (Table 1 참조). 당근볶음은 비타민 A의 체내이용 면으로는 좋은 조리 방법이지만 기호도는 낮은 편이었다. 한편 남녀 모두 멸치볶음과 간 볶음을 싫어하였는데 간볶음 (남 : 14.3%, 여 : 27.6%)은 특히 여자가 남자보다 더 싫어하였다.

5) 전

동물성 8가지, 식물성 6가지, 총 14종의 전중에서 남녀 모두 고기전, 생선전, 굴전, 조개전등 주로 동물성식품을 재료로한 전을 더 좋아하였으며 고기전과 굴전, 조개전은 남자가, 생선전은 여자가 더 좋아하는 편이었다. 한편 싫어하는 전으로는 생선전, 간전, 굴전, 조개전이었는데 생선전과 간전은 남녀간에 차이가 심하게 나타나 생선전은 남자가 (남 : 20.6%, 여 : 15.1%) 간전은 여자가 (남 : 7.3%, 여 : 17.4%) 훨씬 더 싫어하고 있었다 (Table 1). 간은 전이나 볶음 모두 기호가 낮게 나타나 간에 대한 다양한 조리방법의 개발 및 보급과 영양교육이 동시에 필요함을 실감하게 하였다.

간에 대한 혐오는 어느 연령층⁸⁾¹⁰⁾¹¹⁾¹²⁾, 또는 어느 나라⁶⁾의 기호조사에서도 흔히 나타나는 바이지만 중, 고등학교시절 가정과목을 통해 충분히 영양교육을 받았으리라고 생각되는 여대생들이 철분의 좋은 공급원이 되는 간음식을 남학생보다 훨씬 더 싫어하는 것으로 나타났고, 조리방법이 다름에도 불구하고 기호도에 변화가 없었음은 특히 여대생들이 가입여성이라는 점을 감안할 때, 영양교육상 해결해야 할 큰 과제라 하겠다.

6) 구 이 :

10종의 구이중에서 대부분의 남녀 학생들이 특별히 싫어하는 종류는 없었다 (Table 1). 좋아하는 종류는 생선구이 (꽂치, 조기)와 쇠고기구이 이었으며 생선구이중 여자는 남자에 비해 꽂치나 고통어 (남 : 23.8%, 여 : 20.4%)보다 조기를 (남 : 14.7%, 여 : 22.1%) 더 좋아하였는데 이 결과는 여대생에 대한 他결과⁹⁾와 일치하였다.

돼지고기구이는 쇠고기구이에 비해 기호도가 매우 떨어졌으며 남자에 비해 여자가 특히 더 심했다 (남 : 6.8%, 여 : 2.6%).

7) 나 물 :

나물류에 대한 기호도는 Table 1에서와 같이 23 종

Table 1. Preferences of foods by different kinds of food preparation method by the subjects (percent)

Food preparation method	Food	Like		Food	Dislike	
		Male	Female		Male	Female
Soups :	Beef	23.0	17.2	Alaskan pollack	22.2	22.0
	Seaweed	11.2	15.0	Beef	12.1	14.3
	Alaskan pollack	10.2	7.6	Seaweed	9.9	6.5
	Yellow tailrunner	8.8	7.8	Yellow tail runner	9.9	6.5
	Soybean curd residue	9.4	6.8	Malva	6.2	9.6
Stews :	Kimchi	27.2	27.7	Soybean curd residue	14.3	25.1
	Soybean paste	26.0	19.7	Sauced pollack's roe	15.3	14.0
	Cuttle fish	16.8	19.6	Soybean paste	7.7	10.7
	Potato	9.0	10.5	Potato	14.6	8.1
	Fish	4.7	5.8	Fish	6.9	5.5
Kimchis :	Korean cabbage	44.7	36.2	Cabbage	21.6	24.5
	Altari	14.7	18.3	Danmoogi	14.7	11.2
	Yulmoo	13.9	14.3	Salted redish	9.7	14.4
	Cabbage	8.6	5.3	Leek	7.0	10.8
	Cucumber	6.6	9.7	Yulmoo	7.4	4.4
Bockeum : (Sauted food)	Beef	34.1	31.0	Dried sardine	26.9	22.7
	Kimchi	18.0	21.3	Liver	14.3	27.6
	Dried sardine	18.2	16.9	Squash	10.3	7.9
	Potato	8.0	10.4	Chicken	5.5	6.9
	Mushroom	5.1	5.9	Beef	5.4	5.0
Cheon	Beef	16.7	14.7	Fish	20.6	15.1
	Fish	14.2	15.4	Liver	7.3	17.4
	Oyster	12.1	10.2	Clam	10.9	10.2
	Clam	8.8	6.6	Oyster	8.5	12.1
	Ham	7.0	9.0	Ham	6.2	5.0
Kui : (Broiled food)	Saury	23.8	20.4	—		
	Yellow tail runner	14.7	22.1	—		
	Beef	15.1	14.5	—		
	Mackerel	19.2	12.3	—		
	Dried yellow tail runner	10.5	14.5	—		
Nanul :	Sliced raddish	11.9	16.6	Cooked radish	22.0	22.6
	Cucumber	9.0	10.9	Cabbage	15.2	18.4
	Cooked radish	10.5	8.6	Sliced radish	11.8	5.6
	Cabbage	9.7	5.8	Lettuce	4.1	3.5
	Spinach	8.3	6.6	Cucumber	3.6	2.7
Chorim (Braised food)	Cuttle fish	14.6	15.8	Hairtail	15.6	12.0
	Saury	14.8	9.5	Fish cake	7.0	7.7
	Hairtail	8.7	11.1	Mackerel	4.5	9.7
	Fish cake	10.1	8.7	Green pepper	6.5	5.1
	Mackerel	8.8	4.8	Saury	4.8	6.2

의 나물중에서 남녀 모두 좋아하는 나물로는 무우생채, 오이나물 이었는데 특히 여자의 기호도가 남자보다 높았다. 그 외에 무우나물, 양배추나물, 시금치 나물도 좋아하는 경향이었으며, 시금치나물은 남자가 더 좋아하였다. 他보고에서도 무우생채와 시금치나물에 대한 기호도는 높았다⁸⁾.

한편 깻잎무침, 콩나물도 어느 정도 싫어하지는 않는 편에 속하였다. 무우나물과 양배추나물은 싫어하는 율도 역시 가장 크게 나타났고 남자보다 여자가 특히 더 싫어했는데 이는 무우나 양배추의 강한 향미가 개인마다 기호의 차이를 뚜렷하게 하는 것으로 풀이 해 볼 수 있을것 같다. 호박은 국, 찌개, 전, 나물, 볶음의 조리방법에 관계없이 크게 좋아하지도 또 싫어하지도 않는 식품으로 나타났다.

8) 조 립 :

조림류에 대한 기호도는 Table 1과 같다. 조림 20종중에서 남녀 모두 가장 좋아하는 것으로는 오징어조림 (남 : 14.6 % , 여 : 15.8 %) 이었으며, 그 다음이 콩치, 갈치, 어묵조림등 동물성 식품을 재료로 한 종류를 좋아했고 식물성 식품으로 만든 조림의 기호도는 낮았다. 오징어조림과 갈치조림은 여자가, 콩치조림과 어묵조림은 남자가 더 좋아하였다.

본 조사결과 에서는 찌개, 구이, 조림 등의 방법에서 주재료가 생선인 음식에 대한 기호가 전반적으로 높았으나 미국 청소년들은 생선을 싫어하는 경향이 컸다⁷⁾.

가장 싫어하는 종류는 갈치조림 (남 : 15.6 % , 여 : 12.0 %) 이었고, 어묵조림 (남 : 7.0 % , 여 : 7.7 %) 과 고등어조림 (남 : 4.5 % , 여 : 9.7 %) 도 싫어하는 정도가 높게 나타났다. 갈치나 고등어는 사람에게 따라 기호도가 크게 다른것으로 여겨지며 특히 고등어에 대한 남자의 기호도는 구이와 조림 모두에서 여자에 비해 높게 나타났다.

9) 장아찌 :

장아찌류 9종중에서 무우말랭이 장아찌 (남 : 38.5 % , 여 : 42.1 %) 를 가장 좋아하였으며 그 다음으로 오이, 깻잎, 마늘장아찌의 순이었는데, 그중에서 마늘 장아찌 (남 : 16.3 % , 여 : 9.7 %) 만은 남자의 기호도가 여자보다 더 높았다. 깻잎은 나물보다는 장아찌를 더 좋아하는 경향이였다. 무우말랭이 장아찌와 마늘장아찌는 사람에게 따라 기호의 차이를 크게 나타내어, 싫어하는 정도도 높았는데 특히 무우말랭이장아찌는 남자가, 마늘장아찌는 여자가 더 싫어하였다.

10) 무 침 :

무우 7종중 남녀 모두 가장 좋아하는 것으로는 오징어무침 (남 : 37.9 % , 여 : 40.3 %) 이었고 여자가 남자보다 기호도가 높았다. 오징어에 대한 기호도는 조림, 무침등 조리방법에 관계없이 높다고 할 수 있는데 이는 他조사⁹⁾에서도 비슷한 경향이였다. 그 다음이 오이지무침 (남 : 21.6 % , 여 : 22.0 %) 이었으며, 김치무침 (남 : 5.4 % , 여 : 2.8 %) 과 찐지 (남 : 1.3 % , 여 : 0.8 %) 의 기호도가 가장 낮았다. 오이는 생채, 나물, 장아찌등 모두 좋아하였고 김치는 김치 자체로나 김치찌개로는 높은 기호를 나타냈으나 김치 무침에 대한 기호도는 낮았다.

이상으로 부식의 조리방법에 따른 기호도를 살펴 보았다. 같은 식품이라도 조리방법에 따라 기호도가 바뀐것으로는 감자, 시금치, 배추, 무우등을 들수있는데, 감자에서는 전보다는 볶음을 더 좋아하였으며, 시금치는 국보다는 나물을, 배추는 국이나 무침보다는 김치를, 무우는 조림, 무우찐지, 단무지나 찌개보다는 생채를 더 좋아하였다. 그러나 조리법의 변화에도 관계없이 쇠고기와 오징어의 기호도는 높았으나, 양배추와 간의 기호도는 매우 낮았다.

4. 한그릇음식

남녀 대학생들의 한그릇음식에 대한 기호도는 Fig5에서와 같이 특별히 싫어하는 종류는 없고, 남녀 모두 만두국, 떡국, 볶음밥, 비빔밥을 좋아하였으며, 카레라이스, 오무라이스, 하이라이스 등은 덜 좋아하였다. 한편 남자는 볶음밥을 만두국이나 떡국보다, 여자는 만

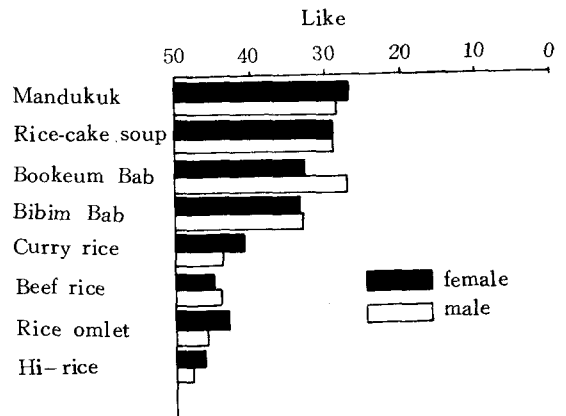


Fig. 5. Preferences of one-dish meals.

두국, 떡국을 볶음밥보다 더 좋아하여, 앞에서의 밥에 대한 남녀의 기호의 차이를 확실하게 하였다. 그러나 일품요리중 대학 식당에서 가장 많이 선택된 종류는 비빔밥이었다는 김⁹⁾의 결과와는 차이를 보였다.

몇가지 기호조사 결과^{9 11)}를 연령별로 검토하여 볼 때 취학전 아동¹¹⁾, 국민학생⁹⁾, 중·고생¹⁰⁾, 대학생의 구별없이 비슷한 경향으로 크게 싫어한 식품들이 있었는데 돼지고기, 간, 보리밥, 당근, 양배추등이었다. 이들은 값이 싸면서도 우리 식생활에서 부족되기 쉬운 단백질, 비타민, 무기질 등의 좋은 급원이 되는 식품들이므로 영양교육 차원에서 크게 비중을 두어 강조하여야 할 줄로 안다. 그러나 본 조사 결과 좋아하는 식품은 조리방법이 달라지더라도 기호의 변화가 적었지만, 싫어하는 식품일 경우에는 조리방법에 따라 기호도가 바뀐 식품이 몇가지 있었으므로 각 식품마다 기호성이 큰 조리방법을 개발하여 보급 하도록 노력해야 할 것이다.

5. 간 식

1) 과일 및 과일주우스 :

과일 및 과일주우스는 앞에서 간식종류중 가장 기호도가 높게 나타났던 것으로, 특별히 싫어하는 종류는 없었다. 17종의 과일류 중에서 남녀 모두 기호도가 높은 과실은 사과 (남 : 23.9%, 여 : 24.7%), 복숭아, 배, 포도, 딸기등 흔히 먹는 과실이었고 살구, 앵두등은 기호도가 낮았다. 배는 남자가, 딸기와 꿀은 여자가 더 높은 기호를 나타냈다. 그러나 미국 대학생들은 사과보다 오렌지를 더 좋아하였으며⁷⁾ 우리나라 국민학생들에 대한 조사결과에서도 복숭아, 사과, 딸기를 좋아하였고¹⁰⁾, 중·고등 학생들에서는 사과도 좋아하였으나 딸기와 참외를 더 좋아하는 경향이었다¹¹⁾. 과일주스 3종중에서는 오렌지주우스를 좋아하였으며 사과주스와 도마도주스는 기호도가 낮았다. 본 조사결과 과일주스 보다는 과일을 훨씬 더 좋아하고 있어 미국 청소년들¹⁶⁾과는 대조적이었다.

2) 우유 및 유제품 :

우유, 아이스크림, 요구르트, 푸딩 중에서 남녀 모두 우유에 대한 기호도가 가장 높았으며, 아이스크림, 요구르트, 푸딩의 순이었다. 우유 (남 : 77.7%, 여 : 62.8%)는 여자보다 남자가, 아이스크림 (남 : 9.7%, 여 : 21.2%)은 여자가 남자보다 더 높은 기호도를 보였다. 푸딩 (남 : 1.4%, 여 : 0.7%)은 기호도가 매우 낮았다. 他결과¹¹⁾에서도 고등학생이 중

학생보다 우유에 대한 기호가 높게 나타난 점과 본 조사 결과는 모두 영양교육의 효과가 아닌가 여겨진다.

3) 빵 및 떡류 :

대학생들이 특별히 싫어하는 빵 및 떡 종류는 없었으며 빵 6종류 중에서 남녀 모두 좋아하는 빵은 크림빵, 팔빵이었으며, 크림빵과 팔빵은 남자가, 샌드위치는 여자가 더 좋아하였다. 크림빵과 팔빵은 어느학교 매점에서나 손쉽게 접하고, 또 값싼 종류로서 많이 친숙해진 원인도 있지않나 생각된다. 떡류 7종 중에서는 남녀 모두 송편을 가장 좋아하였으며 그 다음으로 인절미와 찹쌀모찌였는데 인절미는 남자가 더 좋아하였다.

4) 사탕, 과자, 케익류 :

14종의 단음식중에서 쿠키, 크래커, 약과의 순으로 좋아하고 있었으며 그 외에 비스킷, 초코렛에 대한 기호도 높았다. 쿠키와 초코렛은 남자보다 여자가 더 좋아하고 있었고, 크래커는 남자가 더 좋아하였다. 한편 사탕류는 가장 낮은 기호도를 보였다.

5) 차 및 청량음료수 :

10종의 음료류중에서 남녀 모두 커피에 대한 기호도가 가장 높았고 그 다음으로는 인삼차, 코코아, 홍차의 순이었다. 또 이들 음료에 대한 기호는 그들중에서 남녀간의 차이가 심하게 나타나, 인삼차에 대한 기호도 (남 : 20.5%, 여 : 6.8%)는 남자가 여자에 비해 월등히 높았고, 커피 (남 : 23.6%, 여 : 31.6%)와 코코아 (남 : 13.2%, 여 : 16.1%)는 여자가 남자보다 높은 기호도를 나타냈다. 홍차에 대한 기호도 남자가 여자보다 더 높았다. 그외 콜라, 사이다 등의 청량음료는 여자가 남자보다 더 좋아하는 경향이였다.

결 론

전국의 9개 종합대학교 (남녀공학 6개교, 여대 3개교)에 재학중인 대학생 2,425명 (남 : 1,184명, 여 : 1,241명)을 대상으로 1981년 11월 하순중에 설문지 방법에 의해 주식, 부식, 간식에 대한 기호도를 조사한 결과를 요약하면 다음과 같다.

1) 주식에 대한 기호도

3가지 주식형태중 남녀 모두 밥을 가장 좋아하였으며 남자는 여자보다 밥을, 여자는 남자보다 빵과 국수를 더 좋아하였다. 좋아하는 밥종류로는 흰밥, 팔밥, 콩밥을, 빵종류로는 사라다빵, 야채빵을, 면류로는 냉

면, 비빔국수를 들었다. 싫어하는 주식종류로는 보리밥, 라면, 콩국수 등이었다.

2) 부식에 대한 기호도

조리방법에 따른 10가지 부식종류중 남녀 모두 찌개류에 대한 기호도가 가장 높았으며, 그 다음은 국, 볶음, 김치, 구이의 순위로서 여자의 국의 기호도는 남자에 비해 매우 낮았다. 기호도가 낮은 부식 종류는 장아찌류와 무침류 이었다.

기호도가 높은 부식은, 국종류(고기국, 미역국) 김치류(배추김치, 알타이김치), 전류(고기전, 생선전 등 주로 동물성 식품으로된 전), 구이(꽂치, 조기), 조림(오징어, 꽂치, 어묵), 나물류(무우생채, 오이, 시금치), 장아찌(무우말랭이), 무침류(오징어), 등을 들었다. 각 조리방법별 가장 기호도가 낮은 부식으로는 동태국, 되비지찌개, 양배추김치, 간전, 간볶음, 갈치조림, 무우나물, 무우말랭이장아찌 등이었다.

3) 간식에 대한 기호도

가장 기호도가 높은 간식류는 과일류 이었고 과일류 중에서는 사과, 복숭아, 배를, 빵·떡류에서는 크립빵, 팔빵, 송편, 인절미를 좋아하고 있었으며, 특히 남녀 모두 우유에 대한 기호도가 높았다. 차 종류로는 커피에 대한 기호도가 단연 높았으며, 특히 여자는 커피에 대한 기호가 높은 반면, 남자는 인삼차에 대한 기호도가 높았다. 반면 사탕류의 기호도는 매우 낮았다.

4) 한그릇 음식에 대한 기호도

특별히 싫어하는 음식은 없었고 만두국은 여자, 볶음밥은 남자에서 기호도가 높았다.

REFERENCES

1) Stasch, A.R., Johnson, M.M. & Spangler, G.J.: *Food Practices and Preferences of some College Students, J. Am. Diet. A., 57 : 523-527, 1970.*

2) Einstein, M.A. and Hornstein, I.: *Food preferences of College Students and Nutritional Implications, J. Food Sci., 35 : 429-436, 1970.*

3) Jakobovits, C.M.: *Eating Habits and Nutrient Intakes of College Woman over a Thirty-year period, J. Am. Diet. A., 71 : 405-411, 1977.*

4) 丁英鎮·李貞遠·金美利: 대학식당의 食單의 特性과 運營實態調査(I) - 식사습관 및 이용실태 - 한국영양학회지, 15 : 107-118, 1982.

5) Young, C.M. and Lafortune, T.D.: *Effect of Food preferences on Nutrient Intakes, J. Am. Diet. A., 33 : 98-103, 1957.*

6) Schorr, B.C., Sanjur, D., and Erickson, E.C.: *Teen-age Food Habits, J. Am. Diet. A., 61:415-420, 1972.*

7) Brown, P.T. & Bergan, J.G.: *Current Trends in Food Habits and Dietary Intakes of Home Economics Students in Three Junior High Schools in Rhode Island, Home Econ. Res. J., 7 (5) : 324-333, 1979.*

8) 김혜영: 단체급식에 관한 연구, 대한가정학회지 11 (1), 55-72, 1973.

9) 김영자: 여대생의 음식선택 및 기호선향에 관한 연구, 한국영양학회지, 9 : 35-45, 1976.

10) 이미숙: 어린이의 식습관이 체위에 미치는 영향에 관한 연구, 한국영양학회지, 9 : 7-15, 1978.

11) 원재희: 일부중고등학생의 편식실태상황에 관한 조사연구, 한국영양학회지 : 7 : 15-26, 1976.

12) 임현숙: 취학전 아동의 식품기호와 식습관 조사연구, 한국영양학회지, 9 : 60-68, 1976.

13) Parrish, J.B.: *Implications of Changing Food Habits for Nutrition Educators, J. Nutr. Ed., 2 : 140-146, 1970.*