

균형있는 영향을... 미국인의 식습관 변화 따라 美 학교급식방 달라진다

1996년부터 '가이드라인'에 근거해 미국의 학교급식이 변화를 가져올 것으로 예상된다. 또한 최근에는 일본에서도 학교급식을 소위 '식육(食育)'의 장(場)으로 활용해야 한다는 의견이 소아과 의료와 영양사들 사이에서 나오고 있다.

제빵업계로서는 빵의 영양학적 장점이 학교급식을 보급시키는 좋은 기회이므로 이러한 움직임에 관심을 갖지 않을 수 없다.

학교급식을 식육의 장으로 하는 발상은 미국에서 먼저 일어났다. 지금도 그것을 실현하고자 하는 움직임이 미국에서는 활발히 진행되고 있다. 밀링 앤드 베이킹 뉴스에서도 학교급식중 빵을 중요시하는 각계의 움직임을 매주 뉴스로 보도하고 있다. '다이에터리 가이드 라인'을 근거로 1996년 이후 미국의 학교급식이 궤도 수정될 예정에 있어 활발한 공청회가 개최되고 있다.

그러면 미국이 '빵'을 어떻게 다룰것인지 현 단계에서 생각할 수 있는 방법과 제안 등을 빵뉴스를 번역 소개한다.

학교급식 수정으로 미국인의 식습관 변화 노력

먼저 미국의 학교급식 개선작업에서 선두에서 있는 농무성의 에렌 하스 차관보를 밀링 앤드 베이킹 뉴스가 인터뷰한 내용을 통해 빵에 대한 견해를 알아보자.

Q. 앞으로 곡물식품이 중요시 될 것으로 보는가.

A. '다이에터리 가이드 라인'에 근거한다는 것은 빵 등 곡물식품을 중시한다는 것을 의미한다. 미국의 급식제에서는 어떤 종류의 빵이 영양학적으로 우수한가에 대해 지금까지는 그다지 관심을 기울여 오지 않았다. 내가 급식현장을 둘러보고 느낀 것은 메뉴가 너무 간단하다는 점이다. 예를 들면, 잠재적으로 우수한 영양학적 가치가 있는 파스타가 거의 메뉴에 나와 있지 않은 것을 들 수 있다.

Q. 제빵회사는 '가이드 라인'에 대해 학교급식 관계자와 어떤 방법으로 연휴를 맺어야 하나.

A. 우선 제빵회사는, 현재 급식용으로 제공하고 있는 빵제품을 영양학적인 면에서의 분석부터 시작해야 할 것으로 본다. 또한 급식 관계자에게 레시피,제조공정에 대한 정보도 공개해야 할 것이다.

이 인터뷰에 따르면 미국 어린이를 위한 영양교육 예산이 금년에 책정된 것으로 나타났다. 결국 올해가 미국의 영양교육의 원년이 되는 것이다. 이렇게 국가 프로젝트로서 영양교육을 자리매김한 것은 미국인 성인병의 주요한 원인이 고지방식품을 지나치게 많이 섭취하기 때문이다. 학교급식도 예외는 아니다.

93년 10월 2일호 밀링 앤드 베이킹 뉴스에 따르면, 미국 급식의 90% 이상이 지방과 포화지방의 레벨이 '가이드 라인'에서 인정하는 수준을 넘고 있다고 밝히고 있다. 이렇게 편중돼 있는 미국인의 식생활을 학교급식 메뉴를 수정함으로써 해결방안을 찾고자 하는 의지가 저변에 깔려 있는 것이다.

업종간의 이해가 엇갈리는 분야

그러나 이 개선책의 밑바닥에는, 지금 미국 청소년들 사이에 흐트러진 식생활 습관이 교육의 장에서 학교급식을 통해 '좋은 식품, 좋지 못한 식품'을 구별하게 되면, 소위 잔크푸드라 불리는 자동판매기용 식품을 제조하는 기업이 반발을 하게 되는 문제가 발생할 수도 있다. 무엇을 먹느냐 하는 자유가 아이들에게는 있다는 것이다. 여러가지로 업종간의 이해가 엇갈리는 민감한 분야라 할 수 있다.

이 문제의 본질을 알기 쉽게 조명한 것이 94년 1월 14일자 크리스찬 사이언스 모니터誌에 실린 "Hearing Target Quality of School Lunch Programs(급식빵의 질에 관한 공청회)"이다. 요는 미국의 학교급식이 고지방, 저섬유질빵으로 오랫동안 유지해 온 것은 정부에 의한 가격지지제도, 결국 보조금 행정이 원인이라고 말하고 있다.

말하자면 보조금 행정 아래에서 급식 관계자는 그 지방에서

나는 신선한 야채나 과일보다도 정부가 관할할 수 있는 통조림 같은 종류의 식품을 식재로 구입하는 것이 편리하다고 인식하고 있다. 보조금 행정을 개선하는 것만이 이런 인식을 바꾸어 신선한 야채, 전립분 식빵, 저지방 우유의 섭취를 가능하게 한다는 것이다. 미국 농무성도 이 개선에 전향적으로 움직이고 있다. 저지방 모짜렐라 치즈를 피자 토핑에 사용하는 계획을 실행하고 있는 것은 그 한 예라 하겠다.

급식과 같이 이해관계가 복잡하게 얽혀있는 분야를 정리하는데는 의견일치를 몰아가는 리더적 인제가 필요하다. 하스차관보 외에 와몬드주 출신의 패트릭 리히 상원의원의 활약이 뛰어나다. 그는 미국 행정권의 '농업, 영양, 임업에 관한 상원위원회'의 책임자이다.

94년 6월 28일 밀링 앤드 베이킹 뉴스에 따르면, 리히 상원위원은 학교내 한종류의 잔크푸드 판매를 제한하는 내용을 골자로 하는 "Better Nutrition and Health for Children Act(아동건강증진 법안)"을 제출했는데, 이 법안에 대해 베이커리협회가 지지를 표명하고 있는 반면, 불리한 입장에 놓여질 한 스낵업체는 이 법안에 대해 "좋은 식품과 좋지 않은 식품에 관한 내용은 바람직하지 않다"고 주장하고 있다. 이처럼 업계의 여론이 일치하기가 쉽지 않다.

영양학적 분석 여전히 미흡

미국에서 전립분을 사용한 빵이 영양학적으로 우수함을 인정하고 있음에도 불구하고 학교급식에서 제대로 활용되지 못한 이유가 의외로 엉뚱한 것에 있는 것으로 나타났다. 공청회를 통한 전문가들의 발언을 종합해 보면, 문제는 급식 메뉴 작성자에게 충분한 재량권이 주어지지 않는다는 점이다. 그 지방의 신선한 야채나 전립분을 사용한 제과점 식빵을 구입하기 어려운 구조를 어떻게 할 수가 없다는 것이다.

공청회에서는 또한 현재의 개선작업에 대한 비판도 나오고 있다. 94년 9월 13일자 밀링 앤드 베이킹 뉴스 'Nutrient-based school meal plan criticized at hearing'에서는 영양 밸런스가 좋은 '가이드 라인'에 정해진 메뉴를 작성하는데는, 영양개선의 소프트 웨어를 전부 바꿔야 하는 등 사무국 업무가 너무 번잡하다는 비판이 그것이다.

이에 대해 하스 차관보는 "오히려 영양계산을 어린이와 부모도 가정에서 할 수 있도록 하는 것도 학교급식 개선 캠페인의 중요한 목표"라고 반론하고 있다.

이에 부모를 위한 영양계산 참고서(Guide for Healthy

School Meals)가 곧 미국 전역에 배포될 예정이다. 빵과 파스타 중심의 곡물식품을 베이스로 구성하는 '푸드 가이드'는 식품의 적절한 혼합을 가르키는 것을 목표로 하고 있기 때문에, 맛이 있고 없는 것을 기준으로 식품을 선택하는 어린이들을 부모가 영양지도하는 형태로 발전시켜 나갈 것이다.

94년 8월 30일자 "W.F.C calls for modification of nutrient-based school meal plan"에서는 빵의 소비를 2배로 늘리는 것을 제1의 시나리오로 하고 있다. 그러나 미국 소맥위원회(W.F.C)는 복합탄수화물이나 식물섬유에 대해 필요량이 가이드 라인에는 명기되어 있지 않음을 문제시 하고 있다.

이 위원회는 현재의 영양교육 계획안이 학교급식만을 실천의 장으로 사용하는 것은 불충분하다고도 비판하고 있다. 학교외의 장에서의 어린이의 식습관에도 눈을 돌려야 한다고 주장하고 있다.

한편 학교를 벗어나면 여기까지 영양 정보가 넘치고 있다. 이점을 지적하는 기사를 소개하면 다음과 같다.

"5년후 어느 식품이 영양적으로 우수하고, 어느 식품이 그렇지 못한가에 관한 전문가들의 의견이 지금과 같다고 생각하는가에 대한 질문에 약 40%의 소비자가 5년후에는 전문가들이 지금과 다른 의견을 내놓을 것이라고 답하고 있다."

또한 이 기사는 "건강을 생각하면서 확고한 의식을 갖고 식품을 선별하는 사람은 소수에 지나지 않는다. 무엇이든 맛있으면 된다고 생각하는 사람들도 적지 않다. 대다수의 미국인은 영양과 맛과 가격 사이에서 밸런스를 취하고 있다."

이것은 지금 미국에서 무엇이 영양적으로 우수한가 자신있게 말할 수 있는 사람이 적다는 것을 나타내는 것이기도 하다. 곡물식품에 관해서는 빵을 하루에 몇개를 먹어야 하는지에 대한 캠페인은 많이 있어 왔다. 그러나 미국 학교급식서비스협회의 위원회에서는 복합탄수화물, 섬유질, 비타민B의 영양학적 역학적 장점을 갖고 전문가가 알기 쉽게 해설해 주기를 요청하고 있다.

미국 농무성이 작성한 '영양표준메뉴플래닝'을 제목으로 하는 제안서 중에는 영양학을 전문적으로 설명한 것이 모자란다는 것이 학교급식 관계자의 불만이다. 왜 복합탄수화물을 많이 섭취하지 않으면 안되는지에 대해 급식 관계자들 사이에서 아직도 불협화음이 있는 인상을 받는다.

이처럼 어느 영양소(특히 탄수화물)의 영양, 역학적 연수를 본격적으로 시작해야 할 단계가 됐는지도 모른다. [1]