

서울·경기 일부 중등학생의 식사 행동 및 구내식당·매점 이용에 관한 조사

이원묘·김울상·이영남*

단국대학교 식품영양학과, 경희대학교 호텔관광대학 급식산업학과*

Evaluation of Food Behavior of Secondary School Students in Seoul and Kyunggi Area

Won Myo Lee · Eul Sang Kim · Lee Young Nam

Department Food and Nutrition, Dan Kook University, Seoul, Korea

Department of Institutional Food Service, Kyung Hee University, Seoul, Korea

ABSTRACT

The purpose of this study was to find the proper methods of school food service conducted from June 20th July 30th in 1996. The subjects of this study were 587 parents of students, 794 students and 359 school teachers at 508 middle and high schools in Seoul and Kyunggi area. And the result was as follow. A total of 48.3% of respondent answered they had breakfast regularly. The reasons why they had breakfast, were habits(34.4%) followed by hunger(28.2%), health(19.9%), parent's persuasion(17.5%). They reasons why they didn't have breakfast are, lacks of time(68.8%) followed by absence of appetite(20.5%), diet(4.5%). About the question the problem of eating habits the most of parents of students, chose an unbalanced diet(25.9%), followed by overeating of snacks(21.7%), voracious eating(18.0%), not eating meals(17.5%), eating little(10%) and overeating(6.8%). At the research of an unbalanced diet, the 63.3% of respondents said they eat evenly while the 36.7% said they had an unbalanced diet. From the research of correlativity between food service at elementary schools and eating habits, we knew that the experience of school food service had an effect on an unbalanced diet. And the students living in Seoul complained more than in Kyunggi. The question about the quality of food, 69.0% of respondents said they were not so bad. While 21.2% said not delicious at all just 9.8% of students said they were very satisfied with the taste. Interestingly, more middle school students both in Kyunggi and Seoul answered the food was delicious than high school students. About the question of the price, 49.5% of students thought appropriate(49.5%) while 44.3% said it was too high. Just 5.9% students answered cheap(5.9%). And students living in Kyunggi thought the price was high than students in Seoul, 62.9% of respondents think their refectories were clean while 22.8% think not clean. And 14.3% answered said dirty. Snack bars at school were managed by the contract with trusters(63.2%), while by the school itself(32.6%).

KEY WORDS : secondary school, school food service, breakfast, food behavior, refectory, snack bar

서 론

청소년기는 신체내의 생물학적 변화와 성적인 발달이 성숙하여 완숙하는 단계로서 세계보건기구(World Health Organization)에서는 10세에서 20세로 정의하고 있다.¹⁾ 우리 나라의 경우 만 6세에서 12세까지의 초등학교생을 아동기로, 13세에서 18세, 20세까지의 중·고등학교생을 청소년기로 구분하고 있다.²⁾

청소년기는 신체적, 정신적인 제2의 성장기로서 건강한 생활을 할 수 있도록 올바른 가치관을 심어주고, 신장과 체중의 급격한 증가를 위해 적절한 영양 공급을 해주어야 하며 다른 어느 시기보다도 중요하다.³⁾ 청소년기의 성장과 발달 및 성숙단계를 위해서는 유전적인 요소는 물론 환경적인 요소 즉 영양, 사회경제적 수준, 질병 등의 요인들이 중요한 작용을 하게 된다.⁴⁾

고도의 경제성장으로 발전한 우리 나라는 사회의 환경, 생활양식 등이 크게 변화하고 있다. 식생활도 이에 영향을 받아 일상 식이의 국제화 및 외식화 현상이 심화되어 일반적으로 청소년들은 동물성 식품이나 기포성 음료가 많은 패스트푸드를 선호하여 영양의 불균형 또는 동물성 지방과 단백질이 편중되는 식사를 하기 쉬워지는데 이는 청소년 비만 및 불량한 식습관을 유발하여 만성퇴행성 질환 발병의 원인을 제공하고 있다.^{5)~7)} 우리 나라 청소년들의 영양상태 및 식생활에 대한 연구조사 결과 보고에 의해서도 영양의 불균형, 아침결식 및 경시경향, 열량위주의 간식, 저녁식사의 과다한 섭취, 불규칙한 식생활, 무절제한 식이요법, 편의주의적 식사행태로의 변화 등이 지적되고 있다.^{8)~10)} 다른 시기에 비해 영양의 권장량이 높게 책정되어 있는 청소년기의 영양소 섭취 실태에서 경제성장과 더불어 향상되고 있는 것으로 나타나고 있으나 아직은 권장량에 비해 섭취량이 부족한 현상을 보이고 있으며¹¹⁾, 특히 중·고등학생은 3끼의 식사 중 1끼 혹은 2끼를 도시락에 의존하므로 이들의 도시락을 중심으로 영양 섭취 행태를 분석

한 결과에서는 열량, 칼슘, 철분, 비타민B, 과 B₂, C 등이 권장량에 미치지 못하는 것으로 조사되고 있다.^{12)~15)} 이와 같은 문제점은 1일 평균 9시간~14시간 동안 학교 생활을 해야 하는 중·고등학생들의 교육 환경, 식사 환경 등이 큰 영향을 미치고 있으므로 학생들을 위한 건강관리의 실제적인 방법이 요구되고 있다.

이에 본 조사 연구에서는 첫째, 청소년들의 식생활 습관 측면에서 문제점을 고찰하고, 현재 학교에서 운영되고 있는 중·고등학교의 구내식당, 구내매점 등의 현황과 이용 행태를 분석하여, 보다 좋은 환경에서 식사를 할 수 있으며 청소년들에게 영양의 중요성을 인식시키고, 건전하게 식품을 선택할 수 있는 방법을 교육하게 되며, 무엇보다 청소년 자신들과 이들을 교육하는 교사들의 건강과 영양관리를 위해서 합리적이고도 효율적인 중·고등학교의 학교급식 실시의 기초자료를 제공하고자 한다.

연구대상 및 방법

1. 조사연구 대상

1996년 6월 현재 서울과 경기도 내의 중학교, 고등학교를 모집단으로 하여, 학생·학부모·교사들에 대한 설문조사를 하기 위해 대상학교로 선정한 학교는 서울 지역 중학교 4개교, 고등학교 6개교이며, 경기지역 중학교 4개교, 고등학교 6개교로 총 20개교를 대상으로 하였으며, 학교 설립주체별(공·사립), 지역별, 남·여학교의 특성을 고려하여 선정하였다. 선정된 조사대상 학교에서 중학교의 경우 2학년 2개 학급의 학생을 조사대상자로 하였으며, 학부모의 설문은 조사대상 학생의 학부모로 선정하였다. 고등학교 학생의 경우에는 고등학교 2학년과 3학년의 학교 생활에 대한 차이가 있을 것으로 판단되어 학년별로 각각 1개 학급씩 선정하였으며, 각각 그들의 학부모로 하여금 설문에 응답토록 하였다. 1

개 학교의 학생수는 평균 50명으로 하였다. 교사 설문 조사에서는 선정된 대상 학교의 전체 교사를 대상으로 하였으며 학교당 교사의 수는 50명씩으로 임의 선정하였다.

구내식당 및 구내매점의 운영 및 이용 행태를 분석하기 위해서 중학교는 서울지역 353개교, 경기지역 343개교 전수조사를 하였으며, 고등학교의 경우 서울 지역은 전체 고등학교(일반, 실업, 예술, 체육, 과학, 외국어) 274개교 중 일반 고등학교 184개교를 대상으로 전수조사를 하였다. 학교급식을 실시함에 있어서 학교의 계열별 유형이 학교급식 실시에 영향을 미치기보다는 재원의 문제가 될 수 있는 설립주체나 소재지라든가 학교수보다는 학생수 등이 더 큰 영향을 미칠 것으로 판단되어 학교의 계열별이나 유형에 구분하지 않고 일반계 고등학교만을 대상으로 전수조사를 했으며, 경기지역은 고등학교의 대부분이 초등학교와는 달리 읍·면소재지에 있으며 일반계 고등학교의 학교수나 학생수가 서울지역보다 적으며, 또한 서울지역과는 달리 일반계 고등학교보다는 실업·종합고등학교 등의 형태가 많으므로 248개교를 전수 조사하였다.

2. 연구조사방법

본 조사에서 사용한 설문지는 학생, 학부모, 교사를 대상으로 식습관 행태를 설문하였으며, 학교의 구내식당 및 구내매점 현황 등을 참고로 해서 작성하여 설문하였으며, 서울특별시와 경기도 교육청의 협조를 받아 수정·보완하여 조사지를 확정하였다. 확정된 조사지로 선정된 조사 대상자에게 설문하였다.

설문조사의 기간은 1996년 6월 20일부터 실시하여 7월 10일까지 회수하였고, 1996년 7월 11일부터 1996년 7월 30일까지 추가 회수하였다. 학생, 학부모, 교직원을 대상으로 한 설문에서 일부는 각 지역별로 교육청 문서수발을 통해서, 일부는 우편을 통한 방법을 이용하여 배부하였다. 설문에 대한 설명은 조사대상 학교의 교감 선생님과 학년주임 선생님을 통해서 하였으며, 설문지의 회수는 모두 우편을 이용하였다.

3. 조사자료의 처리

- (1) 조사자료는 SPSS/PC*(Statistic Packages for Social Science V6.0)를 이용하여 연구 내용별로 다음과 같은 통계방법을 이용하였다.
- (2) 조사 대상자의 일반사항에 대해 각각의 빈도수, 백분율을 산출하였다.
- (3) 각 요인들간의 유의도는 chi-square(χ^2)test 검증하였다.

연구결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반사항

1) 조사대상에 대한 회수 정도

조사대상 학교는 중학교 696개교, 고등학교 432개교로 총 1128개교로서 설문 응답학교는 중학교 345개교, 고등학교 163개교로서 총 508개교(45.0%)이며, 중학교, 고등학교의 경우 서울지역이 각각 66.9%, 58.7%이며, 경기지역이 각각 31.8%, 22.2%였으며 학생용 설문지의 회수율은 중학생 328명(82.0%), 고등학생은 466명(38.8%)로 2학년이 323명(53.8%), 3학년이 133명(22.2%)로 고등학교 3학년 학생의 응답 회수율이 저조하였다. 학생, 학부모, 교사 대상의 설문 회수는 서울지역이 181명(22.6%), 98명(12.3%), 82명(16.4%)이며, 경기지역은 각각 613명(76.6%), 489명(61.1%), 277명(55.4%)이었다.

2) 조사대상별 일반적 특성

표 1, 표 2, 표 3, 표 4와 같이 학교, 학생, 학부모, 교사에 대한 일반적 특성을 분류하였다.

응답 학생과 교사의 남·여의 성비는 남자가 312명(39.3%), 170명(47.4%)이며, 여자는 482명(60.7%), 189명(52.6%)였다. 초등학교에서의 학교급식 경험은 있다고 응답한 학생은 191명(36.2%), 전혀 없는 학생이 337명(63.8%)로 지금의 중·고등학생들이 초등학교 재학 시절의 학교급식 실시와 비슷한 분포이다. 교사들의 경우 담당교과에서 학교급식과 연관성이 있다고 보여지

표 1. 조사 대상 학교의 일반사항

구 분	계		중		고	
	빈도	비율(%)	빈도	비율(%)	빈도	비율(%)
설립주체						
국·공립	292	64.2	216	71.8	76	49.4
사립	163	35.8	85	28.2	78	50.6
학교위치						
도시	391	85.9	257	85.4	134	87.0
농어촌	55	12.1	37	12.3	18	11.7
도서벽지	9	2.0	7	2.3	2	1.3
학급수						
10 이하	35	7.7	27	9.0	8	5.2
11~20	54	11.9	32	10.6	22	14.3
21~30	151	33.2	112	37.2	43	27.9
31~40	155	34.1	97	32.2	54	35.1
41~50	47	10.3	27	9.0	20	13.0
51 이상	13	2.8	6	2.0	7	4.5
학생수						
100 이하	2	0.4	2	0.7	0	0.0
101~500	42	9.3	30	10.4	12	7.8
501~1000	55	12.1	35	11.4	20	13.0
1001~2000	294	64.6	210	70.9	84	54.5
2001~3000	59	13.0	24	6.6	35	22.7
3001~4000	2	0.4	0	0.0	2	1.3
4001 이상	1	0.2	0	0.0	1	0.7
교사수						
25 이하	42	9.3				
26~50	106	23.3				
51~75	183	40.2				
76~100	103	22.6				
101 이상	21	4.6				

는 가정과, 체육과 교사는 응답교사의 197명(54.9%)였으며, 학생들의 생활지도와 직접 관련이 있는 담임은 응답교사의 208명(57.9%)이었다.

응답 학부모의 일반적인 특성은 표 4와 같이 거주지는 도시지역이 297명인 88.9%, 농어촌 6.9%, 도서벽지 4.2%였으며, 생활의 정도는 중류의 생활을 하고 있다고 응답한 학부모가 515명(92.0%)이었다. 교육의 정도에서 고졸 이상의 고학력자는 470명인 92.3%였으며 자녀의 수는 2명이 68.3%(390명), 3명은 18.4%(105명)이고, 1자녀를 둔 학부모는 8.2%(47명)였으며 5명 이상의 자녀를 가진 학부모는 1.4%(8명)였다.

표 2. 조사 대상 학생의 일반사항

구 분	빈 도	비율(%)
성 별		
남	312	39.3
여	482	60.7
연령(세)		
13~15	379	47.7
16~18	415	52.3
학교급식 경험		
유	191	36.2
무	337	63.8

표 3. 조사 대상 교사의 일반사항

구 분	빈 도	비율(%)
성 별		
남	170	47.4
여	189	52.6
담임교과		
가정, 체육	197	54.9
그외	162	45.1
담임유무		
유	208	57.9
무	151	42.1

표 4. 조사 대상 학부모의 일반사항

구 분	빈 도	비율(%)
거 주 지		
도 시	297	88.9
농 어 촌	23	6.9
도서벽지	14	4.2
생활정도		
상	9	1.6
중	515	92.0
하	36	6.4
교육정도		
대학원졸 이상	30	5.9
전문대 및 대졸	217	42.6
고 졸	223	43.8
그 이하	39	7.7
자녀 수		
1명	47	8.2
2명	390	68.3
3명	105	18.4
4명	21	3.7
5명 이상	8	1.4

2. 중·고등학생의 식사 형태 및 식생활 습관

한국인 영양 권장량 제 6차 개정²⁰⁾에 의하면 중학생(13~15세), 고등학생(16~19세)들의 영양 권장량에서 이 시기는 어느 연령층보다도 가장 많은 영양량의 섭취를 권장하고 있다. 그러나 청소년기의 영양 섭취 실태 추이에서 광²¹⁾등이 조사한 자료에 의하면 열량은 1990년대 이후에서, 단백질은 1985년대 이후에서 평균 섭취

량이 영양 권장량보다 높게 나타나고 있으며, 기타 영양소의 경우에는 대부분 권장량에 미치지 못하고 있는 실정이며 특히 칼슘과 철분의 섭취량은 권장량에 훨씬 미치지 못하여 영양의 불균형이 문제점으로 지적되고 있다.

심리적으로 사춘기라는 특수한 감정의 성숙으로 감정의 변화가 심하고, 가치관이 형성되는 시기인 청소년들의 식사행동은 영양지식, 가치관, 가족관계, 심리적 안정 및 성격 등과 관련이 있으며, 식습관은 학교, 가정, 사회의 제요소와 밀접한 관계를 갖고 있다. 적절한 식사시간과 식사 환경, 적절한 양의 음식과 영양의 공급이 함께 이루어져 바른 식생활 습관이 정착되어야 하는 중·고등학생들의 식생활에 대한 문제점은 여러 보고에서 지적하고 있다²¹⁾²²⁾²³⁾²⁴⁾.

1) 아침식사

아침을 먹는 학생의 경우 신체·정신적으로 건강하다고 하며²⁴⁾, 아침의 결식은 점심식사 전까지의 공복을 매우기 위해 간식등의 과다섭취, 과식을 하게 되어 비만이나 위장병, 변비 등을 초래하게 되며²⁵⁾, 영양 섭취 면에서도 아침식사를 결식하는 경우 더 저조한 것으로 조사되고 있다²⁶⁾²⁷⁾²⁸⁾.

조사 대상자의 아침식사에 관한 조사결과는 표 5, 표 6, 표 7과 같다.

구 분		매일 한다	주 2~3회 한다	거의 먹지 않는다	빈도(%)
서울	남	59(66.3)	19(21.3)	11(12.4)	
	여	28(33.7)	22(26.5)	33(39.8)	
	소 계	87(50.6)	41(23.8)	44(25.6)	
경기	중	30(50.8)	8(13.6)	21(35.6)	
		남	109(67.3)	24(14.8)	29(17.9)
	고	56(46.7)	38(31.7)	26(21.7)	
		여	79(33.6)	38(16.2)	118(50.2)
	소 계	274(63.9)	70(16.3)	85(19.8)	
	전 체	남	198(63.8)	51(16.5)	61(19.7)
여		163(37.2)	98(22.4)	177(40.4)	
총 계		361(48.3)	149(19.9)	238(31.8)	

매일 아침식사를 규칙적으로 한다고 응답한 학생은 총 48.3%이며, 남학생은 63.8%, 여학생이 37.2%로 남학생의 아침식사율이 여학생보다 더 좋은 것으로 조사되었으며, 중학생보다는 고등학생이 더 높게 나타났다. 아침식사를 하는 이유는 습관적으로 34.4%, 배가 고파서 28.2%, 건강관리상 본인의 의지로 19.9%, 부모님의 강요로 17.5%로써 규칙적인 아침식사를 하고 있는 학생들은 좋은 식습관을 갖고 있으며 아침식사에 대한 중요성을 인지하고 있었으나, 아침을 거의 먹지 않거나 일주일에 2~3회 정도를 하고 있는 응답 학생이 51.7%나 되어 중·고등학생들의 아침 결식에 대한 문제점으로 나타나고 있으며 이는 오, 우 등의 아침 결식에 대한 조사와도 비슷한 경향을 보이고 있다²¹⁾²⁵⁾²⁹⁾.

아침식사를 못하는 이유(표 7)는 시간이 부족해서 68.8%, 밥맛이 없어서가 20.5%로 가장 많았으며, 체중 조절을 위해서는 4.5%였다. 시간이 부족하거나 밥맛이 없는 이유는 학생들의 등교시간과 밀접한 관계가 있는 것으로 학생들의 등·하교시간 조사에 의하면 집에서부터 출발하는 시간이 중학생이 7:00~7:30, 고등학생은 6:30의 시간대가 60.2%로 가장 많았으며 서울지역보다는 경기지역의 학생들이 30분 정도 더 빨리 등교하는 것으로 나타났는데 이는 학교와 집의 거리가 멀고 교통의 불편에 의한 요인으로 풀이되며 경기지역의 경우 5:30~6:00 사이에 출발하는 학생들도 응답 학생의

구 분		건강관리상 본인의지	부모님의 강요로	배가 고파서	습관적으로	빈도(%)
서울	남	10(13.3)	7(9.3)	18(24.0)	40(53.3)	
	여	9(17.6)	11(21.6)	16(31.4)	15(29.4)	
	소 계	19(15.1)	18(14.3)	34(27.0)	55(43.6)	
경기	중	2(5.0)	6(15.0)	15(37.5)	17(42.5)	
		남	37(28.0)	20(15.2)	29(22.0)	46(34.8)
	고	13(13.8)	21(22.3)	30(31.9)	30(31.9)	
		여	29(26.1)	23(20.7)	34(30.6)	25(22.5)
	소 계	81(21.5)	70(18.6)	108(28.6)	118(31.3)	
	전 체	남	49(19.8)	33(13.4)	62(25.1)	103(41.7)
여		51(19.9)	55(21.5)	80(31.3)	70(27.3)	
총 계		100(19.9)	88(17.5)	142(28.2)	173(34.4)	

표 7. 아침식사를 못하는 이유

구분	빈도 (%)
시간이 부족해서	198(68.8)
밥맛이 없어서	59(20.5)
체중 조절을 위해서	13(4.5)
기타	18(6.2)
총계	288(100.0)

4.8%나 되었다. 학교시간은 중학생은 평균 16:30, 고등학생은 고2의 경우 17:30, 고3의 경우에는 22:00~23:00가 42.1%, 23시 이후가 47.2%로 늦게 귀가하고 있음을 알 수 있었다.

초등학교 시절 학교급식을 경험한 학생들은 경험해 보지 않은 학생에 비해 비교적 아침식사를 잘 하고 있는 것으로 나타났다. 학교급식을 경험한 학생들의 경우 매일 규칙적으로 아침식사를 한다 49.2%, 일주일에 2~3회 정도 하고 있다가 25.4%로 74.6%는 아침식사를 하고 있다고 응답했으나, 급식 경험이 없는 학생들의 경우는 37.4%가 아침식사를 거의 하지 않는 것으로 조사되었다. 급식 경험 유무와 아침식사 여부와와의 상관성 조사에서는 매우 유의성이 있는 것으로 나타났다.

표 8. 학교급식 경험 유무와 아침식사 여부와와의 상관성 조사

구분	빈도(%)	
	급식 경험 있다	급식 경험 없다
거의 하지 않음	70(25.4)	166(37.4)
주 2~3회 식사	70(25.4)	76(17.1)
매일 한다	136(49.2)	202(45.5)
계	276(100.0)	444(100.0)

$\chi^2 = 15.33$ $p = 0.001$

2) 도시락 실태

학생들의 도시락 지참률은 총 응답 학생 794명이 도시락을 1~3개를 지참하고 다녔는데 그 중 중학생은 1개가 90.8%, 2개가 9.2%를, 고등학생은 1개가 56.4%, 2개는 43.4%, 3개가 0.2%였으며, 도시, 농촌, 도서벽지로 구분된 지역별로 도시락 개수에 대한 통계분석에서 통계적으로 유의한 차를 나타내지는 않았고 세 집단 모두에서 도시락 1개가 가장 높은 빈도를 보였다.

도시락을 2개 이상 지참하는 학생은 아침과 점심식

사용으로 31%, 점심식사가 부족해 점심의 보충식사용으로 2개를 지참하는 경우가 25%, 점심과 저녁용으로 2개 이상을 지참하는 학생이 94.4%로써 학교급식이 실시될 경우 점심급식과 저녁급식 등 끼니에 대한 고려를 해야 할 것으로 풀이된다.

2개의 도시락을 가져오는 경우 모두 아침에 갖고 왔으며(94.8%) 이 도시락을 점심과 저녁에 섭취하게 되므로 장시간 실온에 방치하게 되어 도시락의 변질로 인한 식중독의 위험성에 노출되어 있었으며 표 9와 같이 하루에 학부모가 준비하는 가족들의 도시락 총수는 1개 22.7%, 2개 41.2%, 3개 이상 36.1%로 나타났다.

표 9. 학부모가 준비하는 1일 가족 도시락 갯수 - 거주지역

구분	빈도(%)			
	도시	농촌	도서벽지	총계
1개	75(20.2)	30(34.1)	4(19.0)	109(22.7)
2개	161(43.3)	29(33.0)	8(38.2)	198(41.2)
3개	58(15.6)	20(22.7)	2(9.5)	80(16.6)
4개	44(11.8)	9(10.2)	3(14.3)	56(11.6)
5개	34(9.1)	0(0.0)	4(19.0)	38(7.9)
총계	372(100.0)	88(100.0)	21(100.0)	481(100.0)

$\chi^2 = 22.23$ $p = 0.045$

표 10과 같이 학부모의 입장에서 도시락 준비할 때에 자녀들을 위해 가장 고려를 하는 부분은 도시락 반찬의 수가 36.5%, 도시락의 양 28.5%, 변질 등 위생문제 19.3%, 다양한 조리 15.7%의 순으로 나타났으며, 직접 만들어 준비 92.7%, 주문 도시락 6.9%, 외식·매식 0.4% 순으로 나타났다. 도시락을 준비하기 위해 학부모들이 가장 어렵다고 생각하는 것은 영양적으로 균형잡힌 식사의 제공 39.4%, 식단의 다양화 30.3%, 조리법 등의 제한성 18.0%, 자녀들의 편식 12.3%로써 지역별로 통계적인 유의성을 나타내지는 않았다. 청소년기의 영양소 섭취 실태에서 영양소 섭취량이 부족한 현상을 보이고 있으며¹¹⁾, 특히 중·고등학생들의 도시락을 중심으로 영양 섭취량을 분석한 결과에서 열량, 칼슘, 철분, 비타민B, 과 B₂, C 등이 권장량에 미치지 못하는 것으로 조사된 것과^{12),13)} 무관하지 않음을 알 수 있다. 세 집단 모두에서 영양 균형, 식단 다양화에 가장 큰 어려움이 있다고 대답하였다.

표 10. 도시락 준비시 유의 순서

구 분	빈 도(%)
도시락 반찬수	210(36.5)
도시락의 양	164(28.5)
변질 등 위생	111(19.3)
다양한 조리	90(15.7)

표 11. 도시락 준비시 어려운 점 빈도(%)

구 분	도 시	농 어 촌	도 서 벽 지	계
식단의 다양성	118(32.3)	18(20.9)	7(33.3)	143(30.3)
영양의 균형	142(38.9)	35(40.7)	9(42.9)	186(39.4)
조리법등 한정성	63(17.3)	21(24.4)	1(4.8)	85(18.0)
편 식	42(11.5)	12(14.0)	4(19.0)	58(12.3)
계	365(100.0)	86(100.0)	21(100.0)	472(100.0)

$\chi^2 = 8.45 \quad p = 0.207$

3) 식습관 조사

(1) 학생의 식습관

학부모가 자녀들에 대한 식생활 습관 중 가장 문제가 된다고 생각하는 것은 표 12에서와 같이 편식 25.9%, 간식과다 21.7%, 폭식 18.0%, 결식 17.5%, 소식 10.1%, 과식 6.8%의 순이었으며 표 13과 같이 교사들이 생각하는 학생들의 식습관의 문제로는 간식의 과다 30.4%, 외식·매식 26.7%, 결식 20.6%, 불규칙한 식사 15.0%, 기타 4.8%, 폭식 2.5%의 순이었다. 도시·농어촌·도서벽지로 구분된 지역에서 자녀들에 대한 식생활 문제에 대한 인식도는 세 그룹에서 자녀 식생활 문제에 대한 의견에 있어서는 통계적으로 유의한 차를 나타내지는 않았다. 본 조사에서 도서벽지지역의 조사대상자의 부족으로 인한 통계 분석의 어려움이 있으나 도시·농촌의 구분에서 편식이 가장 큰 문제라고 답하였다.

학생들의 식생활 중에서 편식, 폭식, 결식 등은 식생활을 함께 하므로 세부적인 면을 알 수 있는 학부모들이 문제점을 지적하였으며, 학생들의 생활태도와 외부적으로 드러나는 부분은 간식 과다, 외식·매식, 결식이 교사들에 의해 지적되었다. Yperman²⁰⁾에 의하면 식습관은 학교, 가정, 사회적인 제요소와 밀접한 관계를 갖고 있다고 하였다. 우리 나라의 청소년들에 대한 식생활 행동은 이른 등교시간, 늦은 귀가시간, 과다한 수업시

표 12. 학부모가 생각하는 자녀들의 잘못된 식습관

구 분	빈 도(%)
결 식	65(22.0)
편 식	94(31.8)
간식과다	48(16.2)
과 식	19(6.4)
폭 식	52(17.6)
소 식	18(6.1)
계	296(100.0)

표 13. 교사가 생각하는 학생들의 잘못된 식습관 빈도(%)

구 분	중	고	총 계
결 식	47(19.7)	27(22.5)	74(20.6)
간식 과다	69(28.9)	40(33.3)	109(30.4)
외식·매식	67(28.0)	29(24.2)	96(26.7)
불규칙한 식사	39(16.3)	15(12.5)	54(15.0)
폭 식	5(2.1)	4(3.3)	9(2.5)
기 타	12(5.0)	5(4.2)	17(4.8)
계	239(100.0)	120(100.0)	359(100.0)

$\chi^2 = 4.82 \quad p = 0.44$

간, 불량한 식사환경 등이 습관의 연쇄 반응적으로 유도되어 학생들의 식생활 지도를 가정에서는 학부모가, 학교 내에서는 교사와 본인들 스스로의 의지가 필수적이므로 식생활 교육을 포함한 학교급식의 조기실시가 요망된다. 특히 학부모의 경우 거주지별로 자녀들의 식습관 대한 문제에 차이가 나타났는데 도시의 경우 결식과 편식을, 농어촌은 편식과 폭식을, 도서벽지는 편식을 걱정하는 빈도가 가장 높았다.

편식에 대한 학생들 스스로의 생각은 표 14와 같이 편식을 하는 편이다 36.7%, 골고루 잘 먹는다 63.3%로 나타났다.

초등학교 학교급식 경험 유무와 편식과의 상관성 조사에서는 학교급식의 경험이 편식교정에 영향을 미치는 것으로 나타났으며 그 결과는 표 15에 제시하였다.

표 16과 같이 편식을 하는 경우의 조사에서, 잘 안먹는 식품의 종류로는 채소류 35.3%, 육류 18.9%, 고지방류 15.0%, 유제품 7.7%, 과일류 1.8%의 순으로 나타났다. 이는 이³⁰⁾의 조사와 비슷한 분포를 보이고 있는데 채소류에서의 편식은 서울과 경기지역의 남학생이 각각 67.6%, 42.7%이었으며, 육류의 편식은 서울지역의 여

학생이 23.3%, 경기의 여학생이 23.8%로 높게 나타났다.

채소류는 주로 비타민을, 육류는 양질의 단백질을 제공해주고 있는데 편식으로 오는 영양 불균형의 보충을 하기 위한 방법에 대한 조사 결과는 표 17과 같다.

건강보조식품을 먹고 있는 학생은 6.1%, 종합영양제나 비타민제를 복용하는 학생은 26.0%, 한약제나 보약 등을 복용한다가 10.6% 였으며, 식사와 간식 등 음식 이외의 다른 것은 먹지 않는 학생이 57.3%로 학생들에 대한 영양 관리 현황을 알 수 있었다.

표 14. 학생이 생각하는 편식의 정도

		빈도(%)	
구 분		편식을 한다	편식을 안한다
서울	남	36(40.0)	54(60.0)
	여	30(38.5)	48(61.5)
	소 계	66(39.3)	102(60.7)
경기	남	75(34.9)	140(65.1)
	여	127(36.5)	220(63.2)
	소 계	202(35.9)	360(64.1)
전 체	남	111(36.4)	194(63.6)
	여	157(36.9)	268(63.1)
	총 계	268(36.7)	462(63.3)

표 15. 편식과 학교급식 경험과의 상관성

		빈도(%)	
구 분		급식경험 있다	급식경험 없다
편식을 한다		64(33.3)	137(40.8)
	편식하지 않는다	127(66.7)	200(59.2)
계		191(100.0)	337(100.0)

$r^2 = 4.02$ $p = 0.44$

표 16. 편식음식에 대한 생각(학생)

			빈도(%)				
구 분		육 류	채소류	과일류	고지방류	유제품	기 타
서울	남	6(16.2)	25(67.6)	1(2.7)	3(8.1)	0(0.0)	2(5.4)
	여	7(23.3)	13(43.3)	0(0.0)	0(0.0)	5(16.7)	5(16.7)
	소 계	13(19.4)	38(56.7)	1(1.5)	3(4.5)	5(7.5)	7(10.4)
경기	남	10(11.2)	38(42.7)	2(2.2)	11(12.4)	7(7.9)	21(23.6)
	여	31(23.8)	25(19.2)	2(1.5)	29(22.3)	10(7.7)	33(25.4)
	소 계	41(18.7)	63(28.8)	4(1.8)	40(18.3)	17(7.8)	54(24.7)
전 체	남	16(12.7)	63(50.0)	3(2.4)	14(11.1)	7(5.6)	23(18.3)
	여	38(23.8)	38(23.8)	2(1.3)	29(18.1)	15(9.4)	38(23.8)
	총 계	54(18.9)	101(35.3)	5(1.8)	43(15.0)	22(7.7)	61(21.3)

(2) 교사들의 식생활 행태

학교에서의 교육의 주체는 교사들에 의해 이루어지고 있다. 교사들도 학생들과 거의 비슷한 시간대의 활동을 하고 있으므로 학생들의 식생활 문제와 공통점을 갖고 있게 된다. 조사대상 학교의 분포에서 21~50학급 규모의 학교가 67.3%, 51학급 이상의 학교가 2.8%로 조사되었다. 일반적으로 학급수보다는 교직원의 수가 더 많으므로 일반 직장인의 경우와 같이 성인만을 대상으로 하는 집단급식이 이루어져야 한다. 그러나 대개의 경우 학교에서는 학생을 중심으로 하는 식사가 이루어지고 있다. 교사들을 대상으로 하는 식습관 조사는 미흡하나 대한영양사회의 자료에 의하면 성인들의 경우 시간이 없어서 43%, 입맛이 없어서 28%, 속이 불편해서 11%, 10%는 귀찮아서 아침을 거르는 것으로 조사되고 있다. 학생들의 건강관리에 영향을 미칠 교사들이 스스로 생각하고 있는 식생활 문제점은 외식·매식 38.8%, 불규칙한 식사 31.9%, 결식 13.4%, 간식 과다 5.9%, 폭식 12%의 순으로 표 18과 같다.

교사들의 식생활 문제로서 외식과 매식의 빈도수가

표 17. 음식 외의 영양 보충 방법

구 분	빈 도(%)
건강보조식품	46(6.1)
종합 영양제, 비타민제	196(26.0)
한약제, 보약	80(10.6)
식사외 간식으로 충분	432(57.3)
계	749(100.0)

표 18. 교사들이 생각하는 자신의 식생활 문제

구 분	빈 도(%)
결 식	43(13.4)
간식 과다	19(5.9)
외식·매식	124(38.8)
불규칙한 식사	102(31.9)
폭 식	4(1.2)
기 타	28(8.8)
계	320(100.0)

가장 많은 분포를 나타내고 있는데 일반적으로 우리의 식생활 중 외식은 식생활의 간편화, 사교화, 레저화의 경향을 나타내며 점차 늘고 있는 추세이며 직장인들에게 일상적인 식사로서 이루어져야 하는데 쾌적한 식사 환경이 주어지지 못하는데서 오는 문제점으로 부각되고 있는 것으로 풀이된다. 특히 교사의 경우 학생지도와 관련해 학생보다 더 빠른 출근시간으로 인해 불규칙한 식사에 대한 문제, 결식 문제를 우려하고 있었다.

초등학교의 경우 교실 또는 식당에서 어린이들과 함께 식사를 하며 식사지도를 하는 학교급식이 제공되고 있다. 중·고등학교의 교사들이 식사를 하는 형태는 응답자의 351명중 45.6%가 구내식당에서, 도시락을 교무실에서 28.2%, 외식이 20.5%, 학교급식은 4.8%, 학생들과 함께 식사를 하며 식생활 지도를 하는 경우가 0.9%였다. 한편 교사 본인들이 생각하고 있는 질병의 유무에서 질병을 갖고 있지 않다가 90.8%, 갖고 있다고 생각하는 교사가 9.2%였다. 심신이 건강한 상태에서 학생들을 지도해야 하는 교사들에게 적절한 영양 관리를 해주어야 할 것으로 생각된다. 그러므로 학교급식의 실시는 학생만을 대상으로 하는 것 뿐만이 아니라 성인에게 필요한 영양의 공급, 음식 기호 등이 고려되어야 한다.

그러므로 표 19에서와 같이 교사들의 끼니 중 가장 문제가 되는 아침식사의 해결(54.3%)을 가장 많이 원하고 있었으며, 저녁(24.4%), 점심(6.7%), 기타의 순이었다.

표 19. 교사들의 해결해야 할 가장 시급한 끼니

구 분	빈 도(%)
아 침	171(54.3)
점 심	21(6.7)
저 녁	77(24.4)
아침+점심	15(4.8)
점심+저녁	31(9.8)
계	315(100.0)

3. 학교의 구내식당과 매점의 이용 형태

1) 학교의 구내식당

학교에서의 구내식당과 매점은 학교급식이 실시되지 않고 있는 학교의 경우 학생과 교사의 점심 또는 저녁 식사 해결의 중요한 수단이 된다.

서울·경기로 구분된 지역에서 학교급식의 운영 실태에 대해 조사한 결과 지역별로 통계적으로 유의한 차를 나타냈는데 서울지역은 89.2%가 구내식당을 운영하고 있었으며, 경기도는 학교 구내식당이 없는 곳이 전체 80.8%로 응답하였는데, 특히 서울지역에서는 전체 구내식당 중 교사만 이용한다는 경우가 61.9%로 나타났고, 36.0%는 교사와 학생이 공동으로 이용하였으며, 2.1%만이 학생 전용식당을 운영하고 있었다.

구내식당의 운영방법은 58.2%가 위탁업자와 계약에 의해 운영되고 있었으며, 학교가 자체적으로 운영하는 경우는 39.1%, 국가가 지원하는 학교급식이 1.5%, 학부모의 자율적 운영이 1.2%였다. 구내식당 운영방법은 지역별로 유의한 차를 나타냈다($\chi^2=8.226, p<0.05$).

서울지역에서는 학교의 자체 운영이 50.8%, 경기지역에서는 위탁업자와의 계약이 54.6%로 나타났다. 39.7%는 위탁자인 학교가 식당을 관리 감독하였으며, 57.2%는 수탁자가 모든 운영을 전담하고 있었다. 지역별로는 통계적으로 유의한 차를 나타내지 않았고, 두 집단에서 모두 수탁자가 전담하고 있다고 응답하였다.

운영되고 있는 구내식당은 집단급식소로서 식품위생법 제58조에 의해 시·도에 집단급식소 신고를 하도록 의무 규정하고 있는데 신고를 한 곳은 44.7%였으며 35.9%는 신고를 하지 않고 운영되고 있었으며 19.4%는

표 20. 학교 구내식당 운영여부

빈도(%)

구 분	중			고			총 계
	서 울	경 기	소 계	서 울	경 기	소 계	
교사전용	142(67.3)	5(5.4)	147(48.4)	32(30.8)	7(13.2)	39(24.8)	186(40.3)
교사와 학생 공동	46(21.8)	6(6.5)	52(17.1)	55(52.9)	10(18.9)	65(41.4)	117(25.4)
학생전용	1(0.5)	0(0.0)	1(0.3)	5(4.8)	0(0.0)	5(3.2)	6(1.3)
없다	22(10.4)	82(88.2)	104(34.2)	12(11.5)	36(67.9)	48(30.6)	152(33.0)
계	211(100.0)	93(100.0)	304(100.0)	104(100.0)	53(100.0)	157(100.0)	461(100.0)

표 21. 구내식당 관리자

빈도(%)

구 분	중			고			총 계
	서 울	경 기	소 계	서 울	경 기	소 계	
수탁자 전담	65(62.5)	4(50.0)	69(49.0)	33(47.8)	9(69.2)	42(51.2)	111(57.2)
위탁자 감독	34(32.7)	3(37.5)	37(33.0)	36(52.2)	4(30.8)	40(48.8)	77(39.7)
기 타	5(4.8)	1(12.5)	6(5.4)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	6(3.1)
계	104(100.0)	8(100.0)	112(100.0)	69(100.0)	13(100.0)	82(100.0)	194(100.0)

표 22. 학교 구내식당 운영방법

빈도(%)

구 분	중			고			총 계
	서 울	경 기	소 계	서 울	경 기	소 계	
위탁업자와 계약	93(48.7)	6(54.6)	99(49.0)	73(79.3)	11(55.0)	84(75.0)	183(58.2)
학교 자체 운영	97(50.8)	4(36.4)	101(50.0)	16(17.4)	6(30.0)	22(19.6)	123(39.1)
학교급식 - 국가지원	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	2(2.2)	3(15.0)	5(4.5)	5(1.5)
학부모 자율적 운영	1(0.5)	1(9.0)	2(1.0)	1(1.1)	0(0.0)	1(0.9)	4(1.2)
계	191(100.0)	11(100.0)	202(100.0)	92(100.0)	20(100.0)	112(100.0)	314(100.0)

$\chi^2 = 8.23$ $p < 0.05$

표 23. 구내식당 단체급식

빈도(%)

구 분	중			고			총 계
	서 울	경 기	소 계	서 울	경 기	소 계	
신고함	68(43.9)	5(38.5)	73(43.5)	39(47.6)	5(41.7)	44(46.8)	117(44.7)
신고 안함	58(37.4)	6(46.2)	64(38.1)	24(29.3)	6(50.0)	30(31.9)	94(35.9)
신고 여부 모름	29(18.7)	2(15.3)	31(18.4)	19(23.1)	1(8.3)	20(21.3)	51(19.4)
계	155(100.0)	13(100.0)	168(100.0)	82(100.0)	12(100.0)	94(100.0)	262(100.0)

$\chi^2 = 1.61$ $p = 0.45$

표 24. 구내식당 이용 만족도 - 학생

빈도(%)

구 분	서 울			경 기			총 계
	중	고	소 계	중	고	소 계	
불편없다	10(26.3)	6(14.3)	16(19.8)	5(29.4)	43(25.9)	48(26.2)	64(24.2)
불편하다	22(57.9)	36(85.7)	58(71.6)	8(47.1)	111(66.9)	119(65.0)	177(67.0)
기 타	6(15.8)	0(0.0)	7(8.6)	4(23.5)	12(7.2)	16(8.8)	23(8.8)

신고의 규정조차 잘 모르고 있으므로 이에 대한 홍보가 필요하다.

구내식당에 대한 이용의 만족도는 표 24에서, 음식의 질에 대한 평가는 표 25와 같다. 식당을 이용하기가 불편하다고 생각하는 학생이 67.0%인데 서울과 경기지역의 고등학생은 85.7%, 66.9%가 각각 불편을 표시하였으며, 중학생보다는 고등학생이, 경기지역보다는 서울에서 더 높았다.

구내식당의 음식에 대한 질적 평가에서는 학생들은 그저 그렇다 69.0%, 맛이 없다 21.2%, 아주 맛있다 9.8% 였는데 서울과 경기지역 중학생의 경우가 고등학생의 경우보다 더 맛있다고 응답하였다(표 25). 교사들의 경우 구내식당의 이용률은 매일 이용한다가 60.2%, 주 2~3회 이용한다가 12.2%, 이용하지 않는다가 27.6%였으며, 이용하지 않는 경우 입에 맞지 않아서가 77.3%, 비싸서 11.4%, 위생상 좋지 않아서 4.5%, 외식을 하기 때문에 6.8%였다(표 26).

식단은 매일 바뀐다 24.2%, 고정적인 식단이 70.7%, 주단위로 바뀐다 5.1%였으며 반찬의 가지 수는 서울은 1가지가 54.2%로 가장 많아 단일 메뉴에 1찬이 제공되고 있으며, 경기지역은 3찬 67.8%로 서울과 많은 차이를 나타내었다.

구내식당의 식단가는 표 27과 같이 학생은 1,900~2,100원 24.9%, 1,600~1,800원 24.2%, 2,200~2,400원 18.1%이었고, 교사는 1,900~2,100원이 30.3%, 2,500~3,000원이 38.1%의 분포를 보였다. 식비에 대해 학생들은 적당하다 49.5%, 비싸다 44.3%, 싸다 5.9%로 생각하고 있었으며 경기지역 학생들이 더 비싸다고 생각하고 있었다. 한편 식당이나 매점의 위생에 대한 생각은 깨끗한 편이다가 62.9%, 깨끗하지 못하다가 22.8%, 불결하

다가 14.3%였다.

2) 학교 매점

학교 매점은 응답학교의 67.6%가 운영되고 있었으며, 간이 휴게실을 같이 운영하는 곳이 50.1%였다. 교내 매점의 운영은 위탁업자와의 계약에 의해 운영되는 곳이 194곳인 63.2%, 학교 자체적인 운영은 32.6%이고 교직원 상호회와 학생회, 학부모가 운영하는 곳은 각각 2.3%, 1%, 0.7%였다.

매점에서의 취급 품목은 문구류만 취급하는 곳은 응답학교의 2%였으며 나머지는 문구류를 포함한 완제품(음료등)을 취급하는 곳이 53.1%, 간이음식을 더 취급하는 곳이 44.2%였다. 학교 내에서의 자판기는 취급하지 못하도록 하고 있으나 자판기를 사용하는 곳이

표 26. 교내식당을 이용하지 않는 이유 - 교사

구 분	빈 도(%)
비싸서	10(11.4)
입에 맞지 않아서	68(77.3)
위생상 좋지 않아서	4(4.5)
외식을 하기 때문에	6(6.8)
계	88(100.0)

표 27. 구내식당의 식사비용 빈도(%)

구 분	학 생			교 사
	서 울	경 기	소 계	
1,000~1,200원	32(30.5)	23(8.0)	55(14.0)	6(1.9)
1,300~1,500원	17(16.2)	27(9.4)	44(11.2)	9(2.8)
1,600~1,800원	16(15.2)	79(27.4)	95(24.2)	40(12.4)
1,900~2,100원	26(24.8)	72(25.0)	98(24.9)	98(30.3)
2,200~2,400원	3(2.9)	68(23.6)	71(18.1)	47(14.5)
2,500~3,000원	11(10.5)	19(6.6)	30(7.6)	123(38.1)
계	105(100.0)	288(100.0)	393(100.0)	323(100.0)

표 25. 구내식당의 음식의 질 평가 - 학생

구 분	서 울			경 기			총 계
	중	고	소 계	중	고	소 계	
아주 맛있다	8(13.8)	6(12.5)	14(13.3)	12(30.0)	15(5.5)	27(8.6)	41(9.8)
그저 그렇다	45(77.6)	36(75.0)	81(77.2)	27(67.5)	181(66.1)	208(66.2)	289(69.0)
맛이 없다	4(6.9)	6(12.5)	10(9.5)	1(2.3)	78(28.4)	79(25.2)	89(21.2)
총 계	57(100.0)	48(100.0)	105(100.0)	40(100.0)	274(100.0)	314(100.0)	419(100.0)

18.0%이며 취급 품목은 주로 음료로서 92%, 라면등의 기타 품목은 10.8%였다. 학교매점 이용 이유는 잠시 휴식하기 위해 54.4%, 간식을 먹기 위해 24.4%로 나타났다.

표 28. 매점 이용 이유

구 분	빈 도(%)
문구류를 사기 위해	65(10.6)
간이음식을 먹기 위해	56(9.5)
간식을 먹기 위해	140(24.4)
잠시 휴식하기 위해	306(54.4)

결론 및 제언

본 연구는 청소년의 건강 관리를 위한 영양을 적정하게 공급할 수 있는 방법의 하나인 학교급식 실시 방안을 모색하고자 1996년 6월 20일부터 7월 30일까지 서울과 경기지역의 중·고등학교, 학부모, 학생, 교사를 대상으로 설문조사를 실시하였으며 이상의 조사 연구 결과에서와 같이 아침의 경우는 중·고등학생들의 조기 등교시간과 늦은 하교시간으로 인해 학교에서의 생활하는 시간이 매우 긴 것으로 조사되었으며 응답 결과 역시 시간이 부족해서 아침을 거르고 있었으며, 끼니별 식사에서 아침식사보다는 점심과 저녁식사의 문제점을 지적하고 있었다. 학생들은 도시락을 1개 또는 2개 정도를 점심과 저녁식사로 이용하고 있었으며, 특히, 고등학생은 응답 학생의 43.3%가 2개를 지참하여 이들의 학부모들은 도시락을 준비하는 과정에서 영양 균형, 식단 다양화 등에 가장 어려움이 있으며, 도시락의 변질을 우려한다고 응답하고 있었다.

학생들의 식습관에서 학부모들은 편식·폭식·결식 등을, 교사들은 간식·외식과 매식·결식 등을 문제점으로 지적하고 있었다. 중·고등학생들의 편식은 초등학생과 비슷하게 채소류에서 가장 많은 편식을 하는 것으로 조사되었으며, 편식으로 인해 영양 불균형이 발생할 수 있다고 생각하여 종합영양제나 비타민제를 복용함으로써 영양 관리를 하고 있었다. 교사들의 식생활은 학생들과 거의 같은 시간대의 활동을 하고 있으므로 학생들의 식생활 문제와 비슷한 공통점을 갖고 있는 것이

일반 직장인과는 다른 특징이다. 교사들은 끼니별 식사에서 학생과는 다르게 점심과 저녁보다는 아침식사가 가장 문제가 된다고 생각했으며, 외식과 매식, 불규칙한 식사, 결식 등의 식생활 문제점을 지적하고 있었다.

적정한 식사시간과 식사환경, 적절한 양의 음식과 영양의 공급이 함께 이루어져 바른 식습관이 정착되어야 하는 중·고등학생들의 식생활 문제에 대한 해결책은 영양·급식 전문가에 의해 이루어지는 학교급식의 실시와 아울러 내실화, 정착화가 이루어져야 한다. 학교내의 구내식당은 식품위생법에서 규정하고 있는 집단급식소의 운영형태를 갖추어 운영하는 곳이 매우 저조하였고, 한정된 인원만을 수용하고 있었으며, 음식의 질에 있어서도 만족도가 낮은 것으로 조사되었다. 학교의 매점 운영은 문구류를 포함하여 간이음식과 완제품 등을 취급하고 있었는데, 학생들이 간식을 먹을 수 있는 장소로 이용되고 있었다. 초등학교 시절 학교급식을 경험한 학생들은 학교급식을 경험해보지 않은 학생에 비해 비교적 아침식사를 잘하고 있었으며, 편식의 교정에도 영향이 있는 것으로 볼 때 중·고등학생들의 영양과 건강관리 측면에서 전면적인 학교급식이 조속히 이루어져야 한다.

학교급식이 실시됨에 식사의 끼니는 점심과 저녁을 제공하고, 음식의 단가는 학생의 경우 1,600원에서 2,100원 정도에서, 교사는 2,100원에서 3,000원 정도로써 1끼 식사에 국과 김치류를 별도로 하여 3가지 정도의 반찬으로 구성하는 것이 바람직하다. 학생을 대상으로 하는 급식의 실시에 있어서 식사의 제공 뿐이 아니고 학생 스스로 식생활의 관리 능력을 기를 수 있는 학교급식의 운영이 필요하며, 심신이 건강한 상태에서 학생들을 지도해야 하는 교사들에게도 적절한 영양과 건강 관리를 해주어야 하므로 학교급식은 학생만을 대상으로 하는 것 뿐만 아니라 성인에게 필요한 영양의 공급, 음식기호 등이 고려된 집단급식의 유형과 모델이 개발되어야 한다.

참고 문헌

1. Tanner, J.H. : Growth and maturation during adolescence, J Nutr Rev 39(2), pp.43-55, 1981.
2. Diva, S. : Social and Cultural Perspectives in Nutrition Preventice Hall Inc., 1982.
3. Gong, E.J. and Spear, B.A.: Adolescent growth and development : Implications for Nutrition Needs, J Nurt Educ 20(6), pp.273-279, 1988.
4. Roberts,W.W. : Nutrition throughout the life cycle, ed. 2, Mosby, New York.
5. Shannon, BM, Parks SC, Fast Foods : A Prospective on their nutrition impact, J Am Diet Assoc. 76(3), pp. 242-247, 1980.
6. Truswell As, Ian Darton-Hill : Food Habits of Adolescents, J Nutr Rev,39, 1981.
7. 심경희, 김성애, 충남대 식영과 : 도시 청소년들의 패스트푸드의 이용 실태 및 의식구조, 한국영양학회지 26(6), pp. 804-811, 1993.
8. 장영숙 : 서울시내 중학생의 도시락 영양 실태조사, 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문, 1972.
9. 이경신, 최경숙외 6명 : 도시 국민학교 급식의 효과에 관한 연구, 한국영양학회지 21(6), pp. 392-409, 1988.
10. 윤혜란 : 여고생의 식생활조사와 5가지 기초식품군별 기초조사, 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문, 1989.
11. 청소년기의 영양, 국민영양 153호, pp. 6-10, 1993.
12. 이미연 : 도시근로 청소년의 식생활 및 건강 상태에 관한 연구, 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문, 1985.
13. 이일하, 이미애 : 서울시내 여자 중학생들의 성장 발육과 영양섭취 실태 및 환경요인과의 관계, 대한가정학회지 25, p. 37, 1983.
14. 광동경 : 고등학교 학생들의 식생활 개선 방향, 고등학교 급식의 조기 실시를 위한 방안 마련 세미나, pp. 5-16, 1995.
15. 학교급식법, 개정 1993년 12월 10일 법률 제 4593호.
16. 교육부 학교보건체육과 : 초등학교 급식확대자료, 1996.
17. 학교급식 효과 분석(1986~1989), 서울특별시 교육청, 1992.
18. 5. 31 교육개혁안, 교육개혁위원회
19. '96 학교급식 연수회(후반기)자료집, 교육부, 1996.
20. 한국인 영양권장량 제6차 개정, 한국영양학회, 중앙문화 진수출판사, 1995.
21. Dairy Council Digest : Nutrition concerns during adolescence. 52(2), pp. 7-13, 1981.
22. Yperman, A.M. and Vermeerch, J.A.: Factors associated with children's food habits, J Nurt. Educ. 11(2), pp. 72-76, 1979.
23. Hinton, M.A.and Eppright, E.S.: Psychologic, sociologic and physiologic factors - eating behavior and dietion intake of girls 12 to 14 years, J Am Diet Assoc 43, pp 223-227, 1963.
24. 오금향, 정낙원, 이호지 : 여고생의 영양지식과 식습관 및 건강상태에 관한 연구, 한국생활과학연구 12, pp. 93-113, 1994.
25. 우미경, 현태선, 이심렬, 모수미 : 일부 도시 직업인 및 학생의 아침식사를 중심으로 한 식행태에 관한 연구, 대한가정학회지 24(3), pp.103-118, 1986.
26. Edwards, C.H., Hogan, G., Spahr, S., and Guildford Country Nutrition Committee : Nutrition survey of 6,200 teen-age youth, J Am Diet Assoc 45, pp.543-550, 1964.
27. Steele, B.F., Clayton, M.M., and Tucker, R.E.: Role of breakfast and of between-meal foods in adolescents' nutrition intake, J Am Diet Assoc 28, pp.1054-1060, 1952.
28. 이미숙, 모수미 : 어린이의 식습관이 체위에 미치는 영향에 관한 연구, 한국영양학회지 9(1), pp.7-13, 1976.
29. 최주현 : 서울 일부지역 중학생의 영양상태와 식행동 특성에 관한 생태학적 연구, 연세대학교 대

- 학원 식품영양학과 석사학위논문, 1995.
30. 이원희, 김미향, 한재숙 : 대구시내 중학생들의 식습관 및 기호에 관한 조사 연구, 한국영양식량학회지 17(4), pp.290-304, 1988.
31. 신성원, 류경, 박동경 : 도시락 유통과정의 미생물적 품질관리를 위한 연구, 한국식품위생학회지 5(3), pp.85-98, 1990.
32. 김성희 : 편의점 판매 도시락 생산 유통시 품질 기준 설정 및 위생관리 프로그램 개발, 연세대학교 대학원 식품영양학과 박사학위논문, 1994.
33. 이상덕 : 집단급식소의 위생관리, 영양사 보수교육 자료집, 대한영양사회, pp. 73-124, 1996.
34. Bryan, F.L.: Risks associated with of paractices, procedures and processes that lead to out-breaks of food borne diseases, J Food Prot, 51, pp.663-673, 1988.