

# 조제분유란 무엇인가요?

매일유업 영양과학연구소



**아** 기에게는 모유가 가장 이상적인 영양 공급원입니다. 모유는 기초 영양소부터 면역 성분 — 분에 이르기까지 모든 성분이 아기의 필요량에 맞게 조성되어 있습니다.

그러나 특수한 상황으로 모유를 먹일 수 없을 때에는 일반조제분유를 먹이는 것이 바람직합니다. 왜냐하면 조제분유의 영양소 조성은 질적으로나 양적으로 모유에 가깝게 맞추어졌기 때문입니다.

그런데 대부분의 엄마들은 조제분유를 우유나 전지분유와 유사한 것으로 생각합니다. 조제분유에 대해 우유를 건조시켜 분말로 만들어 놓은 것 정도로 여기고 모유를 먹일 수 없을 경우 생후 6개월인 아기에게 벌써 우유를 먹이기도 합니다.

이것은 모유와 조제분유, 우유에 대한 개념이 없기 때문에 나타나는 하나의 사례입니다.

따라서 모유 및 조제분유, 우유의 영양조성을 비교해보면서 우리 아기에게 무엇을 먹이는 것이 올바른지를 판단해야 할 것입니다.

모유는 아기에게 필요한 영양소가 가장 적절하게 들어 있습니다. 이러한 모유의 우수성 때문에 일반조제분유는 모유를 기준으로 해서 만들고 있습니다. 그 결과 조제분유는 모유와 영양조성이 유사합니다. 반면에 모유와 조제분유의 영양조성은 우유와는 크게 다릅니다.

우유는 모유나 조제분유보다 단백질이나 무기질 함량이 세배 정도 많습니다. 이들 영양소의 과도한 섭취는 아직 미숙한 아기의 신장에 무리를 가져올 수 있습니다. 반면 아기의 두뇌 구성에 있어서 에너지 공급원의 역할을 하는 유당은 모유나 조제분유에 비해서 우유에 매우 적게 들어 있습니다.

그 밖에 각종 비타민까지도 모유와 조제분유는 유사하지만 우유와는 차이가 많이 있습니다.

〈모유 및 조제분유, 생우유의 영양조성표〉

(100ml 당)

영양소	모유	조제분유	생우유
탄수화물(g)	7.2	7.2	4.5
-유당(g)	6.8	6.4	4.4
지방(g)	3.2	3.5	3.4
단백질(g)	1.1	1.6	3.4
무기질(mg)	210	290	740

한편 조제분유는 이러한 영양조성을 이루기 위해서 다양한 원료들을 사용합니다.

조제분유는 우유성분을 기초로 하지만 우유를 분리한 후 모유를 기준으로 필요한 성분만을 골라 모유의 양만큼만 사용하고, 모유 성분 중 우유에 들어 있지 않은 성분들은 다른 원료를 사용하여 모유와 유사하게 조성하고 있습니다. 그래서 식물성 유지와 유당은 추가로 첨가하면서 단백질 함량은 감소시키고 비타민과 무기질, 기능성 성분까지 적절히 배합하는 등 모든 영양소 하나하나가 모유에 가깝도록 수십 가지의 원료를 사용하고 있습니다.

이렇게 조제분유는 영양조성면에서 모유와는 유사하고 우유와는 전혀 다른 모유 대체식입니다.

따라서 아기에게는 모유를 먹이는 것이 가장 이상적이고 만약 모유를 먹일 수 없는 경우에는 우유가 아닌 조제분유로 아기에게 영양공급을 하는 것이 바람직합니다.

매일유업 육아상담실 02)3406-2215~7