

성별에 따른 유아기, 학동기 및 청소년기의 식품 기호도에 관한 연구

- 서울·경기(인천)지역을 중심으로 -

정혜정·천희숙*

우송대학교 외식조리유헌과·우송대학교 외식산업학과*

A Study on Infant, Schoolchild, and Adolescent Groups' Food Preference according to Sex

- Seoul and Gyoung-gi(Incheon) Area -

Chung, Heajung · Cheon, Hee Sook*

Dept. of Culinary Arts Abroad Program, Woosong University, Daejeon, Korea

Dept. of Restaurant Management, Woosong University, Daejeon, Korea*

ABSTRACT

In this research, we examined a total of 681 children(kindergarten, schoolchild, and adolescents) who live in Seoul and Gyoung-gi in 2007. The parents of the respondents seemed to have a normal average body mass index, and the majority of the parents had bachelor's degrees. Across all age groups, most of the fathers were office workers and the mothers were mostly house wives. The most preferred food was meats, and the least preferred food was vegetables. Results showed that all age groups have a snack once or twice a day, except boys from the schoolchild group. All age groups liked ice cream, fruits, and juices in their snacks. For eating-out, boys from the kindergarten group mostly preferred Chinese food, girls from the infant group mostly preferred Korean food. In addition, boys and girls of the schoolchild and adolescent groups mostly preferred Korean food. For cooking methods, the result of preference showed that boys from the kindergarten group preferred roasted meats, and girls from the kindergarten group preferred roasted meats, steamed rib and fish. Both boys and girls in the schoolchild group preferred roast meats, and boys from the adolescent group preferred stir-fry and girls from adolescent group preferred pot stew.

Key words: food habits, snack preference, eating-out preference

I. 서론

현대사회에는 일부 극심한 식량부족 지역을 제외하고 대부분의 경우 비만에서 비롯되는 과도한 체중감량과 질병 또는 거식증 그리고 불규칙적인 식생활에서 비롯된 특정 영양소의 불균형 또는 결핍이 문제가 되고 있다(장유경 등 2009).

올바른 식생활과 좋은 영양관리는 개개인이 행복하고, 건강한 삶을 영위할 수 있도록 하는 기본 요소이다. 또한, 사회적으로는 왕성한 노동력과 창조력을 유발하여 높은 생산성을 보장하므로 국가의 사회 및 경제 안정에 밑바탕이 되며, 더 나아가서는 인류전체의 복지와 관련이 될 수 있다(김숙희 등 2006; 최혜미 2009). 우리나라 국민의 영양문제는 충분한 섭취를 최우선적으로 고려하였던 과거와는 달리 일부에서는 영양부족이 존재하고 다른 부분에서는 과잉섭취로 인한 영양불균형이 사회문제로 부각되고 있다(최혜미 2009).

유아기로부터 청소년기까지는 신체적·정서적·정신적으로 급속한 성장이 이루어지며, 새로운 식행동이 형성되는 시기로서(김보혜·신동순 1988), 이 시기의 영양공급은 일생의 성장 발육과 식습관, 건강유지에 기초가 되므로 이 시기의 영양 상태가 매우 중요하다고 할 수 있으며(이정순 1985), 특히 초등학교 학령기의 아동들은 신체적·정신적·사회적 성장 및 발달과 함께 인격과 자아 개념이 발달되는 중요한 시기이다(왕수경 2007; 이정순 1985; 연효숙·이승교 2001). 아동기에는 청소년기에 나타나는 급속한 성장과 발달에 비해 신체적 성장속도가 지속적이지만 느린 편이며, 활동양상, 종합하는 인지능력의 성숙, 사물의 판단과 식품섭취, 영양소 요구량 등의 개별적 특성이 더욱 두드러지게 된다(왕수경 2007; 이연숙 등 2008; 이정원 등 2001). 또한, 유아기에 이어 식습관이 형성되고 식품에 대한 기호도가 확립되는 등 식생활에 대한 기초가 형성되기 시작한다. 그러나 아동기의 식생활 문제나 영양 관련 문제로는 유아기에 이어 주의력결핍 과잉행동증(ADHD), 영양부족, 소아비만, 빈혈 등이 여전히 과제로 남아 있다. 이외에 폭식이나 아침결식, 지나친 간식, 영양방임 등을 들 수 있다(이보숙

·조경련 2006; 이연숙 등 2008).

그리고 청소년기는 신체발육이 왕성한 시기이므로 영양소의 필요량이 생애주기 중 어느 때보다도 높은 것이 특징이면서 청소년기에 규칙적이고 바람직한 식생활 습관을 몸에 익히고 실천하면 성인이 되어서도 건강한 신체상태 뿐 아니라 건강한 정신상태를 오랫동안 유지할 수 있으며, 노화와 생활습관질환을 예방 또는 지연시킬 수 있는 등 평생 동안의 건강을 지키는 데 도움이 될 수 있다(이연숙 등 2008). 그러나 학업 및 놀이와 관련된 여러 가지 스트레스, 욕구불만, 학업 등으로 인하여 결식, 불규칙한 식사, 과식, 인스턴트식품 및 패스트푸드 섭취 등의 식행동에서 다양한 문제를 나타내고 있다(이경신 1996; 홍희옥 외 2006). 또한, 식품기호도는 식품선택의 주요 결정요인으로 어린 시절부터 확립되기 시작하여 일생을 통해 고정되기 때문에 한번 형성된 식품기호도는 환경이 변화해도 쉽게 바뀌지 않는다(홍희옥 외 2006). 특히 어릴수록 서구식 식사유형과 새로운 음식에 대한 기호성이 증가하는 반면, 연령이 증가할수록 새로운 음식보다는 전통적인 식사유형을 선호하는 경향을 보이고 있다고 한다. 더불어 최근 여러 연구에서 각 연령별 어린이들의 식생활과 관련한 문제점으로 불규칙적인 식사, 결식, 과식, 부적절한 외식 및 간식의 증가 등이 지적되고 있다(김혜경 2003).

따라서 본 연구에서는 유아기, 학동기, 청소년기 연령별 남녀 어린이들을 대상으로 일반적인 식습관, 간식 및 외식에 대한 선호도를 분석하여 성별에 따른 생애주기별 식습관의 차이를 분석해 보고자 한다.

II. 연구 방법

1. 조사대상 및 기간

본 연구는 2007년 4월~6월 사이 서울과 인천에 거주하는 유아기 170명(만6세 이하: 남 80, 여 90), 학동기 300명(만7~12세: 남 138, 여 162) 및 청소년기 240명(만13세~18세: 남 133, 여 107)으로 총 710명을 조사대상으로 선정하였다.

2. 조사방법 및 설문지 구성

본 조사는 서울과 인천을 중심으로 설문지 710부를 유치원생, 초등학생 및 중·고등학생에게 배포하여 708부의 설문지가 회수되었다. 회수된 708부 설문지 중에서 작성이 미비한 설문지를 제외한 681부(회수율 99.72%)만을 통계처리에 사용하였다. 유치원생과 초등학교 1~4학년은 설문지 내용에 대한 이해와 응답에 있어 오류가 있으리라 판단되어 학부모님이 응답하도록 하였고, 초등학교 5~6학년, 중학생, 고등학생들은 본인이 직접 설문에 응답하도록 하였다.

본 연구에 사용된 설문지는 선행연구(엄윤호 2008; 홍희옥 외 2006; 박송이 외 1999; 정혜정 2008)를 기초자료로 하여 본 연구목적에 적합하도록 설문지를 수정·보완하였으며, 설문지의 내용은 다음과 같다.

조사 대상자의 일반사항은 성별, 나이, 체중과 신장에 관한 내용으로 구성하였다. 그리고 조사 대상자들의 외식 및 간식을 중심으로 한 식습관 및 식품에 대한 선호도를 분석하기 위하여 좋아하는 식재료, 간식류에 대한 선호도, 외식횟수, 선호하는 외식유형에 관한 내용, 선호하는 조리법으로 구성하였다. 이 중 조사대상자의 일반사항과 식습관은 명목척도로 구성하였고, 좋아하는 식재료, 간식류에 대한 선호도, 선호하는 외식유형에 관한 내용, 선호하는 조리법은 9점 리커트 방식의 척도(매우 좋아한다 9점, 좋아한다 7점, 보통이다 5점, 싫어한다 3점, 매우 싫어한다 1점)로 구성하였다.

3. 분석방법

수집된 설문지는 스프레드시트 프로그램을 활용하여 Data-coding과 cleaning을 한 후 통계처리

프로그램인 SPSS(Statistics Package for Social Science)/win을 사용하였다. 연령, 신장, 체중에 대한 항목은 평균과 표준편차를 산출하였고, 일반적인 식습관, 간식에 대한 선호도, 외식 시의 선호하는 음식 및 조리법에 대한 선호도는 Chi-square와 t-test로 성별의 유의성을 검증하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반사항

유아기, 학동기, 청소년기에 해당하는 본 연구 대상자의 평균연령은 Table 1에서와 같이 유아기 남자는 4.6±1.3세, 여자는 4.9±1.3세이고, 학동기 남학생은 11.9±1.7세, 여학생은 12.0±1.6세였으며, 청소년기 남학생은 15.1±1.4세, 여학생은 14.8±1.2세이었다. 조사대상자들의 평균 신장은 유아기 남자는 111.0±8.9 cm, 여자는 111.2±11.4 cm이었고, 학동기 남학생은 157.3±15.7 cm, 여학생은 153.7±11.8 cm이며, 청소년기 남학생은 170.6±7.2 cm, 여학생은 160.7±5.3 cm으로 나타났다. 평균 체중은 유아기 남자는 18.8±3.6 kg, 여자는 18.1±3.5 kg이고, 학동기 남학생은 48.2±13.4 kg, 여학생은 41.9±9.6 kg이며, 청소년기 남학생은 57.9±10.5 kg, 여학생은 47.7±5.1 kg이었다.

2. 조사대상자들의 식습관

유아기, 학동기, 청소년기 학생들에게 식습관 중 좋아하는 음식과 싫어하는 음식, 간식횟수, 그리고 외식횟수에 대하여 조사한 결과는 Table 2와 같다.

좋아하는 음식에 대한 질문에서 유아기의 남자는 고기류 61.8%, 과일 14.7%, 생선11.8%, 곡류

Table 1. Age, height, weight and BMI of the subjects

| Category | Kindergarden | | Schoolchild | | Adolescent | |
|------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|
| | male(N=68) | female(N=77) | male(N=138) | female(N=162) | male(N=131) | female(N=105) |
| Age(years) | 4.6 ± 1.3 ¹⁾ | 4.9 ± 1.3 | 11.9 ± 1.7 | 12.0 ± 1.6 | 15.1 ± 1.4 | 14.8 ± 1.2 |
| Height(cm) | 111.0 ± 8.9 | 111.2 ± 11.4 | 157.3 ± 15.7 | 153.7 ± 11.8 | 170.6 ± 7.2 | 160.7 ± 5.3 |
| Weight(kg) | 18.8 ± 3.6 | 18.1 ± 3.5 | 48.2 ± 13.4 | 41.9 ± 9.6 | 57.9 ± 10.5 | 47.7 ± 5.1 |

¹⁾Mean ± SD

7.3%, 야채 4.4%로, 유아기의 여아는 고기류 49.3%, 과일 18.7%, 생선 16.0%, 야채 10.7%, 곡류 5.3%로, 유아기의 여아와 남아 모두 고기류, 과일류, 생선류를 좋아하는 것으로 분석되었고 이는 유아를 대상으로 한 김미현(2006)의 연구에서 취업모 가정에서 선호하는 음식은 육류 38.3%, 과일·채소류 20.0%, 전업모 가정에서 선호하는 음식은 육류 43.3%, 과일·채소류 13.3%라고 한 것과 일치하였다. 학동기의 남학생이 좋아하는 음식은 고기류 67.7%, 과일류 13.2%, 생선류 8.8%를 차지하였고, 학동기 여학생은 고기류 56.3%, 과일류 33.1%, 생선류와 곡류 및 전분류 4.4%로 나타나 남녀간에 유의적인($p < 0.01$) 차이가 있는 것으로 분석되었다. 청소년기 남학생이 좋아하는 음식은 고기류 66.4%, 과일류 16.8%, 생선류 7.6%, 청소년기 여학생은 고기류 41.9%, 과일류 39.0%, 생선류 8.6%로 분석되었다.

선호하지 않는 음식에 대한 질문에서 유아기의 남아는 야채류 77.8%, 과일 9.5%, 생선과 곡류 4.8%, 육류 3.2%, 유아기의 여아는 야채 53.6%, 곡류 20.3%, 육류와 생선 13.0%로, 유아기 기피하는 음식으로 나타났다($p < 0.01$). 학동기 남학생이 선호하지 않는 음식으로 야채류 50.0%, 생선류 26.9%, 곡류 및 전분류 15.1%였으며, 학동기 여학생은 야채류 53.1%, 곡류 및 전분류 22.1%, 생선류 20.7%인 것으로 나타났다. 청소년기 남학생이 싫어하는 음식은 야채류 45.8%, 생선류 26.7%, 곡류 및 전분류 16.7%, 청소년기 여학생은 생선류 40.9%, 야채류 35.5%, 곡류 및 전분류 27.2%인 것으로 조사되었으며, 채소와 생선의 경우 여학생이 남학생보다 더 선호하는 것으로 나타났으나 통계적으로 성별에 따라 유의한 차이는 보이지 않는 것으로 나타났다.

간식횟수에 대한 질문에서 간식횟수는 남아의

Table 2. The eating habits of subjects

| Category | N(%) | | | | | | | | | |
|-------------------------|----------------|----------|-----------------|---------------------|----------|-----------|---------------------|----------|----------|---------------------|
| | Kindergarden | | | Schoolchild | | | Adolescent | | | p |
| | male | female | p ¹⁾ | male | female | p | male | female | p | |
| Favorite food | meat | 42(61.8) | 37(49.3) | | 92(67.7) | 90(56.2) | | 87(66.4) | 44(41.9) | |
| | vegetable | 3(4.4) | 8(10.7) | | 6(4.4) | 3(1.9) | | 4(3.1) | 5(4.8) | |
| | fruit | 10(14.7) | 14(18.7) | 0.43 ^{NS} | 18(13.2) | 53(33.1) | 0.001 ^{**} | 22(16.8) | 41(39.0) | 0.001 ^{**} |
| | fish | 8(11.8) | 12(16.0) | | 12(8.8) | 7(4.4) | | 10(7.6) | 9(8.6) | |
| | grain | 5(7.4) | 4(5.3) | | 8(5.9) | 7(4.4) | | 8(6.1) | 6(5.7) | |
| Unfavorite food | meat | 2(3.2) | 9(13.0) | | 3(2.4) | 4(2.8) | | 8(6.7) | 5(5.4) | |
| | vegetable | 49(77.8) | 37(53.6) | | 63(50.0) | 77(53.1) | | 55(45.8) | 33(35.5) | |
| | fruit | 6(9.5) | 0(0.0) | 0.001 ^{**} | 7(5.6) | 2(1.4) | 0.16 ^{NS} | 5(4.2) | 1(1.1) | 0.16 ^{NS} |
| | fish | 3(4.8) | 9(13.0) | | 34(26.9) | 30(20.7) | | 32(26.7) | 38(40.9) | |
| | grain | 3(4.8) | 14(20.3) | | 19(15.1) | 32(22.1) | | 20(16.7) | 16(27.2) | |
| Frequency of snacks | seldom | 3(4.4) | 0(0.0) | | 18(13.2) | 21(13.3) | | 35(26.7) | 25(24.0) | |
| | 1-2 times/day | 55(80.9) | 59(76.6) | 0.11 ^{NS} | 98(72.1) | 121(76.6) | 0.67 ^{NS} | 80(61.1) | 63(60.6) | 0.87 ^{NS} |
| | 3-4 times/day | 10(14.7) | 16(20.8) | | 14(10.3) | 13(8.3) | | 9(6.9) | 10(9.6) | |
| Frequency of eating-out | 5-6 times/day | 0(0.0) | 2(2.6) | | 6(4.4) | 3(1.9) | | 7(5.4) | 6(5.8) | |
| | ≤ 1 times/week | 37(56.9) | 39(54.9) | | 53(39.9) | 91(57.9) | | 70(55.1) | 57(55.4) | |
| | 2-3 times/week | 25(38.5) | 28(39.4) | 0.71 ^{NS} | 68(51.1) | 60(38.2) | 0.01 [*] | 50(39.4) | 43(41.8) | 0.80 ^{NS} |
| | 4-5 times/week | 3(4.6) | 4(5.6) | | 9(6.8) | 6(3.8) | | 5(3.9) | 2(1.9) | |
| | ≥ 6 times/week | 0(0.0) | 0(0.0) | | 3(2.3) | 0(0.0) | | 2(1.6) | 1(0.9) | |

1) p-value by Chi-square, * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, NS Not Significant

80.9%와 여아의 76.6%가 하루 1~2회라고 응답하여 유아기 아동들은 대부분 하루 1~2회의 간식을 섭취하고 있었는데, 유치원생을 대상으로 한 정연수(2002)의 연구에서 하루 1~2회가 86.6%로 가장 많았고, 그 다음으로 3~4회가 12.4%였던 선행 연구와 유사하였다. 학동기 남학생의 간식횟수는 하루 1~2회 72.1%, 거의 먹지 않는다 13.2%, 하루 3~4회 10.3%, 학동기 여학생은 하루 1~2회 76.6%, 거의 먹지 않는다 13.3%, 하루 3~4회 8.2%인 것으로 분석되었는데, 강명희(2007)는 학동기 아동을 대상으로 연구한 결과, 간식을 섭취하는 횟수가 하루에 1~2회 이상이 30.7%로 가장 많았으며 본 연구결과와는 두 배 이상 차이를 보이고 있었다. 청소년기 남학생의 간식 횟수는 하루 1~2회 61.1%, 거의 먹지 않는다 26.7%, 하루 3~4회 6.9%, 청소년기 여학생은 하루 1~2회 60.6%, 거의 먹지 않는다 24.0%, 하루 3~4회 9.6%로 나타났으며, 조경수(2007)의 연구에서 간식횟수는 하루에 한 번 69.5%, 하루 두 번 20.3%, 하루 세 번 이상 10.2%로 본 연구와 유사한 결과를 보였다.

외식빈도에 대한 질문에서 유아기 남아는 주 1회 미만 56.9%, 주 2~3회 38.5%, 유아기 여아는 주 1회 미만 54.9%, 주 2~3회 39.4%로 외식을 거의 하지 않고 주로 가정에서 식사를 하는 것으로 분석되었으며, 미취학 아동을 대상으로 한 양희경(2005)의 연구에서는 직업이 없는 어머니의 73.7%가 주 3~4회의 외식을, 직업이 있는 어머니의 70.4%가 주 3~4회의 외식을 가장 많이 하는 것으로 본 연구와는 상이한 결과를 나타내었으나, 정연수(2002)는 일반 가정의 68.4%가 주 1~2회 외식을 가장 많이 하는 것으로 보고하여 본 연구와 유사한 결과를 나타냈다. 학동기의 남학생의 외식빈도는 주 2~3회 51.1%, 주 1회 미만 39.8%, 학동기 여학생은 주 1회 미만 57.9%, 주 2~3회 38.2%인 것으로 분석되어 남학생의 외식횟수가 여학생에 비해 유의적으로($p<0.05$) 많은 것으로 나타났다. 강명희(2007)의 연구에서는 '외식을 주로 한다. 42.2%', '일주일에 2회 29.4%'로 전체 학동기 아동의 71.6%가 자주 외식을 하고 있는 것으로 나타나, 본 연구와 비슷한 결과를 보였다. 청소년기 남학생의 외식은 주 1회 미만 55.1%,

주 2~3회 39.4%, 청소년기 여학생은 주 1회 미만 55.3%, 주 2~3회 41.8%인 것으로 분석되었다.

3. 조사대상자들의 간식에 대한 선호도

유아기, 학동기, 청소년기 학생들의 17개 간식 아이টে 대한 선호도는 Table 3에서와 같이 분석되었다.

각 그룹별 남·녀의 간식에 대한 선호도 차이는 유아기에는 소다를 남아가 여아보다 더 많이 선호하였으며, 학동기에는 과일과 주스, 사탕과 초콜릿, 아이스크림, 토마토를 여학생이 남학생보다 더 많이 선호하였으며, 청소년기에는 과일과 주스, 사탕과 초콜릿, 토마토를 여학생이 남학생보다 더 많이 선호하는 것으로 나타났다($p<0.05$). 또한, 감자와 고구마, 아이스크림 및 야채샐러드의 경우 학동기의 여아가 남아보다 유의적으로 높은 선호도를 나타냈으며($p<0.05$), 탄산음료의 경우 유아기의 여아와 청소년기의 여학생이 남아와 남학생에 비해 유의적으로 선호하는 것으로 조사되었다($p<0.05$).

각 그룹의 남학생이나 남아의 선호도가 유의적으로 높은 식품의 경우 면류인 라면과 자장면은 학동기에서 보다 높은 선호도를 나타낸 것으로 조사되었으며($p<0.05$), 흰 우유의 경우 유아기와 청소년기에서 유의적으로 높은 선호도를 나타냈다($p<0.05$).

유아기 남아의 선호도가 높은 간식의 종류는 아이스크림(7.6), 쿠키(7.3), 과일과 주스(7.3), 면류인 라면이나 자장면(7.1)이며, 야채샐러드(4.4), 토마토(5.0), 떡류인 시루떡과 백설기(5.4), 찐 감자나 고구마(5.9)는 선호도가 낮은 간식의 종류이었다. 유아기 여아의 선호도가 높은 간식의 종류는 아이스크림(7.5), 과일이나 주스(7.2), 쿠키(7.1), 면류인 라면이나 자장면(6.9)이었고 선호도가 낮은 간식의 종류는 야채샐러드(4.8), 탄산음료(5.3), 토마토(5.6), 떡류인 시루떡과 백설기(5.6)로 나타났다. 유유영(2005)의 연구에서는 유아가 좋아하는 음식은 우유 및 유제품(79.4%), 단 음식(78.1%), 신선한 과일(75.0%), 탄산음료(63.4%), 가공식품(56.5%)이었으며 채소를 좋아한다는 아동은 21.8%로 보고되어, 유아기 남아와 여아가 아이스크림

에 대한 높은 선호도를 나타냈고, 샐러드에 대한 낮은 선호도를 나타낸 점이 본 연구결과와 유사하였으며, 4~6세 유아를 대상으로 연구한 이기현(2006)의 연구에서는 과일류, 우유, 병과류를 가장 좋아하고 탄산음료에 대한 선호도는 여학생보다 남학생이 더 선호하는 것으로 분석되었다.

학동기 남아의 선호도가 높은 간식의 종류는 면류인 라면이나 자장면(7.5), 아이스크림(7.2), 햄버거와 피자(7.2), 주스와 과일(7.2)이었고 선호도가 낮은 간식의 종류는 야채샐러드(4.8), 토마토(4.9), 떡류인 시루떡과 백설기(5.8), 흰 우유(6.4)였으며, 학동기 여아의 선호도가 높은 간식의 종류는 아이스크림(7.6), 주스와 과일(7.5), 가공우유인 딸기우유와 초코우유(7.4), 면류인 라면과 자장면(7.1)이었고 선호도가 낮은 간식의 종류는 흰 우유(5.7), 시루떡과 백설기(6.0), 탄산음료(6.1), 토마토(6.3)이었다. 초등학생을 대상으로 한 강명희(2007)의 연구에서는 좋아하는 간식종류로 과

자류(25.7%), 라면과 떡볶이(18.8%), 빵류(12.8%), 음료수(12.4%), 우유 및 요구르트(11.9%), 과일류(7.8%), 패스트푸드(6.4%), 떡류(4.1%)로 나타나, 본 연구결과인 라면, 자장면, 아이스크림을 좋아하고 과일이나 떡을 좋아하지 않는 것과 유사한 결과를 도출하였다.

청소년기 남학생의 선호가 높은 간식의 종류는 과일과 주스(7.3), 아이스크림(7.0), 후라이드 치킨(6.9)과 면류인 라면이나 자장면(7.0), 가공우유인 딸기우유와 초코우유(6.9)였고 선호도가 낮은 간식의 종류는 야채샐러드(5.7), 사탕과 초콜릿(5.9), 토마토(5.9), 찐 감자와 고구마(6.2)였다. 청소년기 여학생의 선호도가 높은 간식의 종류는 과일과 주스(7.8), 아이스크림(7.4), 빵과 케이크(7.2), 오징어 데리야끼(7.1)였고, 선호도가 낮은 간식의 종류는 흰 우유(5.4), 탄산음료(5.7), 야채샐러드(6.1), 떡류인 시루떡과 백설기(6.5)이었다. 중학생을 대상으로 연구한 이민혜(2005)의 연구

Table 3. The preference for snack of the subjects

| Category | Kindergarden | | Schoolchild | | Adolescent | |
|---------------------------------------|-------------------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| | male(N=68) | female(N=77) | male(N=138) | female(N=162) | male(N=131) | female(N=105) |
| Bread(bread, cake) | 6.9 ± 1.5 ¹⁾ | 6.7 ± 1.5 | 6.7 ± 1.8 | 6.9 ± 1.7 | 6.7 ± 2.0 | 7.2 ± 1.6 |
| Cookies | 7.3 ± 1.5 | 7.1 ± 1.4 | 6.3 ± 1.8 | 6.5 ± 1.8 | 6.3 ± 1.9 | 6.7 ± 1.4 |
| Fruit & juice | 7.3 ± 1.5 | 7.2 ± 1.5 | 7.2 ± 1.7 | 7.5 ± 1.5* | 7.3 ± 1.8 | 7.8 ± 1.3* |
| Noodles(Ramen, Jajangmen) | 7.1 ± 1.3 | 6.9 ± 1.5 | 7.5 ± 1.6* | 7.1 ± 1.7 | 7.0 ± 1.9 | 6.6 ± 1.9 |
| Fried (chicken) | 6.9 ± 1.5 | 6.4 ± 1.8 | 6.9 ± 2.1 | 6.7 ± 1.9 | 6.9 ± 2.0 | 6.6 ± 2.0 |
| Teokbokyi, oden | 6.2 ± 1.3 | 5.8 ± 1.7 | 6.8 ± 1.8 | 7.1 ± 1.7 | 6.8 ± 2.0 | 7.1 ± 1.8 |
| Candy, chocolate | 7.0 ± 1.8 | 6.8 ± 1.7 | 5.9 ± 2.1 | 6.7 ± 2.0* | 5.8 ± 2.3 | 6.4 ± 1.9* |
| Roots(wweet potato, potato) | 5.9 ± 1.7 | 6.1 ± 1.9 | 5.9 ± 2.1 | 6.5 ± 1.9* | 6.2 ± 2.2 | 6.7 ± 1.8 |
| Hamburgers, pizza | 6.5 ± 2.0 | 5.9 ± 2.3 | 7.2 ± 1.8 | 6.8 ± 1.9 | 6.9 ± 2.0 | 6.4 ± 1.9 |
| Soda | 6.1 ± 2.2* | 5.3 ± 2.2 | 6.4 ± 2.3 | 6.1 ± 2.3 | 6.3 ± 2.3* | 5.7 ± 2.1 |
| Ice cream | 7.6 ± 1.5 | 7.5 ± 1.4 | 7.2 ± 1.8 | 7.6 ± 1.4* | 7.0 ± 2.1 | 7.4 ± 1.6 |
| Vegetable salad | 4.4 ± 1.8 | 4.8 ± 2.1 | 4.8 ± 2.6 | 5.5 ± 2.5* | 5.7 ± 2.4 | 6.1 ± 1.9 |
| Rice cakes(Sirutteok, Baekseolgi) | 5.4 ± 1.9 | 5.6 ± 2.2 | 5.8 ± 2.2 | 6.0 ± 2.0 | 6.2 ± 2.3 | 6.5 ± 1.6 |
| Rice cakes(Kkul-tteok) | 6.0 ± 1.9 | 6.2 ± 1.9 | 6.4 ± 1.9 | 6.1 ± 1.9 | 6.7 ± 2.1 | 6.4 ± 1.8 |
| Tomato | 5.0 ± 2.5 | 5.6 ± 2.2 | 4.1 ± 2.7 | 6.3 ± 2.5* | 5.9 ± 2.5 | 6.8 ± 1.9* |
| White Milk | 6.4 ± 1.8 | 6.2 ± 2.1 | 6.4 ± 2.2* | 5.7 ± 2.5 | 6.4 ± 2.2* | 5.4 ± 2.3 |
| Flavored mike (strawberry, chocolate) | 7.0 ± 1.7 | 6.8 ± 1.9 | 7.1 ± 1.9 | 7.4 ± 1.8 | 6.9 ± 2.1 | 6.8 ± 1.9 |

¹⁾Mean ± SD, *Significantly different among the subjects by t test at p<0.05

에서 남학생들은 과자류, 라면 및 국수, 빵, 우유, 주스, 기타, 떡볶이, 과일을 간식으로 즐겨먹고 있었으며, 여학생들은 과자류, 빵, 라면과 국수, 떡볶이, 과일, 기타, 우유, 주스를 즐겨 먹고 있으므로, 본 연구결과와 비교할 때 선호하는 간식 종류는 비슷하지만 선호도 순위에서 약간의 차이가 나타났다.

4. 조사대상자들이 외식 시 선호하는 메뉴

유아기, 학동기, 청소년기 남녀를 대상으로 한 한식류(갈비, 불고기), 한식류(한정식), 일식류(초밥, 회), 일식류(우동, 돈가스), 양식류(스파게티, 파스타), 패밀리레스토랑(스테이크, 립), 중식류(자장면, 탕수육), 패스트푸드(햄버거), 퓨전음식, 뷔페음식으로 구분한 외식 시 선호하는 메뉴에 대하여 분석한 결과는 Table 4와 같다.

우선 각 그룹별 차이분석 결과를 살펴보면 유아기에는 남아가 여아보다 퓨전음식을 더 많이 선호하는 것으로 조사되었다($p < 0.05$). 또한, 학동기에는 여아보다 남아가 패스트푸드(햄버거)를 더 선호하는 것으로 나타났다($p < 0.05$). 청소년기의 경우 모든 메뉴에서 남학생과 여학생 사이에 유의적인 차이가 없는 것으로 조사되었다.

유아기 남아는 중식류(자장면, 탕수육), 한식류(갈비, 불고기), 일식류(우동, 돈가스)에 대한 선

호도가 높았으며 일식류(회, 초밥), 퓨전음식, 한식류(한정식)에 대한 선호도는 낮은 메뉴인 것으로 분석되었고, 유아기 여아는 한식류(갈비, 불고기), 중식류(자장면, 탕수육), 일식류(우동, 돈가스), 양식류(스파게티, 파스타)에 대한 선호도가 높았고 일식류(회, 초밥), 퓨전음식, 패스트푸드(햄버거), 뷔페음식에 대한 선호도는 낮은 것으로 나타났다. 이는 부모의 경제 수준에 따른 자녀의 식습관과 식품기호도에 관해 조사한 정혜정 등(2008)의 연구에서 외식시 선호하는 메뉴에 관해서 경제 수준이 높은 유아기 자녀와 낮은 자녀 모두 중식류(자장면, 탕수육)이 높은 선호도를 나타내 본 연구결과와 유사한 결과로 나타났다. 학동기 남학생은 한식류(갈비, 불고기), 패밀리레스토랑(스테이크, 립), 일식류(우동, 돈가스), 양식류(스파게티, 파스타)에 대한 선호도가 높았으며 퓨전음식, 일식류(회, 초밥), 뷔페음식, 패스트푸드(햄버거)에 대한 선호도가 낮은 것으로 분석되었고 학동기 여아는 한식류(갈비, 불고기), 패밀리레스토랑(스테이크, 립), 양식류(스파게티, 파스타), 일식류(우동, 돈가스)에 대한 선호도가 높았으며 퓨전음식, 패스트푸드(햄버거), 일식류(회, 초밥), 뷔페음식에 대한 선호도는 낮은 것으로 분석되었다. 선행연구인 부모의 경제수준에 따라 학동기 학생들의 식습관을 조사한 연구에서 경제

Table 4. The preference on the menu items by Eating-out

| Category | Kindergarden | | Schoolchild | | Adolescent | |
|---------------------------------|-------------------------|------------------|-------------------|------------------|-------------|---------------|
| | male(N=68) | female(N=77) | male(N=138) | female(N=162) | male(N=131) | female(N=105) |
| Korean(Galbi, Bulgogi) | 7.0 ± 1.5 ¹⁾ | 7.1 ± 1.6 | 7.6 ± 1.5 | 7.6 ± 1.5 | 7.8 ± 1.8 | 7.5 ± 1.5 |
| Korean(Hanjeongsik) | 5.1 ± 1.6 | 6.1 ± 1.5 | 7.2 ± 1.8 | 7.3 ± 1.6 | 7.2 ± 2.2 | 7.2 ± 1.7 |
| Japanese(sushi, sashimi) | 5.0 ± 2.1 | 4.9 ± 2.2 | 6.3 ± 2.7 | 6.3 ± 2.9 | 7.5 ± 2.2 | 7.1 ± 2.3 |
| Japanese(udon, pork cutlet) | 6.8 ± 1.5 | 6.7 ± 1.6 | 7.4 ± 1.7 | 7.3 ± 1.6 | 7.4 ± 1.8 | 7.1 ± 1.8 |
| Western style(spaghetti, pasta) | 6.5 ± 1.7 | 6.5 ± 1.6 | 7.5 ± 1.7 | 7.4 ± 1.7 | 7.5 ± 1.9 | 7.3 ± 1.7 |
| Family restaurants(steak, rib) | 6.7 ± 1.8 | 6.2 ± 1.9 | 7.6 ± 1.8 | 7.4 ± 1.7 | 7.5 ± 1.9 | 7.4 ± 1.5 |
| Chinese(noodles, Tangsuyuk) | 7.3 ± 1.3 | 7.1 ± 1.5 | 7.2 ± 1.7 | 6.9 ± 1.8 | 6.9 ± 2.2 | 6.7 ± 1.9 |
| Fast food(hamburger) | 6.2 ± 2.2 | 5.7 ± 2.4 | 6.9 ± 2.3* | 6.2 ± 2.5 | 6.5 ± 2.5 | 5.9 ± 2.1 |
| Fusion food | 5.7 ± 1.4* | 5.1 ± 1.5 | 5.8 ± 2.3 | 6.2 ± 2.1 | 6.7 ± 2.4 | 6.5 ± 1.8 |
| Buffet restaurant | 6.1 ± 1.6 | 5.9 ± 2.1 | 6.6 ± 2.3 | 6.8 ± 2.0 | 7.3 ± 2.2 | 7.2 ± 1.7 |

1) Mean ± SD, * Significantly different among the subjects by t test at $p < 0.05$

수준이 높은 그룹과 낮은 그룹 모두 외식시 한식류(갈비, 불고기), 패밀리레스토랑(스테이크, 립), 그리고 양식류(스타게티, 파스타)를 선호하는 것으로 나타나 본 연구결과와 유사한 결과를 나타냈다(정혜정 등 2008). 청소년기 남학생은 한식류(갈비, 불고기), 패밀리레스토랑(스테이크, 립), 양식류(스파게티, 파스타), 일식류(회, 초밥)에 대한 선호도가 높았으며 패스트푸드(햄버거), 퓨전음식, 중식류(자장면, 탕수육), 한식류(한정식)에 대한 선호도가 낮은 것으로 분석되었고, 청소년기 여학생은 한식류(갈비와 불고기), 패밀리레스토랑(스테이크, 립), 양식류(스파게티, 파스타), 한식류(한정식)에 대한 높은 선호도를 나타냈고 패스트푸드(햄버거), 퓨전음식, 중식류(자장면, 탕수육), 일식류(우동, 돈가스)에 대한 선호도는 낮은 것으로 분석되었다. 이는 선행연구인 엄윤호(2008)의 연구에서 부모의 경제수준에 따라 외식시 선호하는 메뉴를 조사한 결과에서 한식메뉴로 대표되는 한식류(불고기, 갈비), 패밀리레스토랑 메뉴(스테이크, 립), 그리고 양식류(스파게티, 파스타)를 청

소년기의 모든 집단에서 선호하는 것과 유사한 결과로 나타났다.

5. 조사대상자들이 선호하는 조리법

유아기, 학동기, 청소년기 남녀를 대상으로 선호하는 조리법을 신선했던 채소류, 무침류, 구이류(육류), 구이류(생선, 김), 볶음류(멸치, 감자), 볶음류(제육, 닭), 튀김류, 찜류(갈비, 생선), 찌개류(김치, 된장), 국류, 삶기류(생선, 채소), 삶기류(육류), 전류(생선, 육류), 회(생선, 육회)로 구분하여 Table 5와 같이 분석하였다.

각 그룹별로 조리법에 따른 남녀 간의 차이를 조사한 결과 유아기의 경우 유의적인 차이가 나타나지 않았으며, 신선했던 채소류와 무침류의 경우 학동기와 청소년기 모두 여아나 여학생이 더 선호하는 것으로 조사되었다(p<0.05). 또한, 학동기의 경우 여아가 남아보다 국, 찌개류를 유의적으로 선호하는 것으로 나타났으며(p<0.05), 청소년기의 경우 신선했던 채소류와 무침류를 여학생이 남학생보다 통계적으로 더 좋아하며 튀김류, 찜

Table 5. The preference for cooking method of the subjects

| Category | Kindergarden | | Schoolchild | | Adolescent | |
|--|-------------------------|--------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| | Male(N=68) | Female(N=77) | Male(N=138) | Female(N=162) | Male(N=131) | Female(N=105) |
| Fresh vegetable | 4.5 ± 2.1 ¹⁾ | 5.2 ± 2.0 | 5.0 ± 2.6 | 5.8 ± 2.4* | 6.1 ± 2.5 | 6.8 ± 1.9* |
| Seasoned vegetable | 4.9 ± 1.7 | 5.2 ± 1.7 | 4.4 ± 2.4 | 5.1 ± 2.4* | 5.2 ± 2.4 | 5.8 ± 1.8* |
| Roasted (roasted meat) | 7.1 ± 1.1 | 6.8 ± 1.8 | 7.4 ± 1.7 | 7.3 ± 1.5 | 7.3 ± 1.9 | 6.9 ± 1.4 |
| Roasted (roasted fish, roasted kim) | 6.9 ± 1.4 | 7.2 ± 1.5 | 6.5 ± 2.2 | 6.6 ± 1.9 | 6.7 ± 2.3 | 6.3 ± 2.0 |
| Panbroiled foods (panbroiled anchovy, panbroiled potato) | 6.2 ± 1.5 | 6.2 ± 1.8 | 5.9 ± 2.1 | 6.1 ± 2.0 | 6.4 ± 2.1 | 6.4 ± 1.6 |
| Panbroiled foods (panbroiled pork, panbroiled chicken) | 6.8 ± 1.1 | 6.4 ± 1.6 | 7.2 ± 1.9 | 7.1 ± 1.8 | 7.3 ± 1.9 | 6.9 ± 1.6 |
| Fried foods | 6.5 ± 1.4 | 6.10 ± 1.9 | 6.7 ± 2.0 | 6.8 ± 1.9 | 7.0 ± 2.0* | 6.4 ± 1.9 |
| Steam foods (rib, fish) | 6.9 ± 1.4 | 6.5 ± 1.6 | 6.9 ± 2.0 | 7.2 ± 1.7 | 7.3 ± 2.0* | 6.7 ± 1.7 |
| Pot stew (Kimcki, soybean-paste) | 6.2 ± 1.8 | 5.6 ± 1.9 | 6.7 ± 2.2 | 7.1 ± 2.1 | 7.2 ± 2.0 | 7.2 ± 1.7 |
| Soups (hot soup) | 6.0 ± 1.9 | 5.7 ± 2.1 | 5.8 ± 2.3 | 6.5 ± 2.1* | 6.7 ± 2.3 | 6.6 ± 1.9 |
| Blacched foods (fish, vegetable) | 5.8 ± 1.6 | 5.5 ± 1.7 | 5.7 ± 2.3 | 5.9 ± 2.1 | 6.1 ± 2.3 | 6.0 ± 2.0 |
| Blanched foods (meat) | 6.6 ± 1.4 | 6.6 ± 1.7 | 6.7 ± 2.1 | 6.8 ± 1.8 | 6.9 ± 1.9* | 6.4 ± 1.9 |
| Jeon (fish, meat) | 6.1 ± 1.6 | 5.9 ± 1.9 | 5.9 ± 2.3 | 5.7 ± 2.1 | 6.4 ± 2.3* | 5.7 ± 2.3 |
| Sashimi (sashimi, yukhoe) | 4.2 ± 2.3 | 4.0 ± 2.4 | 5.9 ± 2.9 | 5.6 ± 3.0 | 7.1 ± 2.5* | 6.1 ± 2.8 |

1) Mean ± SD, * Significantly different among the subjects by t test at p<0.05

류(갈비, 생선), 삶기류(육류), 전(생선, 고기)은 남학생이 여학생보다 통계적으로 더 많이 선호하는 조리법인 것으로 분석되었다($p<0.05$).

조사대상자들 중 선호하는 조리법에 대한 질문에서 유아기 남아는 구이류(육류), 구이류(생선, 김), 찜류(갈비, 생선), 볶음류(제육, 닭)로 동물성 식재료를 사용한 구이류와 볶음류를 선호하였고 그 다음으로는 찜류(갈비, 생선)를 선호하는 것으로 분석되었고, 회(생선, 육회), 신선한 채소류, 무침류는 선호도가 낮은 것으로 분석되었다. 이는 선행연구인 엄우호(2008)의 연구에서 부모의 경제수준이 높은 집단과 낮은 집단 모두 동물성 식재료를 활용한 조리법의 메뉴를 선호하는 것과 본 연구의 결과가 유사한 것으로 조사되었다. 또한, 유아기 남아와 여아는 주로 구이류와 볶음류에 대하여 높은 선호도를 나타냈고 야채를 이용한 무침류나 신선한 채소류에 대한 선호도는 낮은 공통점을 알 수 있었다.

학동기 남아는 구이류(육류), 볶음류(제육, 닭), 찜류(갈비, 생선), 튀김류와 같은 동물성 단백질로 구성된 식재료를 구이나 찜으로 조리한 것에 높은 선호도를 나타냈고 학동기 여아는 구이류(육류), 찜류(갈비, 생선), 볶음류(제육, 닭), 고기 찌개와 같은 동물성 단백질을 함유한 식재료의 구이, 찜, 볶음류에 대하여 높은 선호도를 나타냈다. 그러나 무침류, 전류(생선, 육류), 신선한 채소류에 대해서는 낮은 선호도를 나타내는 것으로 분석되었다. 이는 정혜정 등(2008)의 연구에서 부모의 경제수준에 따른 메뉴선호도를 조사한 연구에서 동물성 식재료를 경제수준이 높은 그룹과 낮은 그룹 모두 높은 선호도를 나타낸 것과 본 연구의 결과가 유사한 것으로 조사되었다.

청소년기 남학생은 볶음류(제육, 닭), 구이류(육류), 찜류(갈비, 생선), 회(생선, 육회)와 같은 동물성 식재료를 이용한 볶음류, 구이류, 찜류를 선호하고 유아기와 학동기와는 다르게 회(생선, 육회)에 대한 선호도가 높아지는 특이점을 발견할 수 있었고 무침류, 전류(생선, 육류), 신선한 채소류와 같은 야채를 이용한 조리법에 대해서는 낮은 선호도를 나타내는 것으로 분석되었다. 그러나 청소년기 여학생은 유아기와 학동기에 낮은

선호를 하던 찌개류(김치, 된장), 그리고 섬유질이 많은 신선한 채소류에 대하여 높은 선호도를 갖게 되는 특이점을 찾을 수 있었다. 그리고 청소년기 여학생은 전류(생선, 육류), 무침류에 대해서는 낮은 선호도를 갖는 것으로 분석되었다.

IV. 요약 및 결론

본 연구는 유아기, 학동기, 청소년기로 구분하여 성별에 따라 식습관, 간식에 대한 기호도, 외식시 선호하는 아이템 그리고 조리법에 대한 선호도를 조사하여 유아기, 학동기, 청소년기로 성장하면서 좋아하는 음식과 싫어하는 음식, 간식 횟수와 같은 식습관에 대한 기호도의 변화를 분석하여 균형잡힌 영양공급을 위한 조리법과 메뉴 개발에 필요한 기초자료를 마련하고자 실시하였으며, 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 조사대상자인 유아기 남아의 평균나이는 4.6 ± 1.3 세, 유아기 여아의 평균나이는 4.9 ± 1.3 세였고, 학동기 남학생의 평균나이는 11.9 ± 1.7 세, 학동기 여학생의 평균나이는 12.0 ± 1.6 세였으며, 청소년기 남학생의 평균나이는 15.1 ± 1.4 세, 청소년기 여학생의 평균나이는 14.8 ± 1.2 세이었다. 조사대상자들의 평균신장은 유아기 남아는 111.0 ± 8.9 cm, 여아는 111.2 ± 11.4 cm이었고, 학동기 남학생은 157.3 ± 15.7 cm, 여학생은 153.7 ± 11.8 cm이였으며, 청소년기 남학생은 170.6 ± 7.2 cm, 여학생은 160.7 ± 5.3 cm인 것으로 나타났다. 조사대상자들의 평균체중은 유아기 남아는 18.8 ± 3.6 kg, 여아는 18.3 ± 3.5 kg이고, 학동기 남학생은 48.2 ± 13.4 kg, 여학생은 41.9 ± 9.6 kg이며, 청소년기 남학생은 57.9 ± 10.5 kg, 여학생은 47.7 ± 5.1 kg이었다.

둘째, 유아기, 학동기, 청소년기 남녀가 좋아하는 식재료는 공통적으로 고기류와 과일이었으며, 유아기의 남아가 싫어하는 식재료는 야채류와 과일이었고 유아기의 여아가 싫어하는 식재료는 야채와 곡류였다. 학동기 남학생이 싫어하는 음식은 야채류, 생선류, 곡류 및 전분류였고, 학동기 여학생이 싫어하는 식재료는 야채류, 곡류 및 전분류, 생선류인 것으로 나타났다. 청소년기 남학생과 여학생이 싫어하는 식재료는 야채류와 생선

류인 것으로 분석되었다. 유아기, 학동기, 청소년기의 남아와 여아에게 간식횟수는 공통적으로 하루 1~2회 간식을 섭취하는 경우가 가장 많은 것으로 조사되었고 외식하는 횟수에 대한 질문에서 유아기 남아와 여아는 주 1회 미만 또는 주 2~3회로 외식을 자주하지 않고 주로 가정에서 식사를 하는 것으로 분석되었다. 학동기 남학생의 외식횟수는 주 2~3회 또는 주 1회 미만, 학동기 여학생은 주 1회 미만 또는 주 2~3회이었고, 청소년기 남학생과 여학생의 외식횟수도 주 1회 미만 또는 주 2~3회로 유아기에 비해 학동기와 청소년기에 외식횟수가 증가하는 것을 알 수 있었다.

셋째, 유아기 남아와 여아에게 선호도가 높은 간식 아이템은 공통적으로 아이스크림, 쿠키, 과일과 주스, 면류인(라면과 자장면)이었고, 야채샐러드, 토마토, 떡류인 시루떡과 백설기, 찐 감자나 고구마는 선호도가 낮은 간식 아이템이었다. 학동기 남아에게 선호도가 높은 간식아이템은 면류인(라면과 자장면), 아이스크림, 햄버거와 피자, 주스와 과일이었고 학동기 여아에게 선호도가 높은 간식아이템은 아이스크림, 주스와 과일, 딸기우유와 초코우유, 면류인(라면과 자장면),었으며 학동기 남아와 여아에게 선호도가 낮은 간식아이템은 흰 우유, 떡류인 시루떡과 백설기, 탄산음료, 토마토이었다. 청소년기 남학생에게 선호도가 높은 간식아이템은 과일과 주스, 아이스크림, 후라이드 치킨, 면류인(라면과 자장면), 가공우유인 딸기우유나 초코우유이고, 청소년기 여학생에게 선호도가 높은 간식 아이템은 과일과 주스, 아이스크림, 빵과 케이크, 오뎅과 데리야끼였으며, 청소년기 남학생에게 선호도가 낮은 간식아이템은 야채샐러드, 사탕과 초콜릿, 토마토, 찐 감자와 고구마이었고 청소년기 여학생에게 선호도가 낮은 간식 아이템은 흰 우유, 탄산음료, 야채샐러드, 떡류인 시루떡과 백설기이었다. 따라서 유아기, 학동기, 청소년기 모두에게 선호도가 높은 간식 아이템은 아이스크림이었고 학동기에 접어들어 햄버거나 후라이드치킨을 좋아하게 되고 청소년기에 접어들어서는 남학생은 치킨, 면류인 라면과 자장면을 좋아하고 청소년기 여학생은 과일, 케이크를 좋아하게 되었으며, 청소년 남

학생과 여학생 모두 공통적으로 야채샐러드와 떡류인 시루떡과 백설기에 대한 선호도가 낮은 것으로 분석되었고, 유아기부터 형성된 야채이나 떡에 대한 낮은 선호도는 변화되지 않고 지속되므로 비타민과 무기질을 섭취할 수 있는 야채에 대한 선호도를 높일 수 있는 조리법이나 다양한 떡에 관한 메뉴의 개발이 필요하다고 사료된다.

넷째, 한식류(갈비, 불고기), 한식류(한정식), 일식류(초밥, 회), 일식류(우동, 돈가스), 양식류(스파게티, 파스타), 패밀리레스토랑(스테이크, 립), 중식류(자장면, 탕수육), 패스트푸드(햄버거), 퓨전음식, 뷔페음식으로 구분한 외식 시 선호하는 메뉴에 대하여 분석한 결과, 유아기, 학동기, 청소년기를 거치면서 남녀학생들의 외식시 선호하는 메뉴 아이템은 거의 변화되지 않으며 좋아하는 메뉴아이템은 한식류(갈비, 불고기), 양식류(스파게티, 파스타)였고 좋아하지 않는 아이템은 일식류(회, 초밥), 퓨전음식, 중식류(자장면, 탕수육), 한식류(한정식)인 것으로 분석되었다.

다섯째, 선호하는 조리법에 대하여 분석한 결과, 유아기와 학동기의 남학생과 여학생은 주로 구이류와 볶음류를 선호하고 야채를 이용한 숙채나 신선한 채소류를 선호하지 않는 공통점을 알 수 있었으나, 청소년기 남학생은 볶음류(제육, 닭볶음), 구이류(육류), 찜류(갈비, 생선), 회(생선, 육회)와 같은 동물성 식재료를 이용한 볶음류, 구이류, 찜류를 선호하면서 유아기와 학동기와는 다르게 회(생선, 육류)를 선호하게 되는 특이점을 발견할 수 있었고 청소년기 여학생은 찌개류(김치, 된장), 볶음류(제육, 닭), 구이류(육류), 신선한 채소류와 같은 동물성을 식재료를 이용한 조리법을 선호하면서 특이한 점은 유아기와 학동기에 선호하지 않던 찌개류(김치, 된장), 그리고 섬유질이 많은 신선한 채소류를 선호하게 된다는 점이다. 본 연구결과에 의해 유아기와 학동기에 선호하는 조리법에는 유사성이 있으나, 청소년기에 들어서 성별에 따라 남학생은 회(생선, 육류)를 선호하게 되고 여학생은 찌개류(김치, 된장), 신선한 채소류를 선호하게 된다는 것을 알게 되었다.

참고문헌

- 강명희(2007) 남녀 초등학교 학생의 식습관 및 식품 기호도 분석 연구. 수원대학교 석사학위논문.
- 김미현(2008) 경제수준별 어머니의 취업여부에 따른 아동의 식행동 비교 연구. 성신여자대학교 석사학위논문.
- 김보혜·신동순(1988) 미취학 아동의 영양섭취실태 및 환경적 영향요인의 조사 연구. 대한가정학회지 26(1), 73-82.
- 김숙희·유춘희·김선희·이상선·정진은·강명희·김양하·김우경(2006) 영양학. 서울: 신광출판사. 3.
- 김혜경(2003) 학령기 전·후 아동의 영양과 행동과의 관련성에 관한 연구. 생활과학논문집 4(2), 71-84.
- 박송이·백희영·문현경 (1999) 학령전 아동의 식습관과 식이섭취평가에 관한 연구. 한국영양학회지 32(4), 419-429.
- 양희경(2005) 어머니 직업 유무에 따른 미취학 아동의 비만 요인 분석 : 체력, 생활 습관, 식습관 중심으로. 동덕여자대학교 석사학위논문.
- 엄운호(2008) 부모의 경제수준에 따른 자녀의 식습관과 식품 기호도에 관한 연구 : 서울·경기(인천)지역을 중심으로. 우송대학교 외식조리학과 석사학위논문.
- 연효숙·이승교(2001) 안양시내 초등학교 6학년 남·여학생의 식행동과 식품기호도 비교. 한국지역사회생활과학회지 12(1), 1-13.
- 왕수경(2007) 대전지역 초등학교 4학년 학생의 비만율과 식습관 및 영양 상태에 대한 연구. 한국생활과학회지 16(3), 631-642.
- 유유영(2005) 학령 전 아동의 식습관과 영양상태 및 사회적 발달에 관한 연구. 경희대학교 석사학위논문.
- 이경신(1996) 외국의 국민영양관련 조사사업-일본-. 한국영양학회지 29(4), 396-398.
- 이기현(2006) 유아의 신체적 특징에 따른 식습관과 식품기호에 관한 연구. 아동교육 15(4), 213-229.
- 이민혜(2006) 서울지역 남녀 중학생의 성격유형과 식습관 및 식기호도와와의 관련성 연구. 고려대학교 석사학위논문.
- 이보숙·조경련(2006) 학동기 아동과 청소년의 도시와 농촌 지역 간 식생활 및 관련 요인 비교 분석. 한국식품영양학회지 19(4), 502-514.
- 이연숙·임현숙·안홍석·장남수(2008) 생애주기 영양학. 파주: 교문사. 243-275.
- 이정순(1985) 도시 여고생들의 편식에 대한 실태조사. 원광대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이정원·이미숙·김정희·손숙미·이보숙(2001) 영양관정. 파주: 교문사. 257-260.
- 장유경·박혜련·변기원·이보경·권종숙(2009) 기초영양학. 파주: 교문사. 6.
- 정연수(2003) 경주지역 유치원 아동의 영양소 섭취 상태 조사. 계명대학교 석사학위논문.
- 정혜정·엄운호·김정운(2008) 부모의 경제수준에 따른 자녀의 식습관과 식품기호도에 관한 연구 (1) - 서울, 경기(인천)지역을 중심으로 -. 한국영양학회지 41(1), 77-88.
- 조경수(2007) 중학생의 식습관 실태조사:연무읍 중학생을 대상으로. 한남대학교 석사학위논문.
- 최혜미(2009) 21세기 영양학 3판. 파주: 교문사. 402-405.
- 홍희옥·김정순·이정숙(2006) 서울지역 남녀 대학생의 한식 선호도(2)-부식을 중심으로-. 한국영양학회지 39(7), 707-713.
- 황경혜(2006) 초등학교 아동의 비만 관련 요인 및 영양 섭취 상태. 계명대학교 교육대학원 석사학위논문.