

최      중  
연구보고서

## **우리나라 농산물의 소비증진 및 수급안정을 위한 소비실태 분석 및 영양가치 정보 데이터베이스 구축**

The Development of Nutrient Information Database and  
the Analysis of Dietary Consumption to Stabilize Supply and  
Demand and to Increase Consumption of Korean Agricultural Product

연구기관 : 한국식품영양재단

농   립   부

# 제 출 문

농림부 장관 귀하

본 보고서를 “우리나라 농산물의 소비증진 및 수급안정을 위한 소비실태 분석 및 영양가치 정보 데이터베이스 구축”에 관한 연구 과제의 최종보고서로 제출합니다.

2004 년 10 월 14 일

주관연구기관명 : 한국식품영양재단

총괄연구책임자 : 김 숙 희

세부연구책임자 : 박 원 규

협동연구기관명 : 상명대학교

협동연구책임자 : 유 춘 희

연 구 원 : 김 선 희 (국민대학교)

연 구 원 : 김 주 현 (한국식품영양재단)

연 구 원 : 이 정 숙 (한국식품영양재단)

연 구 원 : 이 다 희 (한국식품영양재단)

연 구 원 : 정 진 은 (안산 1 대학)

연 구 원 : 김 혜 영A(용인대학교)

연 구 원 : 김 대 수 (농식품신유통연구원)

연 구 원 : 전 혜 경 (농촌자원개발연구소)

연 구 원 : 민 희 은 (상명대학교)

# 여 백

# 요 약 문

## I. 제 목

우리나라 농산물의 소비증진 및 수급안정을 위한 소비실태 분석 및 영양가치 정보 데이터베이스 구축

## II. 연구개발의 목적 및 필요성

우리나라 농산물의 소비는 농산물의 생산, 유통 뿐 만 아니라, 소비 행태에 따라 큰 영향을 받으며, 구입한 식품의 음식으로의 전환과 이의 섭취를 통한 영양상의 균형과 건강을 유지하려는 소비자의 노력은 다시 소비 행태를 변화시키게 된다. 즉 농산물의 소비는 생산, 유통, 영양 간의 상호 작용에 의해 조절되고 있다.

이에 본 연구는 우리나라 주요 농산물에 대한 구체적인 소비실태 조사가 미흡한 상황에서 계절 및 기타 요인에 따라 농산물의 소비실태 및 섭취량의 차이를 조사하고 주요 농산물의 소비 유도를 위해 농산물의 영양가치 정보를 평가하고 정리하여 농산물 정보 데이터베이스를 구축함으로써 농산물의 소비 증진을 위한 기초 자료를 제공하고자 한다. 또한 일부 농산물의 영양성분분석을 통하여 계절에 따른 영양성분의 차이를 평가하고자 하였다.

## III. 연구개발 내용 및 범위

여러 문헌 및 통계자료를 통하여 국내 농산식품의 소비패턴 변화를 파악하고 식품 소비 특성을 다각적인 측면에서 분석하였다. 또한 주요 농산물의 구매 특성을 분석하기 위하여 일반 가정주부를 대상으로 농산물 식품 모니터링 조사를 실시하였다. 계절별, 사회경제적 요인(소득, 직업, 학력수준 등)을 고려하여 다빈도 구매품목 및 구매형태에 대해 중점적으로 분석하였으며 이를 바탕으로 앞으로의 우리나라 농산식품에 대한 소비 추세 및 소비패턴 변화를 전망하였다.

농산물의 소비실태 및 섭취량 조사는 농산물별 소비조사 및 24시간 식이회상법을 이용한 설문지를 통해 계절별로 서울 및 경기지역에 거주하는 주부(평균  $42.2 \pm 9.7$  세) 총 921명을 대상으로 직접면담법을 실시하였고 통계분석은 통계처리 프로그램인 SAS를 이용하였다. 농산물의 소비 실태는 농산물의 구입형태, 구입방법, 구입장소, 이



용빈도에 대해 조사하였으며 섭취량조사는 식품군별 섭취량 및 영양섭취량, 외식, 소득, 가족수에 따른 식품섭취패턴을 분석하였다.

우리나라에서 많이 섭취하는 과일과 채소를 위주로 과일 4종, 채소 17종 총 21종을 봄, 여름, 가을, 겨울 계절별로 구입하여 채소나 과일이 함유하고 있는 주요 영양성분으로 비타민 중 비타민 C와 베타 캐로틴 ( $\beta$ -carotene), 10종의 무기질, 지방, 단백질 함량을 분석하여 계절에 따른 영양성분의 차이를 비교하였다. 농산물(곡류, 두류, 채소류, 과일류, 견과류 등) 영양정보 database 구축을 위하여 국내외의 식품성분 분석에 관련된 문헌 조사를 실시하여 농산물의 영양성분 데이터베이스를 구축하였으며 농산물의 건강기능성에 관한 최근 연구 자료를 바탕으로 농산물기능성 데이터베이스를 구축하였다.

계절별로 실시된 식이조사를 통하여 계절별 이용음식, 양념채소류의 이용양상, 끼니별 메뉴패턴, 다소비 및 다빈도 음식 등 농산물 이용 음식의 소비행태를 조사하였다. 98년도 국민건강·영양조사 자료를 분석을 통한 평균레시피 산출 및 관능검사를 실시하여 농산물 이용 음식의 표준레시피를 개발하였다. 외식업체에서 이용되고 있는 음식의 레시피 조사 및 단체급식소의 계절별 메뉴 분석을 실시하여 농산물 음식정보 데이터베이스를 구축하였다.

## IV. 연구개발 결과 및 활용에 대한 건의

### 1. 연구 결과

#### 제1절 농산물 소비구조분석과 변화 전망

우리나라의 식품소비는 소득 향상에 따라 질적인 향상을 추구하는 새로운 단계로 진입하였다. 식품소비 변화의 특성을 크게 서구화, 간편화, 외식화, 건강지향성, 다양화, 고급화의 경향으로 요약해볼 수 있으며, 직접 가구조사를 중심으로 농산물의 소비 특성을 계절별, 사회경제수준별로 나누어 분석해본 결과 사회경제수준이 높을수록 기호식품과 고가의 육류 품목에 대한 구매빈도가 높고 세척농산물 및 조리식품의 구매 비율이 높아지는 것으로 나타났다. 계절별로 살펴보면 각 계절별로 채철 농산물의 구매빈도가 높게 나타나며, 파, 오이, 양파 등의 필수채소와 두부, 콩나물 등은 계절에 관계없이 자주 구매하는 것을 알 수 있었다. 앞으로의 식품소비추세 및 소비패턴 변화를 전망해보면 핵가족화와 여성취업율의 증가 등의 요인으로 인해 식품 및 외식비

지출비율이 성장할 것으로 보이며, 서구형 식생활 및 편의성 지향이 가속화되고 건강 지향적 식생활을 위해 고급 농산물에 대한 수요가 증대될 것으로 사료된다.

### 제2절 농산물 소비행태 조사

농산물 소비행태 조사 대상자의 일반사항을 보면 조사대상자의 월평균 소득은 150-300만원이 42.1%로 조사되었고 대상자의 75%가 부부와 자녀로 이뤄진 핵가족이었다. 농산물별 구입처는 주로 대형할인점이나 대형슈퍼마켓을 이용하는 비율이 가장 높았다. 농산물별 계절별 이용섭취 빈도를 비교해 보면 과일 등 일부 식품에서 계절적으로 이용섭취빈도에 차이가 나타났다. 사회 경제적 수준에 따른 농산물 섭취빈도를 비교해 보면 잣, 들깨, 사과, 배, 포도, 복숭아, 귤, 참다래, 양송이, 수박, 딸기, 셀러리, 피망, 쇠고기, 닭고기에서 사회경제적 수준별 농산물 섭취빈도가 유의적인 차이를 보였다. 농산물의 구입단위는 쌀의 경우 대포장을 다소 선호하였으나 다른 곡류의 경우 소포장을 선호하였다. 과일류의 경우 계절별로 다소 다른 양상을 보여 제철과일의 경우 구입단위로 대포장을 선호하는 비율이 높게 나타났다. 국산농산물만 먹는 대상자는 25.2%로 나타났으며 조리된 반찬의 구입정도는 거의 구입하지 않는다가 53.9%로 나타났다. 홈쇼핑을 통해 상품을 구매하는 빈도를 보면 6개월에 1회 이상 구매하는 빈도가 24.1%로 나타났으며 홈쇼핑 시 적절한 구매단위를 조사하였다.

### 제3절 24시간 식이회상법에 의한 농산물의 섭취량 조사

24시간 식이회상법에 의한 농산물의 섭취량 조사결과 1인 1일 평균 식품 총섭취량은 1291.3g으로 곡류 및 그 제품의 섭취는 271.3g, 육류 및 그 제품의 경우 74.8g으로 나타났다. 또한 영양소 섭취실태를 살펴보면 1인 1일 평균 에너지 섭취수준은 1653.7kcal, 당질 섭취량은 252.6g, 단백질 67.8g, 지질 43.6g으로 분석되어 2001년도 국민건강영양조사 결과와 비교해 볼 때 전반적으로 낮은 편으로 조사되었다. 계절별로 살펴보면 겨울에 총 식품섭취량이 가장 높게 나타났고 특히 곡류 및 그 제품, 과실류의 섭취가 높았다. 영양소 섭취에 있어서도 다른 계절에 비해 겨울철에 식물성 단백질, 당질, 섬유소, 철분, 비타민 B<sub>1</sub>, 비타민 C, 엽산의 섭취가 유의적으로 높았다.

이와 같이 식품 및 영양소의 섭취는 계절에 의한 영향을 많이 받는 것으로 나타나 식품의 소비양상을 파악하기 위한 식품섭취조사에서 계절적 요인을 중요하게 반영해야 할 것이다. 한편, 본 조사 결과 끼니별 외식의 비율을 살펴볼 때 점심의 외식비율이 가장 높고 외식에서 오는 식품 및 영양소 섭취 수준이 상당히 높은 것으로 나타나 외식산업에서 이용하는 농산물의 소비양상을 파악하는 것도 농산물 소비증진을 위한 중요한 연구자료가 될 것이라 사료된다. 우리나라의 주요 농산물(쌀, 고추, 마늘,

양과, 쇠고기, 돼지고기, 닭고기)별 1회 평균섭취분량을 살펴본 결과, 쌀 165.0g, 고추 11.9g, 마늘 6.4g, 양과 25.2g, 쇠고기 48.9g, 돼지고기 52.9g, 닭고기 116.4g을 섭취하고 있었으며 쌀, 마늘, 과일 등은 계절에 의해 섭취량의 차이를 나타냈다. 몇몇 품목들은 가족 수나 가구수입, 가구주의 학력 등의 요인과 상관성을 보이기도 하였다. 다빈도 식품의 순위를 살펴보면, 마늘, 소금, 과, 쌀, 김치 등의 순으로 조사되어 주로 양념류와 필수식품류인 것을 알 수 있었고, 다소비 식품의 경우에는 쌀, 김치, 우유, 귤, 사과, 빵 등의 순으로 나타났다.

#### 제4절 주요 농산물의 영양가치 정보 데이터베이스 구축

계절별 다소비 농산물(과일 4종 및 채소 17종)의 수분 분석결과를 보면 채소는 과일보다는 더 많은 수분을 보유하는 것으로 나타났으며 분석한 채소 중에서는 오이가 가장 수분 함유율이 높았다. 식품별 단백질 함량은 2% 미만이었는데, 과일은 1% 미만으로 나타났으며 가을철 과일인 사과, 배, 귤의 경우 봄철에 가장 단백질 함량이 많은 것으로 나타났다. 시금치와 당근은 가을철에, 상추는 봄과 겨울에 단백질 함량이 더 많았다. 지방 함량을 보면 채소에서 오이, 시금치, 깻잎, 풋고추, 브로커리, 양송이는 겨울철에 더 많은 지방을 함유하는 것으로 나타났다. 가을과 겨울의 사과, 배, 귤에는 다량의 아스코르빈산과  $\beta$ -carotene을 함유하였으며 가을이나 겨울철의 배추나 무에 더 많은 아스코르빈산을 함유하였다. 호박, 시금치, 풋고추와 같은 채소는 다른 계절에 비해 겨울에  $\beta$ -carotene 함유량이 많았다. Ca의 경우에는 겨울철 사과와 봄철 딸기, 가을 배, 가을 배추에 함량이 많았다. Fe 함량은 사과, 배, 귤의 경우에는 겨울철에, 딸기의 경우에는 봄철에 많이 함유되어 있었다. Cr의 경우에는 가을과 겨울 사과의 함량이 높았으며 겨울 배와 귤, 봄철 딸기에 Cr함량이 높았다. 제철과일이나 채소의 경우 수분 함량이 적으면서 고형물의 함량이 많고 특히 현대인의 건강유지를 위해 필요한 무기질 함량이 높은 결과를 보였다. 제철에 나는 우리 농산물의 섭취가 우리의 건강유지에 도움이 되며 제철식품의 소비를 권장하여 식품수급안정에 기여하여야 할 것이다.

농산물의 영양성분 데이터베이스는 국내외 문헌조사를 통하여 15개 식품군별(수산식품 및 해조류 제외)로 분류하여 일반성분(총 5,156종), 지방산(총677종), 아미노산(총 1,484종)의 데이터를 포함하였다. 농산물 건강기능성 데이터베이스는 최근 발표된 연구자료조사에 의해 곡류 14종, 감자 및 전분류 6종, 견과류 및 종실류 14종, 채소 및 버섯류 140종, 과일류 36종, 기타 15종 총 225종에 대해 농산물이 건강에 미치

는 효과를 텍스트화일로 정리하였다.

### 제5절 농산물 이용 음식의 소비행태 조사

음식소비행태에 관한 조사 결과를 보면 겨울철에는 잡채, 떡국, 떡만두국, 동치미 국수, 시금치나물, 김치찌개, 배추김치(김장김치), 감자 이용 음식들의 빈도가 높았으며, 여름철에는 닭도리탕, 삼계탕과 같이 닭을 이용한 음식이, 봄과 가을에는 나물류의 음식을 이용하는 비율이 높았다. 또한 양념채소류의 이용 빈도가 높은 조리의 형태는 주로 국·탕, 찌개, 볶음·조림, 찜 등의 순서였으며 다빈도로 섭취한 음식을 보면 주식류로는 쌀밥, 잡곡밥, 콩밥, 현미밥의 순서로 조사되었고, 국, 찌개류 중에서는 된장찌개, 미역국, 돈육김치찌개, 콩나물국, 두부된장국의 섭취빈도가 매우 높았다. 메뉴패턴분석 결과를 보면 밥+국+반찬1+김치, 밥+국+반찬2+김치가 가장 대중적이었으며 밥을 주식으로 한 전통적인 우리 식단이 빵을 이용한 식단에 비해 식사의 질이 더 높게 나타났다.

### 제6절 농산물 음식정보 데이터베이스 구축

관능검사결과에 따라 조리방법을 조정하여 농산물을 이용한 음식 116종의 표준레시피를 개발하고 이들 표준레시피의 영양성분을 계산하였다. 13개의 외식업체를 대상으로 판매되고 있는 음식의 레시피 151종을 조사하였고 계절별로 12개 단체급식소의 이용식단을 분석하여 주로 이용되는 메뉴의 종류 파악하였다.

이상의 결과를 종합해 보면 농산물의 소비 행태는 여러 요인에 의해 변화되고 있는 바 식품소비모니터링에 의한 가구별 소비조사를 지속적으로 실시하여 소비행태변화에 적절히 대응해 나가야 할 것이다. 또한 농산물의 섭취량과 영양소제공량에 대한 분석을 통하여 우리의 식생활의 서구화 경향을 엿볼 수 있었으며 국민의 건강증진을 위해 식품섭취양상에 대한 지속적 연구가 절실하였다. 과일 및 채소류의 영양성분 분석의 결과는 제철 식품의 섭취가 영양적으로 우수하다는 것에 대한 실험적 증거를 제시해주었다. 또한 구축된 농산물의 영양가치 정보 데이터베이스는 소비자의 올바른 식품선택과 농산물 소비촉진을 위해 바람직한 정보로 제공될 것을 기대하며 관련 산업의 발전을 위한 기초자료로 활용될 것을 기대한다. 농산물의 소비실태 분석과 영양가치 정보데이터베이스 구축사업은 정기적인 업데이트가 요구되므로 이의 연구에 대한 지속적 지원이 필요하다고 사료된다.

## SUMMARY

The consumption of agricultural products are controlled by interrelationships among production, distribution and nutrition. This study was designed to develop a nutrient information database and an analysis of dietary consumption to stabilize supply and demand and to increase consumption of Korean agricultural products.

The 921 women participated at a survey of consumption of agricultural products.

The characteristics of changing pattern of food consumption was westernization, convenience, dining out, well-being, diversification, and a high quality. Higher socio-economic status was related with more consumption of taste food and expensive meat products. The purchasing ratio of washed agricultural products and cooked foods was also higher in upper socioeconomic class. Seventy-five percent of the subjects had a core family composed of a married couple and children. The most frequent purchasing places of agricultural products were big discount stores and big supermarkets. The proportion of subjects purchasing only domestic farm products was 25.2%. More than half of the subjects (53.9%) did not purchase cooked dishes from the market. The 24.1% of the subjects purchased a merchandise within 6 months through home shopping market.

The food consumption, especially cereals and fruits, was highest in winter time.

The carbohydrate, fiber, iron, vitamin B<sub>1</sub>, vitamin C, and folic acid consumption were higher in winter time than other seasons. The most frequently consumed foods were garlic, salt, green onion, rice and kimchi, respectively. The most highly consumed foods in quantity were rice, kimchi, milk, tangerine, apple, and bread, respectively. The fruit and vegetables in the right season had higher solid contents, especially high in mineral contents. The most popular menu pattern of the meal composed of a cooked rice, a soup, kimchi, and one or two side dishes.

The quality of meal was better in a rice-based meal than a bread-based meal.

The nutrient information database included general ingredients (5,156 items), fatty acids (677 items), and amino acids (1,484 items). The agricultural well-being database (total 225 items) included 14 cereal items, 6 potato and starch items, 14

nuts and seeds, 140 vegetables and mushrooms, 36 fruits, and 15 others. The 116 standard dish recipe was developed and the nutrient composition was calculated.

In summary, the consumption pattern of agricultural products are affected by several different factors. Therefore, periodical household based food survey is necessary to cope with the changes of food consumption pattern. The analysis of dietary intake and nutrient consumption of agricultural products showed a westernizing pattern of our dietary culture. The continuous monitoring of food consumption pattern is also necessary to guide Korean people to a better health.

# CONTENTS

Chapter 1. The outline of the study .....	1
Chapter 2. The present status of the technique development .....	3
Chapter 3. The methods and results of the study .....	9
I. The study methods .....	9
II. The study results .....	19
Section 1. The structure analysis and prospect of the changes of the agricultural product consumption .....	19
Section 2. The survey of agricultural product consumption behavior .....	48
Section 3. The dietary intake by 24 hour recall methods .....	124
Section 4. The evaluation of nutrient value and the settlement of "nutrition information database of agricultural product" .....	199
Section 5. The survey of food consumption behavior .....	234
Section 6. The settlement of food information database .....	306
Chapter 4. The degree of goal achievement and contribution to the related field .....	345
Chapter 5. The application plan of the study results .....	348
Chapter 6. International science information collected during the study .....	349
Chapter 7. References .....	354

# 목 차

제 1장 연구개발과제의 개요 .....	1
제 1 절 연구개발의 필요성 및 범위 .....	1
제 2 장 국내외 기술개발 현황 .....	3
1. 식품소비패턴의 변화 .....	3
2. 농산물소비조사 연구의 한계성과 이의 보완 .....	5
3. 계절적 요인을 감안한 농산물의 영양성분 분석 .....	6
4. 농산물에 대한 정보요구 증가와 농산물 및 농산물 이용 음식의 데이터베이스 구축 .....	7
제 3 장 연구개발수행 내용 및 결과 .....	9
I. 연구방법 .....	9
1. 농산물 소비구조 분석과 변화 전망 .....	9
가. 식품 소비패턴 변화 .....	9
나. 농산물의 소비특성 분석 및 소비 전망 .....	9
2. 농산물 소비실태 및 섭취량 조사 .....	10
가. 조사대상자 .....	10
나. 설문지 구성 내용 .....	10
다. 통계처리 .....	11
3. 계절별 다소비 농산물의 영양성분 분석 .....	11
가. 식품의 선택과 재료준비 .....	11
나. 수분함량 측정 .....	12
다. 단백질 분석 .....	12
라. 지방 분석 .....	12
마. Ascorbic acid 분석 .....	12
바. $\beta$ -carotene 분석 .....	13
사. 무기질 분석 .....	13
4. 농산물 영양정보 database 구축 .....	14
가. 농산물의 영양성분 데이터베이스 .....	14



나. 농산물 건강기능성 데이터베이스 구축 .....	15
5. 농산물 이용 음식의 소비 행태 조사 .....	16
가. 문헌 조사를 통한 농산물 이용 음식 조사 .....	16
나. 설문조사를 통한 농산물 이용 음식의 소비행태 조사 .....	16
6. 농산물의 음식정보 데이터베이스 구축 .....	16
가. 농산물을 이용한 음식의 표준레시피 개발 .....	16
나. 외식업체 및 단체급식 대상 농산물 이용 음식 레시피 조사 .....	18
<b>II. 연구결과</b> .....	19
<b>제 1 절 농산물 소비구조분석과 변화 전망</b> .....	19
1. 식품 소비패턴 변화 .....	19
가. 식품소비의 새로운 단계 진입 .....	19
나. 식품소비 특성 분석 .....	20
2. 농산물의 소비특성분석 .....	38
가. 개황 .....	38
나. 구매특성 .....	39
3. 농식품소비전망 .....	43
가. 식품 소비 추세 전망 .....	43
나. 식품소비 패턴 변화 전망 .....	44
<b>제 2 절 농산물 소비행태 조사</b> .....	48
1. 조사대상자의 일반사항 .....	48
가. 조사대상자의 나이 및 체위 .....	48
나. 조사대상자의 조사시기별 월 평균 소득 .....	48
다. 조사대상자의 조사시기별 가족 형태 및 가족 총수 .....	49
라. 조사대상자의 조사시기별 본인과 남편의 학력 및 직업 .....	49
마. 조사대상자의 조사시기별 주택 형태 .....	50
2. 농산물별 구입처 조사 .....	51
가. 계절별 농산물 구입처 .....	51
나. 사회경제적 수준에 따른 농산물 구입처 .....	58
3. 농산물 이용 빈도 .....	62
가. 계절별로 농산물 이용 빈도 .....	62
나. 사회경제적 수준별 농산물 이용 빈도 .....	81
4. 농산물 구입 단위 .....	96

가. 계절별 농산물 구입 단위 .....	96
나. 사회경제적 수준에 따른 농산물 구입 단위 .....	103
5. 농산물 구입 형태 조사 .....	108
가. 곡류의 구입형태 .....	108
나. 서류 및 두류의 구입형태 .....	108
다. 견과류 및 종실류의 구입형태 .....	108
라. 과일류의 구입형태 .....	109
마. 채소류의 구입형태 .....	109
바. 수산물 및 축산물의 구입형태 .....	109
6. 기타 농산물 소비에 관한 조사 .....	111
가. 국산농산물 사용 정도 .....	111
나. 조리된 반찬 구입 횟수 .....	112
다. 김치 담그는 횟수 .....	113
7. 홈쇼핑 유통 위한 식품 판매 단위 조사 .....	114
가. 홈쇼핑 이용실태 .....	114
나. 홈쇼핑을 통한 식품 구입 목적 및 구입빈도 .....	116
다. 홈쇼핑을 통해 구입한 식품의 요리방법 .....	117
라. 함께 판매되기를 바라는 식품 .....	118
마. 홈쇼핑을 통해 구입하는 상품의 품질 및 희망 가격 .....	118
바. 홈쇼핑에서 판매되는 식품의 사은품 증정, 브랜드 인지 및 인터넷 쇼핑 이용도 .....	123
제 3 절 24시간 식이회상법에 의한 농산물의 섭취량 조사 .....	124
1. 연평균 식품군별 평균섭취량 및 영양소섭취량 .....	124
가. 연평균 식품군별 평균섭취량 .....	124
나. 영양소 섭취 실태 .....	125
2. 계절에 따른 평균 식품군별 섭취량 및 영양소섭취량 .....	126
가. 사계절별 식품군별 섭취량 .....	126
나. 사계절별 영양소 섭취량 .....	127
3. 가정내/외식별 농산물 섭취 양상 .....	131
가. 끼니별 외식과 내식의 비율 .....	131
나. 외식으로 인한 식품섭취량 .....	132
다. 외식으로 인한 영양소 섭취량 .....	133
4. 기타 요인별 식품 및 영양소 섭취량 .....	135

가. 가족수에 따른 식품 및 영양소 섭취량 .....	135
나. 수입에 따른 식품 및 영양소 섭취량 .....	138
다. 가구주의 학력에 따른 식품 및 영양소 섭취량 .....	141
라. 식품군별 섭취량과 영양소 섭취량의 상관관계 .....	144
5. 우리나라 주요 농산물(쌀, 고추, 마늘, 양파, 쇠고기, 돼지고기, 닭고기)별 1회 섭취 분량 및 영양소 기여도 .....	146
가. 주요 식품별 1인 1회 평균 섭취량 및 에너지 공급량 .....	146
나. 요인별 주요식품별 1회 섭취 분량(수입, 가족수) .....	149
6. 다빈도 및 다소비 식품 섭취 현황 .....	155
가. 연간 다빈도 식품 및 다소비 식품 .....	155
나. 계절별 다소비 및 다빈도 식품 .....	168
다. 외식 및 내식에 따른 다소비 및 다빈도 식품 .....	182
7. 식생활 및 건강상태 조사 .....	187
가. 계절에 따른 조사자의 식생활 .....	187
나. 계절에 따른 일상의 식품섭취상태 .....	189
다. 조사시기별 조사자의 건강상태 .....	190
8. 가족수에 따른 식생활 및 건강상태 .....	191
가. 가족수에 따른 조사자의 식생활 .....	191
나. 가족수에 따른 일상의 식품섭취상태 .....	192
다. 가족수에 따른 조사자의 건강상태 .....	194
9. 수입에 따른 식생활 및 건강상태 .....	194
가. 수입에 따른 조사자의 식생활 .....	194
나. 수입에 따른 일상의 식품섭취상태 .....	196
다. 수입에 따른 조사자의 건강상태 .....	198
제 4 절 농산물 영양가치 평가 및 「농산물 영양정보」 데이터베이스 구축 .....	199
1. 계절별 농산물 성분 분석을 통한 농산물 영양가치 평가 .....	199
가. 수분 함량 .....	199
나. 단백질 함량 .....	200
다. 지방 함량 .....	202
라. ascorbic acid 함량 .....	204
마. $\beta$ -carotene 함량 .....	206
바. 무기질 함량 .....	208
2. 농산물 영양가치정보 데이터베이스 구축 .....	221

가. 농산물의 영양성분 데이터베이스 구축 .....	221
나. 농산물의 건강기능성 데이터베이스 구축 .....	226
<b>제 5 절 농산물 이용 음식의 소비행태 조사 .....</b>	<b>234</b>
1. 문헌조사를 통한 농산물 이용 음식 조사 .....	234
2. 설문조사를 통한 농산물 이용 음식의 소비행태 조사 .....	237
1) 각 계절별 음식 조사 .....	237
2) 양념채소류의 이용실태 및 섭취량 조사 .....	239
3. 24시간 식이회상법에 의한 음식의 소비실태 조사 .....	246
가. 다빈도 음식의 섭취량 .....	246
나. 열량영양소 섭취량에 기여도가 높은 음식 .....	273
다. 메뉴패턴 분석 .....	298
<b>제 6 절 농산물의 음식정보 데이터베이스 구축 .....</b>	<b>306</b>
1. 농산물을 이용한 음식의 표준레시피 개발 .....	306
2. 외식업체 대상 메뉴 레시피 .....	316
가. 조사대상 업체별 음식명 및 레시피 .....	316
나. 조사된 음식의 영양성분 .....	333
3. 단체급식소 급식내용 분석 .....	334
가. 조사대상 급식소 목록 및 급식내용 .....	334
나. 급식소에서 계절별로 이용 빈도가 높은 음식 .....	339
다. 영양섭취 상태 분석 .....	341
<b>제 4 장 목표달성도 및 관련분야에의 기여도 .....</b>	<b>345</b>
1. 계획당시 연구 목표 대비 연구 결과 .....	345
2. 평가의 착안점에 따른 달성도에 대한 자체 평가 .....	346
3. 관련 분야에 대한 기여도 .....	346
<b>제 5 장 연구개발결과의 활용계획 .....</b>	<b>348</b>
<b>제 6 장 연구개발과정에서 수집한 해외과학정보 .....</b>	<b>349</b>
<b>제 7 장 참고문헌 .....</b>	<b>354</b>

<b>부록 I. 농산물 및 음식 소비행태 조사자료</b> .....	359
1. 농산물 소비행태 조사 .....	361
2. 농산물 이용음식 소비행태 조사 .....	378
3. 식품소비모니터링 설문지 .....	408
4. 식품소비실태조사설문지 .....	418

**부록 II. 농산물 영양가치 및 음식정보 데이터베이스 (별책 수록)**

1. 농산물의 영양가치 정보 데이터베이스
2. 농산물을 이용한 음식(115종)의 표준레시피 개발
3. 단체급식소의 음식별 재료목록 및 영양성분 조사

## 표 목차

표 1-1. 1인 1년간 식품류별 소비추세 .....	21
표 1-2. 1990년과 1998년 상용식단의 변화 (1988-1998년) .....	21
표 1-3. 끼니별 30대 상용식단의 차이 .....	22
표 1-4. 1인 1일 공급에너지 영양소 구성비 추이 .....	22
표 1-5. 가정 내 지출구조 변화추이 .....	24
표 1-6. 전통적 가정 제조식품에 대한 월평균 비용지출 추세 .....	25
표 1-7. 조리식품의 구매 빈도 .....	26
표 1-8. 세척, 커팅 등 전처리 농산물 구매 실태 .....	26
표 1-9. 외식류별 지출 추이 .....	27
표 1-10. 식품의 주 구매장소 .....	28
표 1-11. 쌀 포장단위별 구매비중 .....	28
표 1-12. 포장육의 편의성 .....	29
표 1-13. 가계의 월평균 지출과실 품목수 추이 .....	31
표 1-14. 품목별 브랜드 현황(2003년 말 기준) .....	32
표 1-15. 외식비 지출추세 .....	32
표 1-16. 끼니별 식사상황 .....	33
표 1-17. 연령계층별 외식 빈도 .....	33
표 1-18. 식품 선택시 중요하게 고려하는 품질 특성 .....	34
표 1-19. 사례지역 쌀과 타지역 유명 브랜드 쌀과의 소매가격 비교, 2001.12 .....	35
표 1-20. 국산 식품과 수입식품의 안전성 평가 .....	36
표 1-21. 국산 식품이 수입식품보다 안전한 이유 .....	37
표 1-22. 품질인증 친환경 농산물의 생산량 추이 .....	38
표 1-23. 가구원수별 분포 .....	39
표 1-24. 조사가구의 월 소득 분포 .....	39
표 1-25. 조사가구의 거주형태 .....	39
표 1-26. 가구의 사회경제수준별 주요농산물 섭취 빈도 .....	40
표 1-27. 채소류의 세척농산물 구입비중 .....	41
표 1-28. 계절별 다구매 농산물 .....	42
표 1-29. 계층별 국산농산물 구매 행태 .....	43
표 1-30. 계층별 조리식품 구매 빈도 .....	43

표 1-31. 식품비 지출액 및 외식비 지출 비중 전망. (2001-2012) .....	44
표 1-32. 향후 조리식품의 구매 의향 .....	45
표 1-33. 향후 세척, 커팅 등 전처리 농산물 구매 전망 .....	45
표 1-34. 업체별 식품 판매액 추정치 .....	45
표 1-35. 인터넷을 통한 식품구매실태와 전망 .....	46
표 1-36. 장래 유기농산물 구입계획 .....	47
표 2-1. 조사대상자의 나이 및 체위 .....	48
표 2-2. 조사시기별 월 평균 소득 .....	49
표 2-3. 조사대상자의 조사시기별 가족 형태 및 총 가족 수 .....	49
표 2-4. 농산물 구입처 .....	53
표 2-5. 계절에 따른 농산물 구입처 비교 .....	54
표 2-6. 사회경제적 수준에 따른 농산물 구입처 비교 .....	59
표 2-7. 곡류의 계절별 이용 빈도 .....	64
표 2-8. 서류 및 두류의 계절별 이용 빈도 .....	65
표 2-9. 견과 및 종실류의 계절별 이용 빈도 .....	66
표 2-10. 과일류의 계절별 이용 빈도 .....	68
표 2-11. 채소류의 계절별 이용 빈도 .....	72
표 2-12. 축산물의 계절별 이용 빈도 .....	77
표 2-13. 수산물의 계절별 이용 빈도 .....	79
표 2-14. 기타식품류의 계절별 이용 빈도 .....	80
표 2-15. 견과 및 종실류의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도 .....	83
표 2-16. 과일류의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도 .....	84
표 2-17. 채소류의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도 .....	87
표 2-18. 축산물의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도 .....	92
표 2-19. 수산물의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도 .....	94
표 2-20. 기타식품류의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도 .....	95
표 2-21. 계절별 곡류의 구입단위 .....	98
표 2-22. 계절별 서류 및 두류의 구입단위 .....	99
표 2-23. 계절별로 수산물 및 축산물의 구입단위 .....	102
표 2-24. 사회경제적 수준에 따른 곡류의 구입 단위 .....	105
표 2-25. 사회경제적 수준에 따른 서류 및 두류의 구입 단위 .....	106
표 2-26. 사회경제적 수준에 따른 과일류의 구입 단위 .....	107
표 2-27. 곡류 및 서류의 구입형태 .....	110

표 2-28. 계절에 따른 국산 농산물의 사용정도 .....	111
표 2-29. 사회경제적 수준에 따른 국산 농산물의 사용정도 .....	111
표 2-30. 계절에 따라 조리된 반찬 구입 횟수 .....	112
표 2-31. 사회경제적 수준에 따라 조리된 반찬 구입 횟수 .....	112
표 2-32. 계절에 따라 김치 담그는 횟수 .....	113
표 2-33. 사회경제적 수준에 따라 김치 담그는 횟수 .....	114
표 2-34. 계절에 따른 홈쇼핑을 통해 상품을 구매하는 빈도 .....	114
표 2-35. 계절에 따른 홈쇼핑으로 주로 구매하는 상품 .....	115
표 2-36. 계절에 따라 총 생활비 중 홈쇼핑을 통해 지출하는 비율 .....	115
표 2-37. 계절에 따라 총 식비 중 홈쇼핑을 통해 지출하는 비율 .....	116
표 2-38. 계절에 따라 홈쇼핑으로 식품 구입 시 목적 .....	116
표 2-39. 홈쇼핑을 통해서 판매되고 있는 식품의 계절별 구매 빈도 .....	117
표 2-40. 홈쇼핑에서 판매되는 상품으로 함께 구성되기를 바라는 제품 .....	119
표 2-41. 계절별로 홈쇼핑을 통해서 상품 구입시 적당하다고 생각되는 가격 비교 .....	121
표 2-42. 계절별로 홈쇼핑에서 판매되는 식품의 사은품 증정, 브랜드 및 인터넷 쇼핑 이용에 관한 사항 비교 .....	123
표 3-1. 식품군별 1인 1일 평균 섭취량 (g) .....	124
표 3-2. 연평균 영양소 섭취량 .....	125
표 3-3. 계절별 동식물성 식품의 섭취현황 .....	126
표 3-4. 계절별 식품군별 섭취량 .....	127
표 3-5. 계절별 영양소 섭취량 .....	128
표 3-6. 계절별 지방산 섭취양상 .....	129
표 3-7. 조사대상자의 열량비 .....	129
표 3-8. 대상자의 권장량에 대한 영양소 섭취비율 .....	130
표 3-9. 대상자의 평균섭취적정도 .....	131
표 3-10. 내식과 외식의 식품군별 섭취량 .....	133
표 3-11. 내식과 외식의 영양소 섭취량 .....	134
표 3-12. 가족수에 따른 식품군 및 동·식물성 분류별 섭취량 .....	136
표 3-13. 가족수에 따른 1인 1일 영양소 섭취량 .....	137
표 3-14. 가족수에 따른 1인 1일 지방산 섭취량 .....	137
표 3-15. 수입별 식품군 및 동·식물성 분류별 섭취량 .....	139
표 3-16. 수입에 따른 1인 1일 영양소 섭취량 .....	140
표 3-17. 수입 분류별 1인 1일 지방산 섭취량 .....	141



표 3-18. 가구주의 학력에 따른 식품군별 섭취량 .....	142
표 3-19. 가구주의 학력에 따른 영양소 섭취량 .....	143
표 3-20. 식품군별 섭취량과 영양소섭취량과의 상관관계 .....	145
표 3-21. 주요 식품별 1인 1회 평균섭취량 및 에너지 공급량 .....	146
표 3-22. 쌀 및 기타 곡류의 섭취량 .....	147
표 3-23. 고추, 마늘, 양파의 계절별 섭취량 및 에너지 공급량 .....	147
표 3-24. 과일류의 1일 1회 섭취량 및 에너지 공급량 .....	148
표 3-25. 쇠고기, 돼지고기, 닭고기의 1일 1회 섭취량 및 에너지 공급량 .....	148
표 3-26. 가족에 따른 주요 식품별 평균섭취량 (g) .....	149
표 3-27. 수입에 따른 주요 식품별 평균섭취량 (g) .....	150
표 3-28. 가구주의 학력에 따른 주요 식품별 평균섭취량 (g) .....	150
표 3-29. 주요 식품의 섭취량과 기타 요인과의 상관관계 .....	151
표 3-30. 분류별 1회 섭취량 및 에너지, 단백질, 지방, 당질의 공급량 .....	152
표 3-31. 연간 다빈도 식품 .....	155
표 3-32. 연간 다소비 식품 .....	157
표 3-33. 곡류 및 그 제품의 다빈도 식품 .....	159
표 3-34. 감자 및 전분류, 당류, 두류, 종실류의 다빈도 식품 .....	160
표 3-35. 채소류의 다빈도 식품 .....	161
표 3-36. 버섯류와 과실류의 다빈도 식품 .....	163
표 3-37. 육류, 난류, 어패류, 해조류, 우유류, 유지류, 음료 및 주류, 조미료류, 기타의 다빈도 식품 .....	164
표 3-38. 계절별 다빈도 식품 .....	169
표 3-39. 곡류 및 그 제품의 계절별 다빈도 식품 .....	171
표 3-40. 감자류 및 그 제품별 다빈도 식품 .....	172
표 3-41. 당류 및 그 제품별 다빈도 식품 .....	172
표 3-42. 두류 및 그 제품별 다빈도 식품 .....	173
표 3-43. 종실류 및 그 제품별 다빈도 식품 .....	173
표 3-44. 채소류 및 그 제품별 다빈도 식품 .....	174
표 3-45. 버섯류 및 그 제품별 다빈도 식품 .....	175
표 3-46. 과일류 및 그 제품별 다빈도 식품 .....	176
표 3-47. 육류 및 그 제품별 다빈도 식품 .....	177
표 3-48. 난류 및 그 제품별 다빈도 식품 .....	177
표 3-49. 어패류 및 그 제품별 다빈도 식품 .....	178

표 3-50. 우유류 및 그 제품별 다빈도 식품 .....	179
표 3-51. 유지류 및 그 제품별 다빈도 식품 .....	180
표 3-52. 조미료류별 다빈도 식품 .....	181
표 3-53. 내식과 외식의 다빈도 식품 .....	182
표 3-54. 내식시 다소비 식품과 1회 섭취량 .....	184
표 3-55. 외식시 다소비 식품과 1회 섭취량 .....	185
표 3-56. 계절에 따른 아침식사 섭취 및 선식, 생식 섭취 양상 .....	188
표 3-57. 계절에 따른 일상적인 식품섭취상태 .....	189
표 3-58. 조사시기별 조사자의 건강상태 .....	190
표 3-59. 가족수에 따른 아침식사 및 선식, 생식 섭취양상 .....	191
표 3-60. 가족수에 따른 일상의 식품섭취상태 .....	192
표 3-61. 가족수에 따른 일상의 식품섭취상태 .....	193
표 3-62. 가족수에 따른 조사대상자의 건강 및 운동상태 .....	194
표 3-63. 수입에 따른 조사대상자의 식생활 실태 .....	195
표 3-64. 수입에 따른 일상의 식품섭취 상태(점수화) .....	196
표 3-65. 대상자 분포별 수입에 따른 일상식품의 섭취 상태 .....	197
표 3-65. 소득에 따른 조사자의 건강상태 .....	198
표 4-1. 계절별 식품 수분함량 .....	200
표 4-2. 계절별 단백질 함량 .....	201
표 4-3. 계절별 지방 함량 .....	203
표 4-4. 계절별 ascorbic acid 함량 .....	205
표 4-5. 계절별 $\beta$ -carotene 함량 .....	207
표 4-6. 계절별 Na 함량 .....	209
표 4-7. 계절별 K 함량 .....	210
표 4-8. 계절별 Mg 함량 .....	211
표 4-9. 계절별 Ca 함량 .....	212
표 4-10. 계절별 P 함량 .....	213
표 4-11. 계절별 Fe 함량 .....	214
표 4-12. 계절별 Cr 함량 .....	215
표 4-13. 계절별 Mn 함량 .....	216
표 4-14. 계절별 Cu 함량 .....	217
표 4-15. 계절별 Zn 함량 .....	218
표 4-16. 계절별 Se 함량 .....	219

표 4-17. 계절별 AI 함량 .....	220
표 4-18. Screening 과정을 거쳐 최종적으로 정리된 농산물의 수 .....	221
표 4-19. 조사 정리된 농산물의 영양성분 자료 .....	222
표 4-20. 농산물의 영양성분 예시 (일반성분) .....	223
표 4-21. 농산물의 영양성분 예시 (아미노산) .....	224
표 4-22. 농산물의 영양성분 예시 (지방산) .....	225
표 4-23. 영양가치 평가가 이루어진 농산물 목록 .....	226
표 4-24. 농산물 영양가치 정보 데이터베이스 구성 .....	227
표 4-25. 농산물의 건강기능성 예시 .....	229
표 5-1. 주로 이용하는 음식의 종류 .....	234
표 5-2. 각 계절에 주로 조리한다고 응답한 다빈도 음식의 목록(농산물 중심) .....	238
표 5-3. 계절별로 양념 채소류를 이용한 요리방법 비교 .....	240
표 5-4. 가족수별로 양념 채소류를 이용한 요리방법 비교 .....	241
표 5-5. 가족 총 수입에 따라 양념 채소류를 이용한 요리방법 비교 .....	242
표 5-6. 사회경제적 수준에 따라 양념 채소류를 이용한 요리방법 비교 .....	243
표 5-7. 양념 채소류별로 일주일동안 사용한 양(계절별) .....	244
표 5-8. 양념 채소류별로 일주일동안 사용한 양(가족수별) .....	245
표 5-9. 양념 채소류별로 일주일동안 사용한 양(가족내 총 수입별) .....	245
표 5-10. 양념 채소류별로 일주일동안 사용한 양(사회경제적수준별) .....	245
표 5-11. 다빈도 음식의 계절별 섭취량 - 주식류 .....	248
표 5-12. 다빈도 음식의 계절별 섭취량 - 국, 찌개류 .....	249
표 5-13. 다빈도 음식의 계절별 섭취량 - 김치류 .....	250
표 5-14. 다빈도 음식의 계절별 섭취량 - 반찬류 .....	251
표 5-15. 다빈도 음식의 계절별 섭취량 - 간식류 .....	252
표 5-16. 가족수에 따른 다빈도 음식 - 주식류 .....	253
표 5-17. 가족수에 따른 다빈도 음식 - 국, 찌개(탕, 전골 등) .....	254
표 5-18. 가족수에 따른 다빈도 음식 - 김치류 .....	255
표 5-19. 가족수에 따른 다빈도 음식 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등) .....	256
표 5-20. 가족수에 따른 다빈도 음식 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등) .....	257
표 5-21. 가족 내 총수입에 따른 다빈도 음식 - 주식류 .....	258
표 5-22. 가족 내 총수입에 따른 다빈도 음식 - 국, 찌개(탕, 전골 등) .....	259
표 5-23. 가족 내 총수입에 따른 다빈도 음식 - 김치류 .....	260
표 5-24. 가족 내 총수입에 따른 다빈도 음식 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등) .....	261

표 5-25. 가족 내 총수입에 따른 다빈도 음식 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등) .....	262
표 5-26. 사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식 - 주식류 .....	264
표 5-27. 사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식 - 국, 찌개(탕, 전골 등) .....	265
표 5-28. 사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식 - 김치류 .....	266
표 5-29. 사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등) .....	267
표 5-30. 사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등) .....	268
표 5-31. 외식여부에 따른 다빈도 음식 - 주식류 .....	269
표 5-32. 외식여부에 따른 다빈도 음식 - 국, 찌개(탕, 전골 등) .....	270
표 5-33. 외식여부에 따른 다빈도 음식 - 김치류 .....	270
표 5-34. 외식여부에 따른 다빈도 음식 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등) .....	271
표 5-35. 외식여부에 따른 다빈도 음식 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등) .....	272
표 5-36. 계절별로 에너지 섭취량의 주요 급원 음식 .....	274
표 5-37. 계절별로 탄수화물 섭취량의 주요 급원음식 .....	275
표 5-38. 계절별로 단백질 섭취량의 주요 급원음식 .....	276
표 5-39. 계절별로 지방 섭취량의 주요 급원음식 .....	277
표 5-40. 가족수에 따른 에너지 섭취량의 주요 급원 음식 .....	279
표 5-41. 가족수에 따른 탄수화물 섭취량의 주요 급원 음식 .....	280
표 5-42. 가족수에 따른 단백질 섭취량의 주요 급원 음식 .....	281
표 5-43. 가족수에 따른 지방 섭취량의 주요 급원 음식 .....	282
표 5-44. 가족 총수입에 따른 에너지 섭취량의 주요 급원 음식 .....	284
표 5-45. 가족 총수입에 따른 탄수화물 섭취량의 주요 급원 음식 .....	285
표 5-46. 가족 총수입에 따른 단백질 섭취량의 주요 급원 음식 .....	286
표 5-47. 가족 총수입에 따른 지방 섭취량의 주요 급원 음식 .....	287
표 5-48. 사회경제적 수준에 따른 에너지 섭취량의 주요 급원 음식 .....	289
표 5-49. 사회경제적 수준에 따른 탄수화물 섭취량의 주요 급원 음식 .....	290
표 5-50. 사회경제적 수준에 따른 단백질 섭취량의 주요 급원 음식 .....	291
표 5-51. 사회경제적 수준에 따른 지방 섭취량의 주요 급원 음식 .....	292
표 5-52. 외식여부에 따른 에너지 섭취량의 주요 급원 음식 .....	294
표 5-53. 외식여부에 따른 탄수화물 섭취량의 주요 급원 음식 .....	295
표 5-54. 외식여부에 따른 단백질 섭취량의 주요 급원 음식 .....	296
표 5-55. 외식여부에 따른 지방 섭취량의 주요 급원 음식 .....	297
표 5-56. 계절에 따른 다빈도 메뉴패턴과 MAR .....	300
표 5-57. 가족수에 따른 다빈도 메뉴 패턴과 MAR .....	302

표 5-58. 수입에 따른 다빈도 메뉴 패턴과 MAR .....	303
표 5-59. 사회·경제적 수준에 따른 다빈도 메뉴 패턴과 MAR .....	304
표 5-60. 의식여부에 따른 다빈도 메뉴 패턴과 MAR .....	305
표 6-1. 선행연구에서 작성된 표준레시피의 음식 목록 .....	308
표 6-2. 최종적으로 표준레시피 작업을 위해 선정된 대표레시피 음식 목록 .....	309
표 6-3. 표준레시피적용 음식의 관능검사결과 .....	310
표 6-4. 최종적으로 선정된 표준레시피 목록 .....	315
표 6-5. 단체급식 업체 목록 및 업체별 조사기간 .....	335
표 6-6. 단체급식소에서 이용한 음식 목록 .....	336
표 6-7. 계절별로 단체급식소에서 이용한 다빈도 음식 및 1회 제공량 .....	340
표 6-8. 단체급식소에서 제공한 식단의 계절별 영양소 제공량 .....	342
표 6-9. 단체급식소에서 제공한 식단의 계절별 열량영양소 섭취비율 .....	343
표 6-10. 단체급식소에서 제공한 식단의 계절별 한국인영양권장량에 대한 비율 .....	343

## 그림 목차

그림 1-1. 공급칼로리 및 칼로리단가 추세 .....	19
그림 1-2. PFC 구조 비교 .....	23
그림 1-3. 에너지 공급원구성의 변화 .....	30
그림 1-4. 부위별 한우, 수입육 가격비교 .....	36
그림 3-1. 끼니별 외식비율 .....	132
그림 4-1. 과일의 단백질 함량 (/100g) .....	202
그림 4-2. 채소의 단백질 함량 (/100g) .....	202
그림 4-3. 과일의 지방 함량 (/100g) .....	204
그림 4-4. 채소의 지방 함량 (100g) .....	204
그림 4-5. 과일의 $\beta$ -carotene 함량 (/100g) .....	208
그림 4-6. 채소의 $\beta$ -carotene 함량 (/100g) .....	208
그림 6-1. 단체급식소에서 제공된 식단의 계절별 MAR .....	344
그림 6-2. 하루 밥을 먹는 횟수와 혈청 총콜레스테롤 농도(mg/dl) .....	349
그림 6-3. 탄수화물 식품 섭취 후 혈중 인슐린 반응( $\mu$ u/ml) .....	350
그림 6-4. 탄수화물 식품 섭취 후의 혈중 중성지방 반응(%) .....	351

## 부표 목차

부표 1-1. 본인(주부)의 학력 및 직업 .....	361
부표 1-2. 남편의 학력 및 직업 .....	362
부표 1-3. 조사대상자의 조사시기별 주택 형태 .....	362
부표 1-4. 곡류의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도 .....	363
부표 1-5. 서류 및 두류의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도 .....	364
부표 1-6. 계절별로 견과 및 종실류 구입단위 .....	365
부표 1-7. 계절별로 채소류의 구입단위 .....	366
부표 1-8. 계절별로 수산물 및 축산물의 구입단위 .....	370
부표 1-9. 견과류 및 과일류의 구입형태 .....	371
부표 1-10. 채소류의 구입형태 .....	372
부표 1-11. 수산물 및 축산물의 구입형태 .....	373

부표 1-12. 홈쇼핑에서 판매되는 식품의 계절별 요리방법 비교 .....	374
부표 1-13. 계절별로 홈쇼핑을 통해 상품 구입시 선호하는 상품의 품질 비교 .....	376
부표 2-1. 각 계절에 주로 조리한다고 응답한 다빈도 음식(곡류) .....	378
부표 2-2. 각 계절에 주로 이용한다고 응답한 다빈도 음식(서류) .....	379
부표 2-3. 각 계절에 주로 이용한다고 응답한 다빈도 음식(과일, 채소류) .....	380
부표 2-4. 각 계절에 주로 이용한다고 응답한 다빈도 음식(육류, 난류) .....	381
부표 2-5. 각 계절에 주로 이용한다고 응답한 다빈도 음식(두류, 견과류) .....	382
부표 2-6. 각 계절에 주로 이용한다고 응답한 다빈도 음식(버섯류) .....	383
부표 2-7. 다빈도 음식의 계절별 분포 - 주식류 .....	384
부표 2-8. 다빈도 음식의 계절별 분포 - 국, 찌개류 .....	385
부표 2-9. 계절에 따른 다빈도 음식 - 김치류 .....	385
부표 2-10. 다빈도 음식의 계절별분포 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등) .....	386
부표 2-11. 다빈도 음식의 계절별 분포 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등) .....	387
부표 2-12. 다빈도 음식의 가족수에 따른 분포 - 주식류 .....	388
부표 2-13. 다빈도 음식의 가족수에 따른 분포 - 국, 찌개(탕, 전골 등) .....	389
부표 2-14. 다빈도 음식의 가족수에 따른 분포 - 김치류 .....	389
부표 2-15. 다빈도 음식의 가족수에 따른 분포 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등) .....	390
부표 2-16. 다빈도 음식의 가족수에 따른 분포 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등) .....	391
부표 2-17. 다빈도 음식의 가족내 총 수입에 따른 분포 - 주식류 .....	392
부표 2-18. 다빈도 음식의 가족내 총 수입에 따른 분포 - 국, 찌개(탕, 전골 등) .....	393
부표 2-19. 다빈도 음식의 가족내 총 수입에 따른 분포 - 김치류 .....	393
부표 2-20. 다빈도 음식의 가족내 총 수입에 따른 분포 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등) .....	394
부표 2-21. 다빈도 음식의 가족내 총 수입에 따른 분포 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등) .....	395
부표 2-22. 다빈도 음식의 사회 경제적 수준에 따른 분포 - 주식류 .....	396
부표 2-23. 다빈도의 사회 경제적 수준에 따른 분포 - 국, 찌개(탕, 전골 등) .....	397
부표 2-24. 다빈도의 사회 경제적 수준에 따른 분포 - 김치류 .....	397
부표 2-25. 다빈도의 사회 경제적 수준에 따른 분포 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등) .....	398
부표 2-26. 다빈도의 사회 경제적 수준에 따른 분포 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등) .....	399
부표 2-27. 다빈도 음식의 외식여부에 따른 분포 - 주식류 .....	400
부표 2-28. 다빈도 음식의 외식여부에 따른 분포 - 국, 찌개(탕, 전골 등) .....	401
부표 2-29. 다빈도 음식의 외식여부에 따른 분포 - 김치류 .....	401

부표 2-30. 다빈도 음식의 외식여부에 따른 분포 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등) ...	402
부표 2-31. 다빈도 음식의 외식여부에 따른 분포 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등) ·	403
부표 2-32. 계절에 따른 다빈도 메뉴패턴 .....	404
부표 2-33. 가족수에 따른 다빈도 메뉴패턴 .....	405
부표 2-34. 수입에 따른 다빈도 메뉴패턴 .....	406
부표 2-35. 사회경제적 수준에 따른 다빈도 메뉴패턴 .....	407



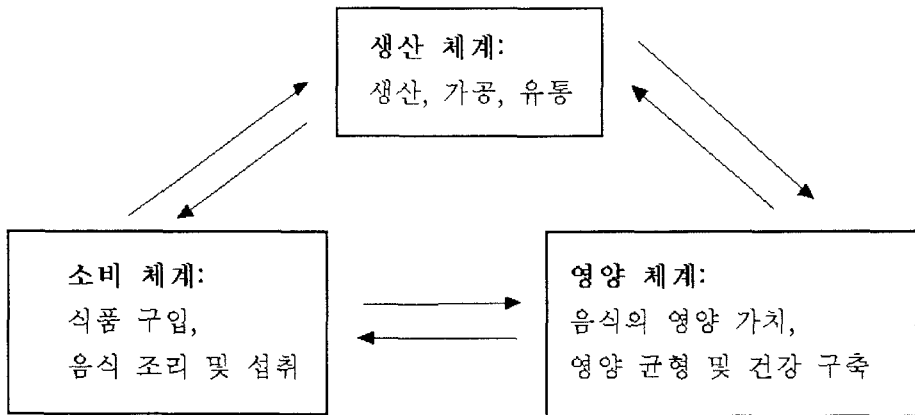
# 제 1 장 연구개발과제의 개요

## 제1절 연구개발의 필요성 및 범위

농산물의 식품 영양 체계란 농산물 원재료를 식품으로 전환하는 과정과 섭취된 식품을 건강이라는 결과로 전환하는 일련의 과정을 포함하는데, 이 모든 것들이 생활 환경과 사회 문화의 틀 안에서 하나의 시스템으로 작용한다. 식품과 영양의 체계는 크게 세 가지로 나눌 수 있다. 즉, 식품 자원을 공급하는 생산 체계와 이를 소비하는 소비 체계, 그리고 음식 섭취를 통한 영양 공급과 건강구축으로 나눌 수 있다. 생산 체계는 생산, 가공, 유통을 포함하고, 소비 체계는 식품 구입, 음식 조리 및 섭취를 포함하며, 영양 체계에서는 먹은 음식의 영양 가치와 영양의 균형 및 건강 구축 등을 포함한다.

우리나라 농산물의 소비는 농산물의 생산, 유통 뿐 만 아니라, 소비 행태에 따라 큰 영향을 받으며, 구입한 식품의 음식으로의 전환과 이의 섭취를 통한 영양상의 균형과 건강을 유지하려는 소비자의 노력은 다시 소비 행태를 변화시키게 된다. 즉 농산물의 소비는 이러한 다양한 요인에 의해 영향을 받고 이에 따라 생산과 유통도 변화되는 일련의 상호 작용을 가지고 있다. 그러나 우리나라 농산물의 조사는 농산물의 생산 유통, 소비 실태의 분석 및 영양 균형과의 관계를 모니터링하는 기술적인 시스템이 매우 부족한 실정이다. 소비자의 식품 소비 실태를 시기적절하게 지속적으로 파악하고 영양 균형에 어떤 문제가 있는지를 조사하여야 할 것이다.

최근 우리사회의 웰빙열풍은 영양 및 건강요인에 의해 큰 영향을 받고 있으며 사회 여건의 변화에 따라 식품의 소비 행태 역시 크게 변모되고 있는 실정이다. 또한 1990년대에 우루과이 라운드 이후 날로 거세어지는 개방화의 압력으로 인해 외국 농산물의 수입이 날로 증가하고 있다. 또한 식생활의 급격한 서구화에 따라 쌀을 포함한 곡류식품의 섭취가 감소되고 있으며 우리의 식생활 전통이 점차 사라지고 있다. 농업전반에 대한 위기감이 커지고 있는 실정에서 농산물 소비 형태의 변화에 보다 적절히 대응하고 농업기반을 확고히 하기 위해 실질적인 소비자 중심의 연구가 필요하다고 사료된다. 식품에 관한 정보가 다양한 매체에 무분별하게 범람하고 있는 실정에서 농산물의 건강기능성 및 농산물 이용음식에 관한 정보를 적절하게 제공하는 것은 국민의 식생활 향상 및 건강유지를 위해 매우 중요한 과제일 것이다.



### < 농산물의 식품 영양 체계 >

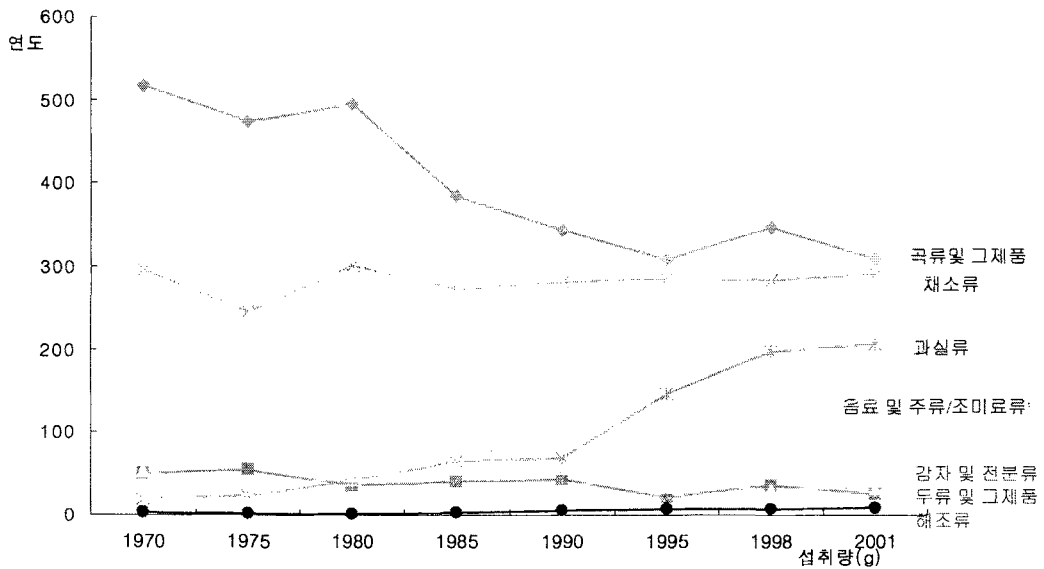
이에 본 과제는 다음의 목적 따라 본 연구를 실시하였다.

- 우리나라 주요 농산물에 대한 구체적인 소비실태 조사가 미흡한 상황에서 계절에 따라 농산물의 소비실태 및 섭취량의 차이를 조사함을 목적으로 한다.
- 주요 농산물의 소비 유도를 위해 농산물의 영양가치 정보를 평가하고 정리함으로써 농산물의 소비 증진을 위한 기초 자료를 제공하고자 한다.
- 주요 농산물의 영양소에 대한 자료를 국내외의 식품성분 데이터베이스를 통하여 정리함으로써 국내외 농산물에 대한 영양성분 자료를 제시하여 농산물의 소비 촉진을 꾀하고자 한다.
- 주요 농산물에 대한 계절적인 변화에 따라 농산물의 영양성분의 변화를 파악하기 위해 다소비 농산물을 중심으로 실제 분석을 통하여 계절에 따른 영양성분의 차이를 평가하고자 한다.

## 제 2 장 국내외 기술개발 현황

### 1. 식품소비패턴의 변화

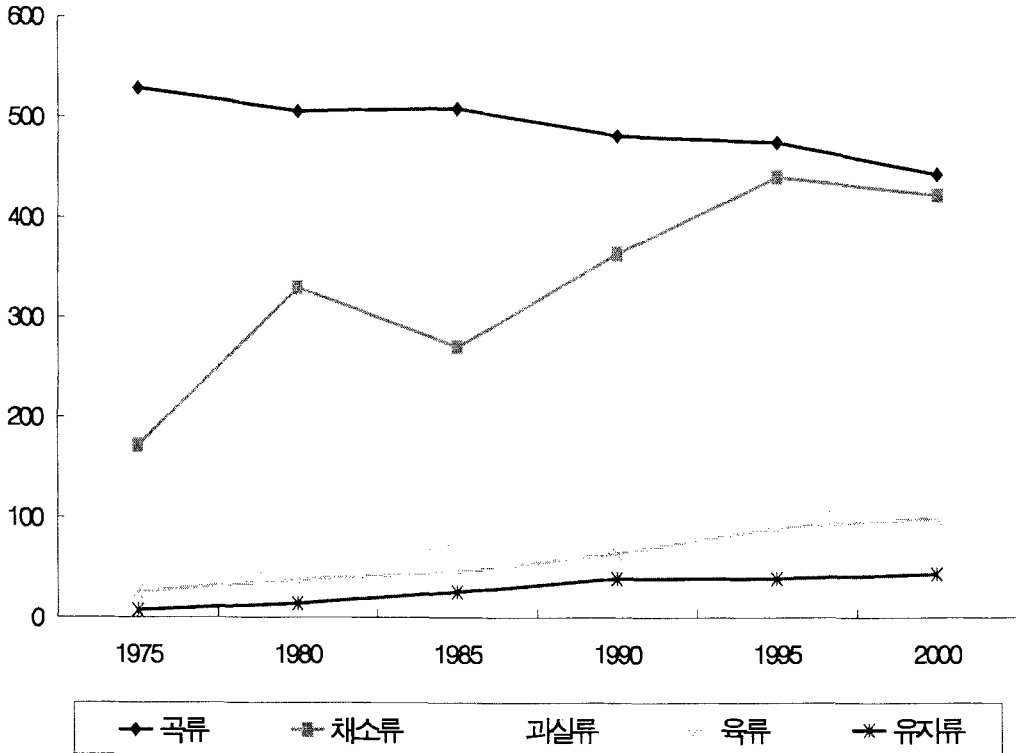
우리나라 농산물의 소비 행태는 경제 수준의 변화와 시장 유통 구조의 변화 등으로 인해 급속하게 변화하고 있다. 가계의 소득 수준의 향상과 함께 소득 중 식료품이 차지하는 앵겔 계수는 꾸준히 감소하는 경향을 보여, 1980년도의 41.3%에서 2000년도에는 23.7%로 낮아졌다. 이와 더불어 식품 섭취량에 있어서도 많은 변화를 보이고 있다. 즉, 우리나라 국민을 대상으로 한 국민영양 조사 결과를 보면 곡류의 경우 1인 1일당 섭취량이 1970년도에 517g이었던 것이, 1990년도에는 348.9g으로 현저히 낮아졌고, 2001년도에는 310.5g으로 최근 10년 동안에도 곡류 섭취량이 감소하고 있는 것으로 나타났다. 한편, 과일류의 섭취량은 1970년도에 18.9g이었던 것이 1990년에는 68.8g까지 늘어났으며, 2001년도에는 207.4g으로 1990년도 이후에 더 급속히 증가하였다<sup>1)</sup>.



<식물성 식품군별 1인 1일 섭취량의 연차적 추이>

자료 : 보건복지부. 2001 국민건강 영양조사 보고서, 2002

식품의 수급상황 역시 식품의 섭취 패턴과 비슷해서 1980년대 이후 곡류의 공급량은 매년 약 0.5%씩 감소하는 추세이며, 유지류(6.0%), 육류(5.1%), 과실류(4.7%) 등의 공급은 증가하고 있는 추세를 보였다<sup>2)</sup>.



<식품류별 식용공급량의 연차적 추이 (1인 1년간)>

자료 : 한국농촌경제연구원. 식품수급표, 2000

우리나라 국민의 영양소 섭취 실태(1998년도)<sup>1)</sup>에서 아직 현저히 섭취가 부족한 영양소는 철, 칼슘, 비타민 A, 리보플라빈 등으로 나타나고 있다. 비타민 A의 경우 시판 당근 주스의 소비량 증가로 1995년도에 비해 섭취량이 많이 증가한 것으로 나타났는데, 이처럼 부족한 영양소에 대한 새로운 음식의 제시는 생산자 뿐 만 아니라 소비자의 건강 증진에도 일익을 담당하여 식품 영양 체계에 민감하게 영향을 미치는 것으로 보이고 있다.

식생활과 관련된 성인병의 발생율이 날로 증가하는 추세에 있으며, 이에 따라 국

민들의 건강에 대한 관심도도 더욱 높아지고 있으며 가정의 총 식료품비 중 외식이 차지하는 비율도 높아져서 도시 가구의 경우 외식비가 총 식료품비의 40%에 육박하고 있다. 농산물 소비 형태의 변화에 따라 우리나라 농산물의 소비를 증진하고, 수급의 안정을 기하기 위해서는 식품 소비자에 대한 소비실태 모니터링을 통해 영양 균형의 문제를 파악하고, 국내 농산물로 영양 균형에 기여할 수 있는 음식 정보를 제공하는 것이 필요하다고 사료된다.

## 2. 농산물소비조사 연구의 한계성과 이의 보완

최근 우리사회의 여건은 경제, 영양 및 건강요인이 급속한 발전을 가져오고 있으며 이러한 여건의 변화에 따라 식품의 소비 행태 역시 변화되고 있어 소비자의 식품 소비 양상에 대한 지속적인 연구가 필요한 실정이다.

식품목록 회상방법은 면접에 의해 가정의 식사책임자가 과거의 일정한 기간(보통 1~7일) 동안에 그 가정에서 소비한 모든 식품의 종류와 양을 회상하여 구매단위로 열거하는 것이며 미국 등의 나라에서 행해지는 방법이지만 1998년부터 시행된 우리나라의 국민건강영양조사는 이러한 방법을 사용하지 않고 있다. 본 연구에서는 국민건강영양조사에서 단 2일간의 식이회상법에 의해 조사된 방법의 한계를 보완하고자 일정기간별 식품소비모니터링을 통한 가구별 식품 소비조사를 실시하여 차별적인 기술을 도입하여 연구를 실시하였다. 또한 국민건강영양조사의 결과는 개인별 식품섭취량 및 영양섭취실태는 알 수 있으나 식품의 구매단위 및 식품구매 및 소비에 관한 정보는 매우 미약하여 본 연구에서는 식품모니터링과 농산물별 소비행태에 관해 자료조사를 실시하였다.

한편 식품수급표는 여러 단계를 거쳐 국민 일인당 식품 공급량을 계산하고 이로 부터 국민 일인당 에너지와 여러 가지 영양소 공급량을 산출해내고 있으나 식품공급량으로부터 산출한 값일 뿐, 실제로 국민이 소비한 식품량을 측정하는 것은 아니라는 한계를 가진다. 즉 여기에는 개인의 분배에 대한 정보가 없으며 계절, 소득, 가족의 수 등에 따른 식품 소비량의 차이를 파악할 수 없다. 미국의 경우 조사내용, 대상 및 방법을 달리한 다양한 영양모니터링 체계가 있어 여러 가지 조사가 행해지고 그 결과들이 종합적으로 분석되어 기초자료로 이용되고 있는데, 가구단위의 식품회상조사(food list-recall method)로 식품소비조사가 실시되며 최근부터 가구 구성원의 개인별 식품섭취도 24시간 회상법과 2일간 식이기록법으로 조사되고 있다. 일본에서는 가구

당 측량기록법으로 식품섭취조사와 가구 구성원의 개인별 신체계측, 체력, 심전도, 혈압 등의 조사 및 생화학적 검사가 매년 실시되고 있으며 동시에 식생활상황조사가 실시되고 있어 식생활과 관련되는 여러 요인들이 질문조사 되고 있다. 본 연구에서는 국가별 1주일간의 소비모니터링, 농산물 개별에 대한 소비 양상과 24시간 회상법에 따른 농산물 섭취량에 따른 연구를 실시하여 여러 연구에서 나타난 문제점을 보완하고자 노력하였다.

### 3. 계절적 요인을 감안한 농산물의 영양성분 분석

우리나라는 사계절이 뚜렷하기 때문에 각 계절에 따라 생산되는 식품의 종류가 다르고 일년 내내 생산되는 식품이라도 계절에 따라 맛이 다르다. 식품에 있어 제철이라 함은 모든 자연의 조건이 그 당시에 그 식품을 가장 맛있게 함을 뜻하며 이러한 식품을 계절식품이라 한다. 이러한 계절식품은 식품에 따라 가장 맛이 있고 영양가도 많은 계절이 있으며 많이 생산되는 계절에는 가격 또한 저렴하다. 한국인들이 가장 즐겨먹는 김치의 재료인 무를 예로 들면 봄 무나 여름 무는 가을 무에 비해 중량이 크고 수분 함량이 높고 단맛이 적으며 김치를 담갔을 때 제대로 절여지지 않으면 수분이 많아 국물이 많이 생기고 양념이 희석되어 맛이 없게 된다고 한다<sup>1)</sup>. 배추의 경우도 품종보다는 계절에 따른 품질의 특성 차이가 더 크다고 보고 되었다<sup>2)</sup>.

그러나 최근에 농업기술의 발달로 제철식품에 대한 기존의 관념을 깨고 많은 종류의 채소나 과일이 제철이 없고 1년 내내 수확되어 판매되며, 저장기술의 발달로 인해 항상 구입하여 먹을 수 있는 실정이다. 또한 온상 재배와 수경 재배를 하여 생산량을 늘리고 유전자를 조작하여 새로운 형태의 식품을 생산하기까지에 이르렀다. 그 결과 식품의 생산 체계가 변화되었고, 계절 식품이 흔들리고 어떤 식품의 제철이라는 단어가 그 의미를 잃어가게 되었다. 이와 같이 식품의 재배 기술이 발전하고 경제수준의 증가로 국민의 식생활 내용이 달라지고 구매력이 증가되었다.

한편 최근 불고 있는 건강에 대한 관심과 웰빙 (well-being) 열풍으로 인해 삶의 질 향상을 염두에 두게 되면서 계절 식품에 대한 관심이 높아지고 그 중요성이 다시 한번 강조되고 있는 실정이다. 따라서 이러한 식품들의 영양 가치에 대한 새로운 평가가 요구되고 있다.

식품의 영양 가치를 평가하기 위해 분석하고 있는 성분에는 일반적으로 에너지, 수분함량, 단백질, 지질, 당질, 섬유소, 회분, 칼슘, 인, 철, 나트륨, 칼륨, 비타민 A, 레

티놀, 베타카로틴, 비타민 C 등이 있다. 기존에 발표된 성분의 농진청의 자료나 미국 농무성 (USDA) 분석값은 어느 계절의 식품인지 정확히 제시되어 있지 않고 계절에 따른 비교는 이루어지지 않았다. 따라서 본 연구에서는 한국인이 주로 많이 섭취하는 농산물 중 채소나 과일을 중심으로 봄, 여름, 가을, 겨울의 4계절 간 성분의 차이를 분석해 보고자 하였다. 분석 영양소는 채소나 과일이 함유하고 있는 주요 영양성분인 비타민 중 비타민 C와 베타 카로틴 ( $\beta$ -carotene) 및 무기질로서 Ca, Na, K, Mg, Fe, Al, Cu, Zn, Se 등 많은 종류의 무기질을 포함하였다. 그리고 식품 중 채소나 과일에 가장 많이 함유되어 있는 수분함량과 단백질, 지방량도 분석하였다.

#### 4. 농산물에 대한 정보요구 증가와 농산물 및 농산물 이용 음식의 데이터베이스 구축

위성 방송이나 인터넷 보급의 급속한 확산으로 인해 방송이나 인터넷 매체를 통한 농산물의 판매도 급속하게 증가하고 있어 소비자 중심의 농산물에 대한 적절한 정보가 요구되고 있다. Gordon W. Fuller는 식품산업과 식품소비자의 관계를 저술한 그의 저서에서 웹사이트를 통하여 생산자와 소비자에게 농산물에 대한 식품영양 및 기타 정보를 제공하는 일은 매우 중요하며 농산물의 영양학적 데이터와 안전성, 저장방법, 성분의 가치 및 농산물을 이용한 음식의 레시피 등 각종 정보의 제공을 통하여 소비자의 식품 구매욕구를 자극하므로 웹사이트를 통한 식품의 전자상거래는 식품에 대한 다양한 정보제공의 요구를 창출한다고 하였다<sup>11)</sup>. 우리나라의 경우 수많은 인터넷 사이트에 인용되는 식품별 영양정보는 대부분 정보의 신뢰성에는 의구심을 갖게 하고 있다. 본 연구에서 구축한 농산물 및 농산물 이용 음식의 데이터베이스는 농산물 자체의 건강 기능성에 관한 정보를 제공하고 농산물 이용 음식의 영양가를 평가하여 제시하고 있다.

한편 국내에 존재한 음식 database는 각종 참고문헌의 자료를 수집 정리해 놓았을 뿐 레시피의 표준화 과정에 의해 작성되지 않은 문제점을 가진다. 레시피의 표준화 과정에 관련된 연구를 살펴보면 2000년 일부 음식에 대한 레시피의 표준화작업에 관한 연구(유춘희 외, 2000)나 외식업체에서 판매되는 음식의 레시피 표준화에 관련한 일부의 연구(한경수 외, 2004)가 존재할 뿐이다. 일반적으로 레시피의 표준화를 위해서는 우선 국민건강영양조사나 일반적인 식이조사를 통해 분석한 평균레시피를 설정하고 이를 기반으로 전문가의 조언이 가해진 대표레시피를 구하고 대표레시피를 활용

하여 실제적인 조리와 관능검사를 거치는 과정이 요구되며 이러한 과정을 거쳐 최종적으로 개발된 레시피를 표준레시피라 한다. 본 연구는 위의 단계를 충실히 이행하여 농산물 이용 음식의 표준레시피를 개발하였다. 본 연구에서 수행된 일부 음식의 표준레시피화는 음식별 식품재료량 추정과 영양소 섭취량 계산을 위한 기본적인 데이터로써 충분한 가치를 가지며 국가적인 측면에서 농산물 공급량 설정 및 가공산업의 육성 등 식품수급조절에 큰 발전을 끼치리라 생각된다. 또한 표준화된 레시피는 단체급식소, 외식업체에서 활용이 가능하며, 음식에 대한 1회분량 설정 및 공급재료량의 표준화를 통해 농산물의 산지가공, 1차 가공산업 및 외식산업의 발전에 기여하리라고 예상된다.



## 제 3 장 연구개발수행 내용 및 결과

### I. 연구방법

#### 1. 농산물 소비구조 분석과 변화 전망

##### 가. 식품 소비패턴 변화

여러 문헌 및 통계자료를 통하여 국내 농산식품의 소비패턴 변화를 파악하고 식품 소비 특성을 다각적인 측면에서 분석하였다. 즉, 식품종류별 소비추세 및 상용식단의 변화, 가공식품 및 조리식품의 소비정도, 외식증가율, 식품구매장소 및 포장단위, 브랜드 식품 이용정도 등을 조사·분석함으로써 우리나라의 식품소비 변화 특성을 정리하였다.

##### 나. 농산물의 소비특성 분석 및 소비 전망

주요 농산물의 구매 특성을 분석하기 위하여 일반 가정주부를 대상으로 하여 식품소비 모니터링을 실시하였다. 농산물 식품소비 모니터링 조사 내용은 다음과 같다.

###### ◇ 농산물 식품소비 모니터링의 내용

- 농산물 구매 품목
- 주요 농산물 구매 빈도
- 세척 농산물 구매 비중
- 국산 농산물 구매 행태
- 조리반찬 구매 빈도 등

농산물 식품 모니터링 조사에 의해 제시된 농산물 소비자료를 토대로 소비행태별 요인분석을 실시하였다. 특히 계절별, 사회경제적 요인(소득, 직업, 학력수준 등)을 고려하여 다빈도 구매품목 및 구매형태에 대해 중점적으로 분석하였다. 이를 바탕으로 앞으로의 우리나라 농산식품에 대한 소비 추세 및 소비패턴 변화를 전망해보았다.

## 2. 농산물 소비실태 및 섭취량 조사

### 가. 조사대상자

농산물의 소비실태 및 섭취량 조사는 개발된 설문지를 통하여 계절별로 서울 및 경기지역에 거주하는 주부(평균 42.2 ± 9.7세) 921명을 대상으로 실시하였다. 설문조사 방법은 계절별로 서울과 경기지역의 식품영양학과 대학생을 조사원으로 하여 직접면담방식으로 설문조사를 실시하였다. 조사시기와 대상자 수는 다음과 같다.

<계절별 조사시기와 대상자 수>

계절	조사시기	대상자 수(N)
봄	3-5월	278
여름	6-8월	183
가을	9-11월	230
겨울	11-2월	230
합 계		921

### 나. 설문지 구성 내용

농산물의 소비실태를 파악하기 위해 개발된 설문지의 구성 내용을 보면 조사대상자의 일반적 사항, 식생활 관련 사항, 농산물 소비 양상에 관한 사항 및 식품섭취량 파악을 위한 식이섭취조사로 구분하여 구성하였다.

<설문지 항목에 따른 구성 내용>

항목	구성내용
일반 사항	주거 형태, 가족 수 가족의 형태, 가정내 소득 수준 및 주부와 남편의 학력과 직업
식생활 관련 사항	아침 섭취 횟수, 아침 식사 형태, 선식 및 생식의 이용 형태, 식품섭취 상태 등
농산물 소비 양상에 관한 사항	주요 농산물 구입 장소, 각 농산물(곡류, 서류 및 두류, 견과 및 종실류, 과일류, 채소류, 수산물 및 축산물, 기타식품)의 섭취 횟수, 구입형태 및 구입 시 포장 단위 등
식이섭취 조사	24시간 회상법에 의한 식품섭취량 조사

## 다. 통계처리

통계분석은 통계처리 프로그램인 SAS를 이용하여 일반적인 사항은 빈도법에 의해 분석하였다. 식생활 관련 사항, 농산물 소비 양상에 관한 사항은 계절에 따라 분석하였고, 일반적인 사항 중에서는 가족수(3인 이하, 4인, 5인 이상으로 분류)와 수입(300만원 미만, 300만원 ~ 450만원, 450만원 이상으로 분류)을 기준으로 분석하였다. 또한 사회경제적인 수준에 사이를 알아보기 위해 주부와 남편을 학력, 직업 및 가정 내 월 평균 소득을 점수화하여 이들 점수를 기준으로 상, 중, 하로 분류<sup>1)</sup>하고 이들 사회경제적 수준에 따라 식생활 관련 사항과 농산물 소비 양상사이의 관계를 분석하였다. 즉, 식생활 관련 사항과 농산물 소비 양상에 관한 사항은 빈도법과  $X^2$  검증을 이용하여 유의성 검증을 하였다.

24시간 회상법에 의해 조사된 식이내용은 CAN-Pro 2.0을 통하여 식품 및 영양소 섭취량을 계산하여 계절별, 가족수 및 수입에 따라 비교하였다. 식품 섭취량은 각 군별 총 식품 섭취량과 각 식품의 섭취량의 평균과 표준편차를 구하였으며 계절별, 가족수 및 수입에 따른 유의성 검증은 Tukey's studentized range test를 이용하였다.

조사대상자의 영양소 섭취량 역시 계절별, 가족수 및 수입에 따라 평균과 표준편차를 구하였고, 이들 요인 사이의 유의성 검증은 Tukey's studentized range test를 이용하였다. 또한 식품군별 섭취량이 영양소 섭취에 기여하는 정도를 계절별로 비교 분석하였다.

## 3. 계절별 다소비 농산물의 영양성분 분석

### 가. 식품의 선택과 재료준비

우리나라에서 많이 섭취하는 과일과 채소를 위주로 과일 4종, 채소 17종 총 21종을 봄, 여름, 가을, 겨울 계절별로 구입하여 그 성분을 분석하였다. 분석에 사용된 식품재료는 현대백화점 미아점의 식품코너에서 신선한 것으로 구입하였다. 구입한 식품은 당일 손질하여  $-50^{\circ}\text{C}$  deep freezer 에 보관하고 24시간 후 동결건조 시켰다. 사과, 배 등의 과일류나 대부분의 재료는 검체에 따라 가식 부위만을 손질하여 약 60g을 분

---

1) 가족의 월평균 소득점수는 250ksdnjs 이하 1점, 250-300만원 2점, 300-450만원 3점, 450만원 이상 4점이며, 부모의 학력(부모 각각 점수 부여) 중학교 졸업 1점, 고등학교 졸업 2점, 대졸 이상 3점이며, 아버지(어머니)의 직업은 생산직 1점, 서비스업, 상업, 개인자영업, 일반 사무직 및 공무원, 군인, 기타 2점, 고위관리직 종사자, 전문직 종사자 3점으로 점수화하여 각 요인들의 점수 합계가 12점 이상이면 사회경제수준이 上, 9-11점은 中, 8점 이하는 下로 분류하였다.

석에 사용하였고, 상추, 시금치 등 부피에 비해 무게가 적게 나가는 식품은 약 30g을 사용하였다. 오이는 껍질을 제거한 것과 제거하지 않은 것 두 가지로 분류하였다. 48 ~ 72시간 동결건조를 마친 후 무게를 측정하여 수분함량을 측정하였고 powder 상태로 만들어 분석에 사용하였다.

#### 나. 수분함량 측정

식품을 구입한 당일 가식부위만 손질하여  $-50^{\circ}\text{C}$  deep freezer에 넣기 전에 무게를 측정하고, 48 ~ 72시간 동결건조를 마친 후 무게를 측정하여 수분함량을 측정하였다.

#### 다. 단백질 분석

시료 0.1g을 취해 2% NaOH 5ml을 첨가하여 균질화 시킨 다음  $25^{\circ}\text{C}$  항온수조에서 20분 방치한 후 vortex 하였다. 이것을 refrigerated centrifuge를 이용하여  $4^{\circ}\text{C}$ , 5000rpm에서 10분간 원심분리하고 상층액을 취해 정색시약 3ml을 첨가하여 실온에 30분간 방치한 후 540nm에서 spectrophotometer (Spectronic Genesys 5, Milton Roy, USA)로 단백질을 분석하였다. 표준물질로는 albumin bovine (Sigma Co, USA)를 사용하였고, 소망제약의 Biuret법<sup>(3)</sup>에 의한 단백질 측정용 시약을 사용하여 분석하였다.

#### 라. 지방 분석

시료 0.3g을 취해 0.9% NaCl 용액 1ml을 첨가하여 균질화 시킨 다음 chloroform과 methane을 1 : 2로 섞은 용액 4ml을 넣고 강하게 vortex하여  $25^{\circ}\text{C}$  항온수조에서 15분 방치한 후 다시 vortex 하였다. chloroform 1ml을 첨가한 후 vortex하고 refrigerated centrifuge를 이용하여  $4^{\circ}\text{C}$ , 3000rpm에서 10분간 원심분리하여 아래층을 취해 소수점 3자리까지 측정하였다. 다시 chloroform 1ml을 첨가하여 vortex하고 원심분리하여 아래층을 취해 이전 것과 혼합하여 질소로 증발 시킨 후 그 무게를 측정하였다.

#### 마. Ascorbic acid 분석

시료 0.3g을 취해 6% 메타인산 10ml을 첨가하여 가볍게 vortex 한 다음 실온에 10분간 두었다. 이것을 refrigerated centrifuge를 이용하여  $4^{\circ}\text{C}$ , 3000rpm에서 10분간 원심분리 하여 상층액을 취해 syringe filter ( $0.45\mu\text{l}$ , Waters Co, USA)에서 여과한

후 10 $\mu$ l를 HPLC에 주입하여 ascorbic acid의 함량을 측정하였다. 상층액을 취한 후 6% 메타인산을 더 첨가하여 위와 같은 방법을 반복하여 2차로 분석하였다.

Ascorbic acid 함량 분석에 사용된 기기는 HPLC (Model # 717 plus, Waters Co, USA) 이었으며, UV detector (254nm)을 이용하여 검출하였다. 사용한 column은 Nova-pack C<sub>18</sub>으로 3.9mm × 150mm이었으며, PIC Reagent A가 첨가된 HPLC 용 J.T Baker water (HPLC Grade, J.T Baker) 를 용매로 1.0ml/ min의 속도로 분리하였다.

표준물질로는 L-Ascorbic acid, 99% A.C. S. reagent (Sigma co, USA) 를 사용하였다.

#### 마. $\beta$ -carotene 분석

시료 0.1g을 phosphate buffer (2mM, pH 7.2) 에 0.7mM EDTA와 1.5mM ascorbic acid를 첨가한 용액 3ml을 넣고 vortex 한 후 2-propanol 1ml과 100mM SDS 0.5ml를 첨가하여 vortex 하였다. 3분 후 hexane/dichloromethane (5 : 1) 과 1.2 mM BHT를 혼합한 용액 6ml을 첨가하여 vortex 하고 25 $^{\circ}$ C 항온수조에서 15분 방치한 후 세게 vortex 하였다. 이것을 refrigerated centrifuge를 이용하여 4 $^{\circ}$ C, 5000rpm에서 10분간 원심분리한 후 아래층을 떠서 질소로 액체를 증발시키고 1ml의 HPLC buffer에 용해시켜 syringe filter (0.45 $\mu$ l, Waters Co, USA) 에서 여과한 후 10 $\mu$ l를 HPLC에 주입하여  $\beta$ -carotene의 함량을 분석하였다.

$\beta$ -carotene 함량 분석에 사용된 기기는 HPLC (Model # AS-2055 plus, Jasco Co, Japan)이었으며, UV Detector (460nm) 을 이용하여 검출하였다. 사용한 column은 HiQ sil C18W 4.6mm × 250mm이었으며, methane / acetonitrile / dichloromethane / water (7 : 7 : 2 : 0.16) 을 용매로 1.0ml/min의 속도로 분석하였다.

#### 사. 무기질 분석

시료 0.3g을 취해 600 $^{\circ}$ C furnace에서 12시간 회화시키고 충분히 식힌 다음 6M HCl 3ml을 넣고 15시간 방치한 후 filtering (whatman No 1)하였다. 이것을 100  $\mu$ l 취한 후 3차 증류수로 총 3 ml의 부피를 맞춘 후 Inductively Coupled Plasma Spectrophotometry - mass (Model # 7500a, Agilent Technology, Palo Alto, Ca)로 측정한다. 실험에 사용한 모든 vial과 측정기구는 산용액 (HCl : HNO<sub>3</sub> : H<sub>2</sub>O = 3 : 2 : 5) 8시간 동안 담근 후 증류수로 8번 세척하였다.

## 4. 농산물 영양정보 database 구축

### 가. 농산물의 영양성분 데이터베이스

농산물(곡류, 두류, 채소류, 과일류, 견과류 등) 영양정보 database 구축을 위하여 국내외의 식품성분 분석에 관련된 문헌을 통하여 수집하였다. 국내 자료는 농촌진흥청의 식품성분표(6차 개정판), 한국영양학회의 식품영양소 함량자료집을 통하여 농산물에 관련된 영양성분, 즉 일반성분, 지방산 및 아미노산 자료를 정리하였다. 국외 자료는 아시아 지역의 자료를 중심으로 일본, 중국, 및 동남아시아지역의 식품영양소 함량자료집을 이용하여 정리하였다.

#### <국내에서 발행된 식품영양성분 자료수집 및 정리 현황>

간행물	발행부처, 발간연도
식품성분표(제6개정판)	농촌진흥청 농촌생활연구소, 2001
식품영양소 함량자료집	한국영양학회, 1998
일본 식품성분표(5정)	일본 과학기술처 자원조사회, 2000
The composition of Chinese foods	Institute of Nutrition and Food Hygiene, Chineses Academy of Preventive Medicine, 2002
아시아 식품 성분표	Institute of Nutrition, Mahidol University. IN FOODS Regional Database Centre, 2000

수집된 농산물의 영양성분 자료는 일반성분, 지방산 및 아미노산으로 나누어 엑셀에서 문서화 하였으며, 이렇게 정리된 자료는 screening 과정을 거쳐서 동일한 식품 중 영양성분의 자료가 일치하거나 유사한 경우는 국내 자료를 기준으로 하였으며, 자료의 값이 상이한 경우는 국가를 표시하여 동시에 제시하였다. 자료의 평가 및 screening 과정은 다음과 같다.

**< 자료 평가 및 screening 과정 >**

- ① 여러 개의 자료가 존재할 경우
  - 외국의 자료와 국내 자료가 동시에 존재할 경우
    - : 국내 자료를 우선적으로 선정되도록 국내외의 모든 자료를 정리하였음
  - 분석치가 존재할 경우 분석방법을 기준으로 하여 타당한 방법의 자료를 선택하거나 평균치를 구함
- ② 자료가 존재하지 않을 경우 유사한 식품의 자료로 대체 보완함

Screening 과정을 거쳐 최종적으로 정리된 농산물 영양성분 자료의 코드 부여는 한국영양학회에서 선정한 코드체계에 맞춰서 각 농산물의 코드를 부여하였다.

**나. 농산물 건강기능성 데이터베이스 구축**

농산물의 건강기능성 조사를 위해 대상 농산물 선정을 위해 우선 소비자들이 주로 이용하는 농산물의 범위를 정하여 다소비 농산물을 대상으로 건강기능성을 조사하였다. 다소비농산물의 범위를 정하기 위해 농촌경제연구원의 식품수급표, 농촌진흥청의 식품성분표 및 국민건강·영양조사 대상 식품에서 다음과 같이 공통된 목록의 농산물(1차 대상 농산물)을 선택하였다. 그 후 최근 연구결과 자료를 바탕으로 각 농산물이 건강에 미치는 효과를 조사하였고 조사과정에서 자료가 미비한 농산물을 제외하여 곡류 14종, 감자 및 전분류 6종, 견과류 및 종실류 14종, 채소 및 버섯류 140종, 과일류 36종, 기타 15종 총 225종에 대해 농산물이 건강에 미치는 효과를 텍스트파일로 정리하였다.

**<농산물 건강 기능성 데이터베이스를 위한 기초조사>**

	대상 식품 종류	출처
식품수급표	46종	농촌경제연구원, 2002
식품성분표	238	농촌자원개발연구소, 2002
2001 국민건강영양조사 대상식품	144종	보건복지부, 2002
1차 선정 농산물 종류	255종	-
최종 조사 농산물 종류	225종	-

## 5. 농산물 이용 음식의 소비 행태 조사

### 가. 문헌 조사를 통한 농산물 이용 음식 조사

국내 서적 및 한국영양학회에서 구축되어있는 음식 영양소 함량 자료집을 통하여 농산물을 이용한 음식의 종류를 조사하였다.

### 나. 설문조사를 통한 농산물 이용 음식의 소비행태 조사

#### 1) 설문조사 대상자 및 내용

설문조사는 본 연구과제의 제2세부과제 연구진과 함께 설문조사를 실시하였으며 설문조사 대상자 및 설문조사 시기는 동일하다.

설문조사 내용은 양념채소류의 이용실태, 각 계절에 주로 이용한 음식의 레시피 조사 및 음식의 1회 섭취량 및 이용 양상을 파악하기 위해 24시간 회상법에 의한 식이조사를 실시하였다.

#### 2) 설문조사 내용 분석 및 통계처리

양념채소류의 이용실태에 관한 사항, 식이조사를 통한 음식의 이용실태 및 메뉴패턴에 관련된 사항은 계절별, 가족수, 가족내 수입 및 사회경제적 수준별로 나누어 비교 분석해 보았으며, 음식의 섭취 횟수는 빈도를 구하였으며 각 요인간의 유의성 검증은  $\chi^2$  검증을 실시하였다. 또한 각 요인별로 다빈도 음식의 1회 섭취량은 평균을 구하였다. 또한 외식 시 주로 섭취하는 음식의 종류 및 메뉴패턴에 관련된 사항 역시 식이조사를 통하여 비교분석하였다.

## 6. 농산물의 음식정보 데이터베이스 구축

### 가. 농산물을 이용한 음식의 표준레시피 개발

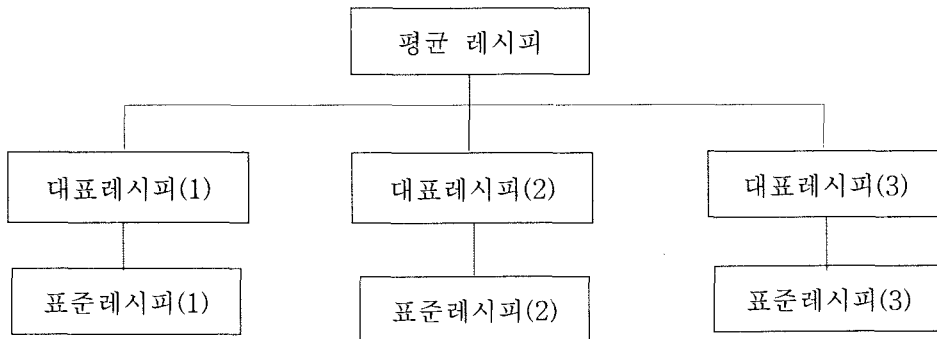
음식별 레시피는 평균레시피를 구한 후 이것으로부터 대표레시피와 표준레시피를 작성한다. 특정 음식의 **평균레시피**는 식이섭취조사로부터 대상자들이 그 음식에 사용한 각 재료의 분량을 더하여 사용빈도로 나누어 구하며, **대표레시피**는 사용빈도가 너무 적은 재료는 제외시키고 비슷한 재료끼리는 더 자주 사용하는 재료로 묶었으며 조리전문가의 자문을 받아 재료의 분량은 1인 분량에 적당한 분량으로 조절하고 음식에 따라서 사용하는 재료와 양념이 다양한 경우는 레시피를 세분화한다. 이 대표레시피



와 이미 알려져 있는 조리법을 참고로 하여 조리한 후 관능 검사를 통해 바람직한 레시피를 만든 것이 **표준레시피**이다.

< 레시피의 정의 >

구분	정의	이용
평균 레시피	국민 영양 조사나 혹은 지역 주민들의 식이 섭취 조사를 통하여 어떤 음식에 들어가 있는 모든 재료의 양을 사용 빈도로 나누어 놓은 자료	작업과정에서만 이용
대표 레시피	평균레시피에서 비슷한 재료끼리 묶어서, 예를 들면 쇠고기는 한데 묶고, 비빔밥의 푸른 채소는 많은 것 몇 개로 묶고 횡수나 양을 고려하여 정리한 것	조사가 자세히 안 된 경우 대체하거나 또는 식품 빈도 조사지의 영양소 계산시 양적인 뒷받침을 해 줄 수 있는 자료
표준 레시피	대표레시피와 이미 알려져 있는 조리법을 참고로 하여, 관능 검사를 통하여 바람직한 레시피를 만든 것	컴퓨터에 입력시 자동으로 뜨게하여 쉽게 고칠 수 있으며 입력 작업을 쉽게 하는 기본자료로 이용



< 음식의 레시피 결정 과정 >

본 연구에서 표준레시피 설정을 위해 사용된 자료는 본 설문조사 자료와 1998년 국민건강·영양조사 자료를 활용하였다. 이들 자료를 통하여 조사된 음식의 가짓수는 695개였으며, 이중 음식명은 다르나 조리방법이나 재료가 동일한 음식을 정리한 결과 551개였다. 이렇게 구해진 평균레시피 중 기존의 선행연구에서 표준레시피 작업이 수행된 174개의 음식을 제외하고 그 빈도가 높고, 농산물을 이용한 음식을 기본으로 하여 136개를 선정하였다. 이렇게 선정된 음식의 표준레시피는 전문가의 조언을 거쳐

대표레시피를 작성하였고, 이중 115개의 음식을 선정하여 관능검사를 통한 표준레시피를 작성하였다.

이렇게 작성된 표준레시피는 영양평가프로그램인 Can-pro 2.0을 이용하여 영양가 분석을 실시하였다.

#### **나. 외식업체 및 단체급식 대상 농산물 이용 음식 레시피 조사**

서울시내 거주하고 있는 13개 외식업체(한식당, 중식당, 아시아 음식점, 패밀리레스토랑)를 대상으로 주로 판매하고 있는 음식의 1인 분량 및 레시피를 조사하였다. 이렇게 조사된 음식들의 영양가 분석을 위해 Can-pro 2.0을 이용하였다.

단체급식소의 식단분석을 위해 12개 단체급식소의 식단을 각 계절별로 2주간씩 조사하였다. 조사 시기는 2002년 7월부터 2004년 7월 사이의 식단을 조사하였으며 조사방법은 재치영양사(<http://www.yori.co.kr>)에서 운영하고 있는 메뉴작성 프로그램 중 단체급식소에서 제공하는 식단 중 2주 연속으로 제공하고 있는 업체를 대상으로 하였다. 조사된 식단은 Can-pro 2.0을 이용하여 식품 및 영양소 성분을 분석하였다. 또한, 계절에 따라 각 끼니별로 제공된 영양소 함량의 차이를 비교해 보았으며, 주로 이용한 음식의 종류, 1회 제공량 및 음식별 영양성분 분석과 레시피를 분석하였다.

## II. 연구결과

### 제1절 농산물 소비구조분석과 변화 전망

#### 1. 식품 소비패턴 변화

##### 가. 식품소비의 새로운 단계 진입

우리나라의 식품소비는 1980년대 후반을 기점으로 다른 양상을 보이고 있다. 1인당 식품공급열량은 1980년대 후반까지 빠른 속도로 증가하였으나 이후 증가율이 둔화되고 있다. 1인당 공급열량은 1995년 2,959 kcal를 정점으로 하여 2003년 2,990kcal로 감소하는 등 정체상태를 보이고 있다. 반면 칼로리당 식품비 단가는 1980년대 후반까지 완만히 증가했으나 이후 빠르게 증가하고 있다.

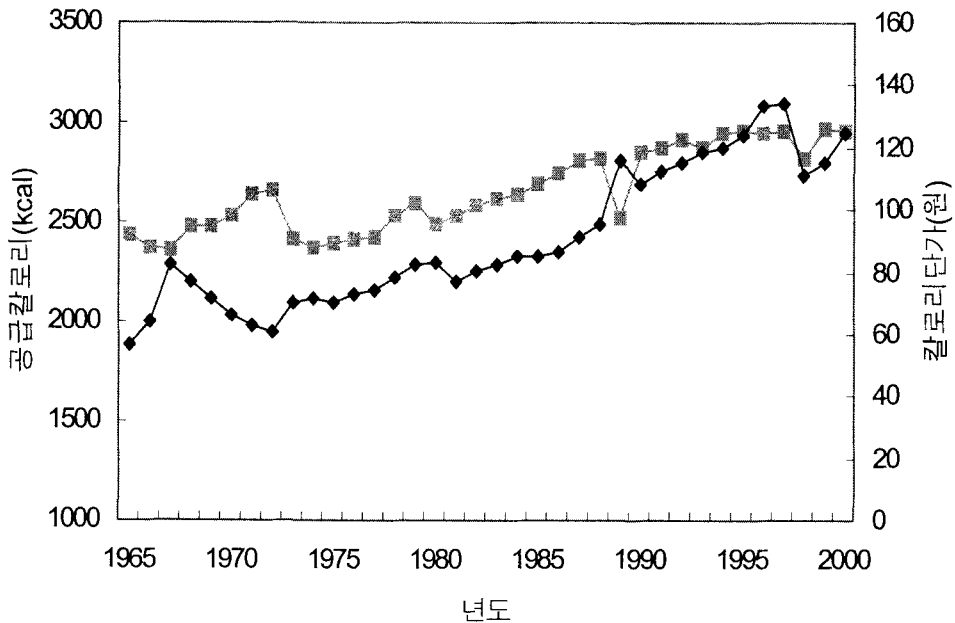


그림 1-1. 공급칼로리 및 칼로리당가 추세

이러한 식품소비추세의 변화는 1970년대 이후 식량자급이 실현되면서 양적인 증대를 거치고 소득향상에 따라 식품소비가 질적인 향상을 추구하는 새로운 단계에 진입했음을 보여 주는 것이다.

식품소비로부터 얻는 효용이 에너지의 섭취수준, 식품의 맛, 형태, 영양소 등의 식품 특성에 의해 영향을 받는다고 한다면 에너지의 포화의 다음 단계는 인간으로 하여금 식품의 맛, 형태, 건강 등 질적인 측면에 관심을 갖게 한다는 것이다.

## 나. 식품소비 특성 분석

식품소비 변화의 특성은 다음과 같이 '서구화', '간편화', '외식화', '건강지향성', '다양화', '고급화' 경향으로 요약될 수 있다.

### 1) 식생활의 서구화 경향 증대

1980년대 이후 식품류별 소비추세 특징은 곡류·서류 소비 감소와 과일류·육류·우유류·유지류 소비의 급격한 증가로 요약된다. 1980~2000년간 1인 1년간 곡류 및 서류의 소비증가율은 각각 연평균 0.5%, 3.0%의 감소추세를 지속한 반면, 같은 기간동안 과일류 (4.7%), 육류(5.1%), 우유류(7.9%), 유지류(6.0%)는 높은 증가추세를 지속해왔다.

이는 '밥' 위주의 전통적인 채식유형의 식생활 비중이 줄어들고, 빵과 고기·우유 등 육식위주의 서구식 식생활 유형이 증가한 데 기인한다. 이러한 경향은 구체적으로 상용식단의 변화를 통해서도 확인되어진다. 1988년과 1998년 국민영양조사에 나타난 30대 상용식단의 변화양상을 살펴보면 1988년에 한국인이 가장 많이 섭취하는 식단 상위 10위권에 있는 대부분의 식단이 밥과 반찬으로 이루어진 식단이었으나 1998년도 국민영양조사 분석 결과는 우선순위 상위 10위권에 있는 상용식단에 빵을 위주로 한 식단이 3위, 5위, 6위 등 3가지나 있을 정도로 밀가루를 중심으로 한 상용식단이 증가한 것을 볼 수 있다.

표 1-1. 1인 1년간 식품류별 소비추세

단위: kg, %

	곡류	쌀	서류	설탕류	채소류	과실류	육류	계란류	우유류	어패류	유지류
1980	185	132.9	21.5	10.3	120.6	16.2	13.9	5.9	10.8	22.5	5.0
1985	185.4	128.0	11.8	11.7	98.6	26.6	16.5	6.2	23.1	30.7	9.2
1990	175.4	120.8	11.0	15.3	132.6	29.0	23.6	7.9	31.8	30.5	14.3
1995	173.1	110.6	11.0	17.8	160.6	39.1	32.7	8.6	38.5	33.4	14.2
1996	171.8	108.2	14.7	16.9	152.2	36.8	34.0	8.7	42.0	34.4	14.4
1997	170.6	105.5	15.2	17.0	148.2	40.7	35.2	8.7	40.7	32.0	15.2
1998	167.6	102.9	12.8	15.1	148.3	34.6	34.8	8.3	40.5	27.2	12.9
1999	167.8	100.6	14.7	17.2	153.9	39.1	36.3	8.3	50.5	30.7	15.8
2000	165.9	97.3	11.7	17.8	164.8	40.5	37.3	8.5	49.2	30.6	16.1
	-0.54	-1.55	-3.00	2.77	1.57	4.69	5.06	1.84	7.88	1.55	6.02

자료: 통계청, 2003

표 1-2. 1990년과 1998년 상용식단의 변화 (1988-1998년)

우선순위	1990년 식단구성	1998년 식단구성
1	밥+국+김치	밥+면+김치
2	면+김치	밥+찌개+국+김치
3	밥+국+김치+나물	<b>빵+과일</b>
4	밥+찌개+김치	밥+국+나물+김치
5	밥+찌개+김치+나물	<b>빵+음료</b>
6	밥+국+구이+김치	<b>빵+우유+과일</b>
∴	∴	∴
20	<b>빵</b>	밥+찌개+김치

자료: 문현경, 정해랑, 조은영(1994), "1990년도 국민영양조사에 따른 한국인의상용식단 분석" 『한국식문화학회지』 제9권 제3호. p.241-250

끼니별로는 아침 식사가 점심이나 저녁 식사보다 빵 위주의 식사가 4위, 5위 등의 높은 우선순위를 나타내고 있었으며, 남녀별로는 빵 위주의 식사가 남자(5위)보다 여자(4위)에게서 더 높은 우선순위를 보여주고 있다.

표 1-3. 끼니별 30대 상용식단의 차이

순위	아침식단구성	점심식단구성	저녁식단구성
1	밥+면+김치	밥+면+김치	밥+면+김치
2	밥+찌개+볶음+나물+김치	밥+찌개+구이+볶음+김치	밥+찌개+구이+볶음+김치
3	밥+국+나물+김치	밥+찌개+김치+젓갈	밥+국+나물+김치
4	<b>빵+우유+과일</b>	밥+국+구이+조림+김치	<b>빵+우유+수조육류</b>
5	<b>빵+우유+수조육류</b>	밥+국+나물+김치	밥+찌개+볶음+나물+김치
6	밥+찌개+구이+볶음+김치	밥+찌개+볶음+나물+김치	밥+국+구이+조림+김치
7	밥+국+전+김치	밥+국+전+김치	밥+찌개+김치+젓갈
8	밥+국+구이+조림+김치	<b>빵+우유+수조육류</b>	<b>빵+우유+과일</b>
9	밥+국+구이+김치	밥+찌개+구이+김치	밥+국+구이+김치
10	밥+볶음+나물+김치	<b>빵+과일</b>	밥+국+볶음+김치

1980년과 1998년의 1인당 공급열량구성비 변화를 보면 탄수화물은 77%에서 66%로 감소한 반면 지방은 10%에서 19%로 두 배 증가하였고, 단백질 섭취량은 크게 변화하지 않았으나 동물성 단백질비가 크게 증가하여 식생활이 서구화되고 있음을 보여주고 있다.

표 1-4. 1인 1일 공급에너지 영양소 구성비 추이

	총에너지섭취량 (kcal)	3대 영양소의 열량구성비 (%)			
		단백질	동물성 단백질비 <sup>1)</sup>	지방	탄수화물
1980	2,485	11.8	27.4	13.3	74.9
1985	2,687	12.9	32.9	17.4	69.8
1990	2,853	12.5	37.1	22.8	64.7
1995	2,959	13.1	40.5	23.4	63.5
1998	2,819	13.3	40.0	23.2	63.5
2002	2,992	13.2	46.4	25.7	61.1

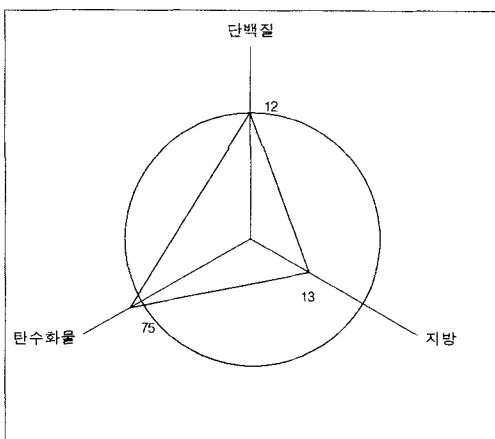
1) 동물성 단백질비(%)=동물성 단백질/총단백질×100

자료: 한국농촌경제연구원, 식품수급표, 각년도

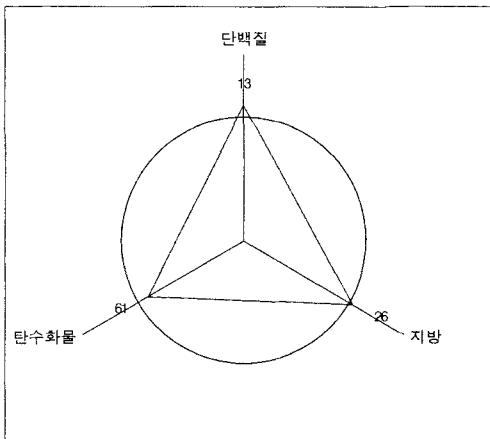
P(단백질)-F(지방)-C(탄수화물) 비중을 영양학적으로 이상적으로 평가되는 기준(정삼각형)과 비교하면, 1980년 우리나라의 PFC는 탄수화물이 과잉 공급된 반면 지방은 과소 공급된 구조였으나 2000년대 들어서 오히려 지방과 단백질이 적정선을 초과하기 시작하고 탄수화물이 과소 공급되기 시작하는 구조로 전환되었음을 알 수 있다. 이

는 식생활의 서구화에 따른 것으로 이러한 추세가 지속될 경우 미국, 프랑스 등과 같이 지방이 과잉공급되는 영양 불균형구조를 지니게 될지도 모른다는 우려를 낳고 있다.

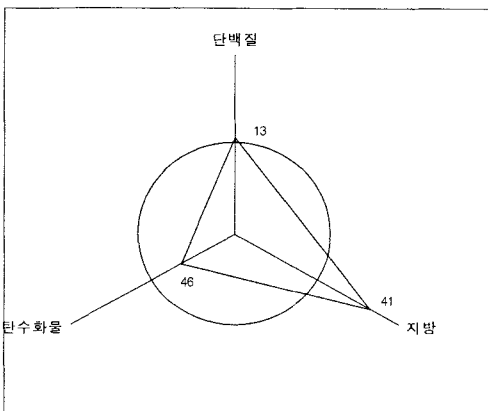
우리나라(1980년)



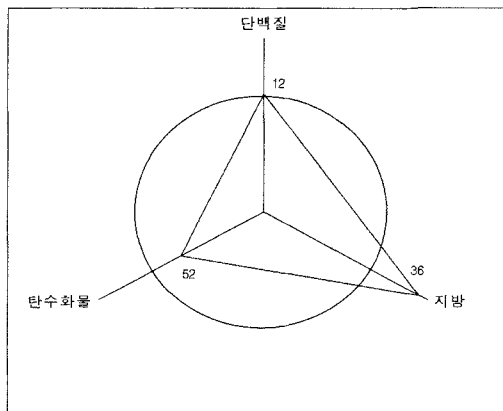
우리나라(2000년)



프랑스(1999)



미국(1999)



자료: 식품수급표, 2001

그림 1-2. PFC 구조 비교

## 2) 식생활의 편의성 추구

소득 증대, 여성의 사회진출 확대 등으로 가사노동에 대한 기회비용이 증가함에 따라 식품 조리, 구매패턴, 식품섭취에서 편의성을 추구하는 경향이 나타나고 있다. 간편화 추세는 종전에는 원재료를 구입하여 직접 조리하던 형태에서 조리시간 단축을 위해 가공식품, 조리식품, 세척농산물 등으로 대체되고, 패스트푸드 소비가 증가하는 유형을 의미한다.

### 가) 가공식품 소비 확대

1980~2000년간 가정 내 식품비 지출구조를 살펴보면 신선식품지출액은 연평균 5.6% 증가한데 비해, 가공식품지출액은 9.0%로 신선식품에 비해 빠르게 증가하였다. 따라서 가정 내 가공식품지출비중은 1980년 24.6%에서 2000년 38.4%로 크게 증가하였다.

표 1-5. 가정 내 지출구조 변화추이

단위: 원, %

	계(A)	신선식품(B)	가공식품(C)	B/A	C/A
1980	74656	56268	18388	75.4	24.6
1985	109770	77334	32436	70.5	29.5
1990	175573	118796	56777	67.7	32.3
1995	250857	162463	88394	64.8	35.2
1999	265156	165180	99976	62.3	37.7
2000	270569	166703	103866	61.6	38.4
1980~00	6.6	5.6	9.0	-1.0	2.2

자료: 통계청

특히 김치, 장류 등 전통적으로 집에서 직접 만들어 먹던 식품들이 시판제품으로 대체되는 현상이 두드러지게 나타나는데, 시판김치를 예로 하여 조사한 결과 이는 번거롭거나(35.8%), 시간이 없기 때문(33.2%)으로 간편화 추세에 의한 것임을 알 수 있다<sup>1)</sup>. 가정 내 생산김치나 장류의 주원료가 되는 배추와 콩의 소비량은 각각 연평균 -14.1%, -2%의 감소추세를 나타내는 반면, 가정내 시판김치 소비량은 연평균 9.9%, 된장과 고추장의 경우도 각각 8.5%, 13.4%의 높은 증가추세를 나타내고 있다.

1) 이계임·최지현·안병일, 「김치수요의 변화와 전망」(2000) 참조



표 1-6. 전통적 가정 제조식품에 대한 월평균 비용지출 추세  
(가구원 1인당, 1995년 불변가격 기준)

단위: 원

	시판김치	된장	고추장
1982	-	21	18
1985	-	31	44
1990	-	56	75
1995	343	80	128
1996	388	75	139
1997	402	76	138
1998	261	60	126
1999	462	85	164
2000	550	93	171
연평균증가율	9.9	8.5	13.4

주: 1인당 지출추이는 통계청 가구당 월평균 지출액을 평균가구원수로 나눈 뒤 각 소비자가격지수로 디플레이트하여 산출함.

최근 ‘밥’ 가공식품으로 등장한 ‘햇반’의 경우 고정관념을 깨고 1996년 출시이후 매년 30%의 높은 매출량 증가를 가져오고 있는 것은 맞벌이부부와 독신자 가정의 증가에 따른 편의성 추구 경향에 부합되기 때문이다.

#### 나) 조리식품 및 세척농산물 구입 증가

조리식품의 구매빈도를 보면 한달에 1회 이상 구매하는 가구가 48%에 달하며 이중에 일주일에 1회 이상 빈번하게 구매하는 가구가 9%에 달하고 있는데 젊은 세대와 맞벌이가구의 구매빈도가 높게 나타났다.

표 1-7. 조리식품의 구매 빈도

단위: %

구 분	연령계층별				맞벌이 여부		계
	20대	30대	40대	50대이상	맞벌이	비맞벌이	
일주일에 1회 이상	10.4	6.4	13.1	2.8	13.0	7.0	8.9
한달에 1~3회	39.6	42.7	33.8	30.5	37.1	39.6	38.8
몇 달에 한번	27.6	18.3	15.4	13.9	17.9	20.5	19.7
거의 구매하지 않는다	22.4	32.6	37.7	52.8	32.0	32.9	32.6
계	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

자료: 한국농촌경제연구원 수도권 518 가구 소비행태조사 결과, 2002

미리 세척되어 있거나 커팅된 농산물을 구매한 경험이 있는 가구가 65%에 달해 전처리 농산물에 대한 수요가 높음을 보여주고 있다. 특히 핵가족일수록 이들 농산물에 대한 선호도가 높게 나타났다.

표 1-8. 세척, 커팅 등 전처리 농산물 구매 실태

단위: %

구 분	연령계층별				대가족 여부		계
	20대	30대	40대	50대이상	대가족	핵가족	
전혀 없다	29.9	34.9	38.5	44.4	40.2	34.1	35.1
가끔 한다	61.9	56.0	57.7	44.4	54.0	57.8	57.1
자주 한다	8.2	9.2	3.8	11.1	5.7	8.1	7.7
계	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

자료: 한국농촌경제연구원 수도권 518 가구 소비행태조사 결과, 2002

#### 다) 패스트푸드 등 간편 외식소비의 증가

1990년 이후 패스트푸드, 분식 등 간편 외식에 대한 지출증가율이 연평균 20%로 다른 외식비 지출증가보다 높게 나타나 간편하게 먹을 수 있는 외식에 대한 수요가 크게 증가하고 있음을 보여 주고 있다.

표 1-9. 외식류별 지출 추이

단위: 천원/월

연도	외식	식사대	한국음식	중국음식	서양음식	기타외식 <sup>1)</sup>
1982	6081	4319	2329	631	136	1120
1985	8871	5904	3030	744	262	1594
1990	44844	30302	17167	1509	802	10485
1995	115745	85878	46271	3363	1310	33129
1996	136569	102228	52908	3664	1321	41701
1997	155025	115954	54547	3600	1554	52747
1998	122756	88878	44946	3217	940	34935
1999	146363	109663	47389	3255	1122	51186
2000	175990	133202	54221	3843	1580	65171
1982-00	20.6	21.0	19.1	10.6	14.6	25.3
1990-00	14.7	16.0	12.2	9.8	7.0	20.0

1) 기타외식에는 패스트푸드, 분식 등의 간편식이 포함됨.

#### 라) 구매패턴의 편의성 추구

식품의 구매패턴도 장소, 구매단위, 구매형태 등에서 편의성 추구경향이 나타나고 있다. 식품 구입장소의 경우 과거 재래시장 등이 대부분을 점하였으나 쾌적한 쇼핑환경과 다양한 상품을 일괄 구매할 수 있는 편의성 등으로 대형 할인점의 비중이 크게 증가하는 추세를 나타내고 있다.

조사결과 식품의 주 구매장소로서 대형할인매장(67%) 이용비율이 가장 높았고 동네수퍼(16%), 재래시장(11%), 백화점(4%) 순으로 나타났는데 특히 젊은 연령가구의 대형할인매장 이용율이 높게 나타났다.

표 1-10. 식품의 주 구매장소

단위: %

	20대	30대	40대	50대 이상	계
대형할인매장	71.6	68.3	63.1	52.8	66.8
동네 슈퍼	18.7	16.1	13.8	8.3	15.6
재래 시장	7.5	8.3	16.2	27.8	11.4
백화점	2.2	4.1	5.4	11.1	4.4
직거래장터	-	1.4	1.5	-	1.0
인터넷		1.8	-	-	0.8
계	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

자료: 한국농촌경제연구원 수도권 518 가구 소비행태조사 결과, 2002

구매단위에 있어서 소포장화, 포장 유통 증가도 편의성 추구의 한 양상으로 볼 수 있다. 쌀의 경우 주로 거래되는 포장단위는 20kg과 10kg으로 조사되었는데 가족수의 감소 및 쌀 소비 감소로 10kg 단위구매가 증가할 전망이다.

소포장 증가요인은 소비자들이 가격보다 맛(신선도)에 민감하게 반응하는 경향과 운반과 보관이 편리하다는 측면을 반영하는 결과로 보여진다.

표 1-11. 쌀 포장단위별 구매비중

단위:%

포장단위	비율
20kg	63.9
10kg	20.5
8kg	0.2
5kg	2.1
4kg	1.0
3kg	1.5
1kg	0.2
40kg	1.5
80kg	1.2
기타 <sup>1)</sup>	7.9
계	100.0

<sup>1)</sup> 증여받거나 직접농사 등으로 구매하지 않는 경우임.

포장육은 유통비용 절감과 판매상의 편의를 제공한다. 포장육의 편의성과 관련한 조사결과 소비자들은 용도별 구입, 구입량, 보관 측면에서 포장육을 긍정적으로 평가하고 있는 것으로 나타났다. 대부분 소비자들은 포장육이 요리용도에 맞춰 구입하기에 편리하며(78.9%), 원하는 양만큼 구입할 수 있고(68.2%), 보관이 쉽다(74%)고 인식하고 있었다.

표 1-12. 포장육의 편의성

단위: %

	정말그렇다	그렇다	중간이다	아니다	전혀아니다	계
요리용도별구입	10.6	68.3	15.4	4.8	1.0	100.0
구입량의 편의	11.0	57.2	18.5	12.7	0.7	100.0
보관상 편의	8.3	65.7	19.4	5.2	1.4	100.0

자료: 농협중앙회 조사부. 「소비자의 쇠고기 구매행태 조사」, 2001.

### 3) 다양한 식품의 소비욕구 증대

소득수준 향상에 따라 식품소비의 다양화 경향이 증가하는데, 이러한 특징은 식품군별 구성의 다양화, 식품군내 품목 수 확대, 동일 품목 내 다양한 상품의 등장 등의 형태로 나타난다.

#### 가) 식품군별 섭취의 다양화

에너지 공급원은 1981년 곡류가 전체의 77%를 차지했으나 2001년에는 56%로 감소한 반면 육류가 1%에서 9%로, 계란·우유가 1%에서 5%로 증가하는 등 곡류 외 식품류의 비중이 증가하였다.

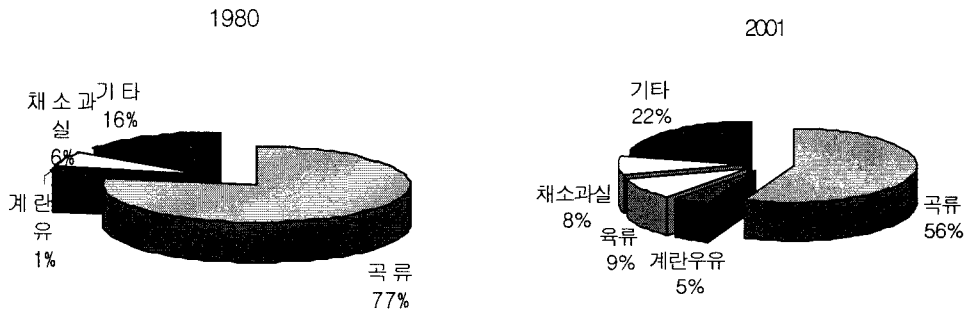


그림 1-3. 에너지 공급원구성의 변화

#### 나) 소비품목수 증가

다양한 식품을 소비하고자 하는 경향은 같은 식품군내에서 소비품목수가 증가하는 추세를 통해서 나타나고 있다.

예를 들어 지난해 딸기가 한달 정도 조기 출하되었으며, 참외와 수박도 보름이상 출하시기가 앞당겨지는 등 과실(과채류 포함)의 경우 출하시기가 앞당겨짐으로써 주출하시기가 길어지고, 수입과실 증가로 월평균 소비품목수가 1982년 2.4개에서 2000년 3.0개로 증가하였다.

과실의 경우 1980년대 초반까지만 해도 여름철 소비품목수가 봄철과 겨울철의 1.6배 이상으로 많아 계절별로 소비품목수에 큰 차이가 있었으나, 최근 시설농업의 발달과 저장기술의 진전으로 과실이 연중 출하됨에 따라 계절별 소비품목수에 차이가 크지 않아 연중여러 가지 과실을 맛볼 수 있게 되었다.

육류는 생육위주에서 햄, 베이컨, 튀김 닭 등 육가공품을 이용한 다양한 식생활 패턴이 증가함에 따라 소비품목수가 증가하는 추세를 보이고 있다. 월평균 지출품목수는 1982년 2.3개에서 2000년 3.2개로 증가하였다.

표 1-13. 가계의 월평균 지출과실 품목수 추이

단위: 개

연 도	과실류					육류
	봄	여 름	가 을	겨 울	평 균	
1982	1.9	3.2	2.6	2.0	2.4	2.3
1985	1.9	3.2	2.6	1.9	2.4	2.6
1990	2.5	3.2	2.9	2.4	2.8	3.2
1995	2.9	3.3	3.2	2.6	3.0	3.1
1996	3.1	3.2	3.3	2.7	3.1	-
2000	-	-	-	-	3.0	3.2

자료: 통계청 도시가계 원자료

채소류의 경우 1980년대 중반 이후 결구상추, 셀러리, 적채, 파세리, 녹색꽃양배추 등 양채류 소비가 빠르게 증가하였는데, 이는 식품소비의 서구화 경향과 함께 다양화 추세를 반영하는 것으로 보여진다. 1980년대 이후 채소류 소비량 증가율이 2% 미만인 데도 불구하고 양채류 소비량은 1984~2000년간 연평균 17%의 높은 증가추세를 보이고 있다.

#### 다) 브랜드 등 다양한 상품 증가

동일품목 내에서도 소비자의 요구에 부응하여 품질과 이미지를 차별화시키는 다양한 상품이 증가하고 있다. 농축산물의 브랜드화는 제품의 이미지 차별화 추세를 반영하는 것으로, 총 브랜드수가 매년 빠르게 증가하는 추세를 보이고 있다. 연도별 브랜드 수는 1997년 1,751건에서 2003년 5,188건으로 3년간 3배 증가하였다.

품목별로는 식량작물이 전체의 24.9%로 가장 많고, 과채류(16.8%), 과실류(14.0%) 순이다. 브랜드 등록률은 브랜드화가 진전된 축산물이 72.8%로 가장 높다.

표 1-14. 품목별 브랜드 현황(2003년 말 기준)

단위: 건

구분	계	식량 작물	채소류	과채류	과실류	특작류	농산 가공	화훼 기타	축산물	임산물
등록	1,756	336	81	154	184	81	337	48	366	33
미등록	3,432	954	149	717	540	223	431	75	137	161
계 (등록비율)	5,188 (100)	1,290 (26.0)	230 (35.2)	871 (17.7)	724 (25.4)	304 (26.6)	768 (43.9)	123 (39.0)	503 (72.8)	194 (17.0)

자료: 농림부, 「농축산물 브랜드 현황」, 2004

#### 4) 식생활의 외식화

식생활 변화의 가장 뚜렷한 추세는 식생활의 외식화 경향이다. 1980년대 초까지만 하더라도 식생활의 대부분이 가정 내에서 이루어졌으나, 최근 외식의 비중이 빠르게 증가하고 있다. 1985~2003년간 가정 내 식료품비 지출은 연평균 5% 수준으로 증가하였으나, 외식비는 연평균 20%의 높은 증가추세를 보여 결과적으로 가구의 총 식료품비 중 외식비 지출비중이 46% 까지 증가하였다.

표 1-15. 외식비 지출추세

단위: 천원, %

연도	식료품(A)	가정내지출 (B)	가정식비 비중 (B/A×100)	외식(C)	외식비 비중 (C/A×100)
1982	101.7	95.6	94.0	6.1	6.0
1985	118.898	110.03	92.5	8.871	7.5
1990	220.834	175.99	79.7	44.844	20.3
1995	367.08	251.335	68.5	115.745	31.5
1996	409.502	272.934	66.7	136.569	33.4
1997	427.458	272.434	63.7	155.025	36.3
1998	365.859	243.104	66.4	122.756	33.6
1999	412.056	265.695	64.5	146.363	35.5
2000	447.018	271.029	60.6	175.99	39.4
2003	509.649	276.439	54.2	233.210	45.8
85~2003증감율	8.4	5.3		19.9	

자료: 통계청



끼니별로는 점심, 저녁, 아침 순으로 외식의 비중이 높으며, 매식과 급식의 증가에 의해 빠르게 외식화가 진행되고 있음을 알 수 있다.

표 1-16. 끼니별 식사상황

		비 율(%)									
		총계	가정	도시락	학교급식	직장급식	매식	결식	이웃	유치원 경로당	무응답
총계	1995	100.0	69.8	3.6	1.6	4.2	13.4	4.9	1.8	0.6	0.1
	1990	100.0	76.4	6.8	0.5	3.2	8.4	3.2	1.5	0.0	0.0
아침	1995	100.0	86.1	0.0	0.1	0.8	2.0	10.1	0.6	0.1	0.1
	1990	100.0	92.9	0.1	0.0	0.5	0.9	5.3	0.3	0.0	0.0
점심	1995	100.0	41.2	10.1	4.6	10.0	26.4	2.9	3.3	1.4	0.0
	1990	100.0	46.1	18.8	1.4	8.1	19.0	3.7	2.9	0.0	0.0
저녁	1995	100.0	82.2	0.6	0.2	1.8	11.7	1.7	1.5	0.2	0.1
	1990	100.0	90.2	1.4	0.0	1.2	5.4	0.7	1.1	0.0	0.0

외식의 섭취빈도 조사결과에 의하면 월 1회 이상(25.4%), 주 1회 이상(21.1%) 외식을 하는 비중이 높았다. 또한 연령계층별로는 20대에서 외식을 가장 자주하며, 65세 이상 노년층에서는 과반수 이상이 거의 외식을 하지 않는 것으로 조사되었다.

표 1-17. 연령계층별 외식 빈도

섭취빈도 연령(세)	총계		하루2회이상		하루1회		주 1회이상		월 1회이상		거의안함	
	인원 (명)	비율 (%)	인원 (명)	비율 (%)	인원 (명)	비율 (%)	인원 (명)	비율 (%)	인원 (명)	비율 (%)	인원 (명)	비율 (%)
총계	15003	100.0	589	4.0	2493	16.6	3169	21.1	3812	25.4	4940	32.9
3-6	993	100.0	12	1.2	123	12.4	210	21.1	338	34.1	310	31.2
7-12	1419	100.0	15	1.1	246	17.3	220	15.5	476	33.5	462	32.6
13-19	1807	100.0	68	3.7	256	14.2	413	22.9	437	24.2	633	35.0
20-29	2377	100.0	215	9.0	588	24.8	718	30.2	443	18.6	413	17.4
30-49	5117	100.0	234	4.6	971	19.0	1134	22.2	1419	27.7	1359	26.5
50-64	2189	100.0	35	1.6	258	11.8	375	17.1	506	23.1	1015	46.4
65이상	1101	100.0	10	0.9	51	4.6	99	9.0	193	17.5	748	68.0

### 5) 식품소비의 고급화

고급화는 소득 상승에 따라 소비를 결정하는 요인이 ‘가격’에서 ‘맛’, ‘영양’, ‘안전성’ 등으로 변화하는 경향을 설명하는 특징이다.

소비자가 식품 구매 시 우선 고려하는 품질의 특성은 품목에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다. 브랜드에 의한 품질차별화가 심한 쌀과 기호식품의 성격이 큰 청과물은 맛을 최우선적으로 고려하는 반면 육류는 최근 광우병과 구제역 파동에 따른 영향으로 안전성이 최우선 고려되었고 가공품은 집밖에서 가공·처리되는 특성으로 역시 안전성여부에 관심이 높은 것으로 나타났다.

연령계층별로 보면 대체로 모든 품목에서 젊은 계층일수록 맛을 우선 선호하는 반면 노년층 가구일수록 안전성이나 영양측면을 우선 고려하는 것으로 나타났다.

표 1-18. 식품 선택시 중요하게 고려하는 품질 특성

단위: %

	쌀	청과물	육류	가공품
맛	49.6	41.3	35.5	27.0
안전성	15.8	37.1	46.9	51.4
영양	15.8	7.3	4.2	6.8
가격	15.6	5.6	4.2	6.9
선별·포장	3.1	8.7	9.1	7.9
계	100.0	100.0	100.0	100.0

자료: 한국농촌경제연구원 2002년 수도권 518 가구 소비행태조사 결과

‘맛’, ‘영양’, ‘안전성’ 등의 식품특성이 우등재적인 성격을 갖고 있어 소득 증가에 따라 지불의사금액이 증가하기 때문에, 고급화 경향은 동종 식품군내, 또는 동일식품 중에서 보다 단가가 높은 식품으로 이행하는 것처럼 보여 제품 간 가격차를 확대시킨다.

쌀의 경우 품종, 지역에 따른 맛의 차이로 가격차가 나타나며, 최근 들어 재배방식 및 가공과정 관리 등 생산관리의 차이에 따라 가격 격차가 보다 확대되고 있는 추세이다.

지역선호도가 높은 이천 및 철원지역 쌀은 농협 하나로 쌀을 기준으로 할 때 약 20% 정도 가격이 높은 것으로 나타난다. 풍년농산은 부산지역에 위치하여 지역 선호도는 높지 않지만 오리농법과 같은 환경농법을 도입하거나, 새로운 가공방법을 개발하여 높은 가격으로 판매하고 있다.

표 1-19. 사례지역 쌀과 타지역 유명 브랜드 쌀과의 소매가격 비교, 2001.12

상품명		품종	규격	소매가격(원)
풍년농산	오리농법쌀	국내산	20kg	74,000
	5℃ 이온쌀	국내산	20kg	63,700
	한눈에 반한 쌀	봉황	20kg	80,000
농협 하나로 쌀		국내산	20kg	43,500
이천 임금님표(청결)		추정	20kg	51,000
동송철원오대쌀		오대벼	20kg	52,200
장호원 임금님표(청결)		추정	20kg	52,000

주: 20kg기준으로 환산하여 실제 가격과 약간의 차이가 있을 수 있음.

쇠고기는 국내산 여부, 부위, 등급, 냉장육 여부 등에 따라 맛의 차이가 크게 나타나며, 이를 근거로 가격차별화가 이루어지고 있다. 소비자들이 한우고기를 선택하는 이유는 주로 맛(75.9%)(농협 2001, 한우고기 먹는 이유의 1순위 값임)때문이며, 수입쇠고기를 선택하는 이유는 대부분 (92.5%) 가격 때문으로 조사된 바 있다.

한우는 부위에 따라서 등심·토시가격이 갈비·사태·우둔가격의 2배 이상에 달하는 등 용도별로 선호하는 맛에 따라서 가격차이가 매우 크다. 한우와 수입육과의 가격을 비교하면 지육기준시 수입육은 한우의 57~60% 수준이나, 수입육의 부위별 선호도가 달라 정육기준시 부위별 가격차는 더욱 확대된다.

안심(수입육)의 경우 한우에 비해 오히려 높은 가격으로 판매되고 있으며, 등심, 토시, 갈비 등의 가격도 한우가격의 90% 이상에 달하고 있는 반면, 양지는 한우가격의 39% 수준에 불과하다. 수입육의 경우 구이용에 대한 선호도가 높은 반면 한우는 상대적으로 국거리용에 대한 선호가 높은 것으로 볼 수 있다.

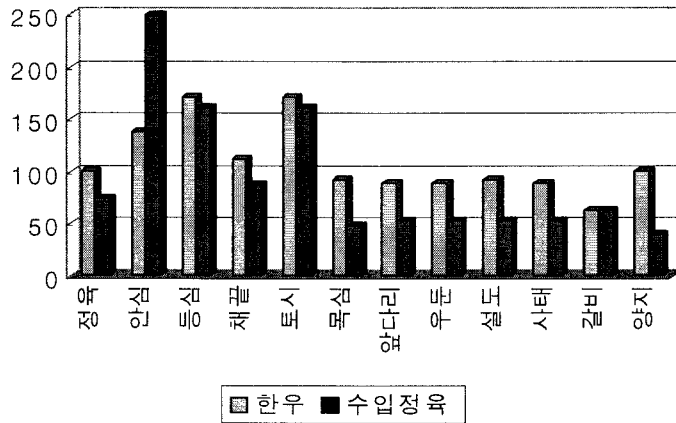


그림 1-4. 부위별 한우, 수입육 가격비교

주: 수입육은 출고 도매가격, 한우는 냉장육 2등급가격을 적용함.

### 6) 안전농산물 선호 증가

소득 증대에 따라 소비자의 건강에 대한 관심이 높아지고, 최근 유전자 변형농산물의 유해성 논란, O-157의 발생, 광우병 확산 등으로 소비자들의 식품안전성에 대한 인식은 더욱 고조되고 있다.

소비자들은 수입식품에 비해 국산식품을 안전한 식품으로 인식하고 있는 것으로 나타났다. 채소류의 경우 응답자의 87%, 육류는 88%가 국산 식품이 수입식품보다 안전하다고 응답해 비교적 국산 식품이 안전한 식품으로 인식되고 있는 것으로 나타났다. 가공식품에 대해서도 국산이 보다 안전하다고 응답한 비중이 66.6%로 높았다.

표 1-20. 국산 식품과 수입식품의 안전성 평가

단위: 응답가구수(%)

구분	채소	육류	가공식품
국산이 낫다	476(86.9)	481(88.0)	363(66.6)
비슷하다	47(8.6)	38(6.9)	99(18.2)
수입산이 낫다	10(1.8)	12(2.2)	41(7.5)
잘 모르겠다	15(2.7)	16(2.9)	42(7.7)
합 계	548(100.0)	547(100.0)	545(100.0)

자료: 한국농촌경제연구원. 수도권 518 가구 소비행태조사 결과, 2002

소비자가 국산 식품이 수입식품보다 안전하다고 평가한 이유는 국산 식품이 수입 식품에 비해 방부제나 항생제 사용이 적을 것(51%)이고 농약과 대장균검출도 적다(42%)는 판단에 따른 것으로 나타났다.

표 1-21. 국산 식품이 수입식품보다 안전한 이유

구 분	응답가구수	비중(%)
농약, 대장균 등이 적기 때문	400	41.6
방부제, 항생제 위험이 적기 때문	491	51.0
외국에 비해 정부의 식품안전 관리체제가 효율적	30	3.1
외국에 대해 식품안전시설과 장비가 우수	8	0.8
외국에 비해 제조업체의 기술 수준이 우수	4	0.3
기타	29	3.0
합 계	962	(100.0)

자료: 한국농촌경제연구원 수도권 518 가구 소비행태조사 결과, 2002

품질 인증된 친환경농산물 생산량은 소비자의 안전농산물 수요 증대에 힘입어 1994년 이후 연평균 92%의 높은 증가율을 보이고 있다. HACCP 적용업소도 2004년 8월 현재 도축장 123개소, 식육가공장 119개소, 유가공장 32개소 총 274개소에 달해 안전성 관련 제도가 활발히 운영되고 있는 것으로 나타났다.

표 1-22. 품질인증 친환경 농산물의 생산량 추이

단위: 톤, %

구분	유기재배	무농약재배	저농약재배	계
1994	681	228	-	909
1995	1,682	365	-	2,047
1996	1,972	2,302	1,193	5,467
1997	3,006	4,893	3,159	11,058
1998	5,844	13,872	4,549	24,265
1999	7,619	12,130	7,005	26,754
2000	7,409	16,980	13,190	37,579
2001	10,625	32,274	44,334	87,233
연평균증가율	48.0	102.8	106.1 <sup>1</sup>	91.9

1) 1996-2001년 연평균 증가율임.

자료: 국립농산물품질관리원, 2004

## 2. 농산물의 소비특성분석

: 가구조사(식품 모니터링)를 중심으로

### 가. 개황

주요농산물의 구매특성을 분석하기위해 283가구를 대상으로 가구조사가 실시되었다. 조사가구의 가구원수, 소득, 거주형태 등 가구특성별 특징을 보면 다음과 같다. 가구원수 분포는 4인 가족이 44%, 5인 이상 31%, 3인 이하 25%를 차지하였다. 월 소득의 분포는 150~300만이 약 50%를 차지하였고 300~450만원이 32%로 두번째로 비중이 높게 나타났다. 거주형태는 아파트가 57%로 가장 많았고 빌라 등 연립주택 24%, 단독주택 18% 순이었다. 소비가구의 사회 경제적 수준의 분류를 위해 소득, 직업, 학력 등을 고려하여 상, 중, 하의 3분류를 채택하였다<sup>2)</sup>.

2) 가족의 월 평균 소득 점수는 250만원 이하 1점, 250-300만원 2점, 300-450만원 3점, 450만원 이상 4점이며, 부모의 학력 (부모 각각 점수 부여) 중학교 졸업 1, 고등학교 졸업 2, 대졸이상 3이며, 아버지(어머니) 직업은 생산직 1점, 서비스업, 상업, 개인 자영업, 일반사무직 및 공무원, 군인, 기타 2점, 고위관리직 종사자, 전문직 종사자 3점으로 점수화하여 각 요인들의 점수 합계가 12점 이상이면 사회경제 수준이 상, 9 - 11점 중, 8점 이하는 下로 분류하였다.

표 1-23. 가구원수별 분포

단위: 가구수(%)

3인 이하	4인	5인 이상	계
75(25.5)	129(43.9)	90(30.6)	283·(100.0)

표 1-24. 조사가구의 월 소득 분포

단위: 가구수(%)

150만원미만	150-300만원	300-450만원	450-600만원	600만원이상	계
19(6.7)	140(49.5)	89(31.5)	20(7.1)	15(5.3)	283·(100.0)

표 1-25. 조사가구의 거주형태

단위: 가구수(%)

단독주택	아파트	빌라, 연립 다세대주택	기타	계
51(17.8)	164(57.1)	68(23.7)	4(1.4)	283·(100.0)

## 나. 구매특성

### 1) 품목별 구입빈도

소비자의 사회경제수준별 농산물 구매빈도는 품목에 따라 차이를 보였다. 쌀, 밀가루 등의 곡물은 필수식품으로 소득계층에 따라 구매빈도가 큰 차이가 없으나 사과, 포도와 같이 기호식품과 쇠고기 등 육류 고가품목은 소득이 높을수록 구매빈도가 높아 소득수준에 따라 가구의 식품에 대한 접근성이 상이함을 보여 주고 있다.

### 2) 세척 농산물 구매 비중

소득증가에 따라 최근 세척농산물의 수요가 크게 증가하고 있는데 특히 채소의 경우 그 비중이 다른 품목에 비해 높다. 버섯의 경우 세척된 버섯 구매비중이 20% 이상이며, 당근, 상치도 13-14%에 달하는 것으로 조사되었다. 반면에 쌀 등 곡류나 채소, 감자는 세척농산물 구매비중이 5-8%에 불과한 것으로 나타났다.

표 1-26. 가구의 사회경제수준별 주요농산물 섭취 빈도

단위: 가구수, (%)

		상	중	하	$\chi^2$
쌀	매일	169(88.5)	327(87.0)	157(82.2)	F=12.751 P=0.121
	2~3일에 한번	2(1.1)	6(1.6)	1(0.5)	
	주 1~2회	2(1.1)	0(0)	3(1.6)	
	한달 1~2회	17(8.9)	42(11.2)	27(14.1)	
	안먹음	1(0.5)	1(0.3)	3(1.6)	
사과	매일	54(28.3)	70(18.6)	17(9.1)	F=4.601 P=0.799
	2~3일에 한번	67(35.1)	119(31.6)	53(28.3)	
	주 1~2회	41(21.5)	108(28.7)	64(34.2)	
	한달 1~2회	27(14.1)	75(19.9)	46(24.6)	
	안먹음	2(1.1)	5(1.3)	7(3.7)	
포도	매일	16(8.9)	10(2.8)	2(1.1)	F=8.462 P=0.390
	2~3일에 한번	37(20.6)	43(11.9)	11(6.1)	
	주 1~2회	44(24.4)	84(23.3)	27(15.0)	
	한달 1~2회	49(27.2)	130(36.1)	67(37.2)	
	안먹음	34(18.9)	93(25.8)	73(40.6)	
쇠고기	매일	5(2.7)	2(0.5)	0(0.0)	F=5.040 P=0.753
	2~3일에 한번	45(24.1)	37(9.9)	9(4.8)	
	주 1~2회	80(42.8)	161(43.1)	65(34.6)	
	한달 1~2회	51(27.3)	157(42.0)	96(51.1)	
	안먹음	6(3.2)	17(4.6)	18(9.6)	
돼지고기	매일	4(2.1)	1(0.3)	2(1.1)	F=14.310 P=0.074
	2~3일에 한번	35(18.7)	56(14.9)	28(14.7)	
	주 1~2회	91(48.7)	212(56.5)	107(56.0)	
	한달 1~2회	46(24.6)	100(26.7)	50(26.2)	
	안먹음	11(5.9)	6(1.6)	4(2.1)	



표 1-27. 채소류의 세척농산물 구입비중

단위: 가구수(%)

	원래형태	세척형태	가공품	$\chi^2$
참외	562(87.5)	75(11.7)	5(0.8)	F=860.308 P=0.0001*
수박	574(88.2)	72(11.1)	5(0.8)	F=891.327 P=0.0001*
딸기	546(83.5)	103(15.8)	5(0.8)	F=762.284 P=0.0001*
미나리	553(83.0)	99(14.9)	14(2.1)	F=756.550 P=0.0001*
가지	547(85.7)	82(12.9)	9(1.4)	F=800.937 P=0.0001*
쭈갓	561(83.0)	103(15.2)	12(1.8)	F=768.411 P=0.0001*
풋고추	659(82.8)	130(16.3)	7(0.9)	F=1470.191 P=0.0001*
멜론	426(84.7)	72(14.3)	5(1.0)	F=610.429 P=0.0001*
샐러리	359(75.1)	105(22.0)	14(2.9)	F=401.301 P=0.0001*
양상추	484(74.4)	154(23.7)	13(2.0)	F=538.590 P=0.0001*
피망	500(78.0)	133(20.8)	8(1.3)	F=612.134 P=0.0001*
기타채소	407(81.7)	83(16.7)	8(1.6)	F=541.771 P=0.0001*

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

### 3) 계절별 다빈도 구매품목

계절별로 가구의 농산물 품목별 구입빈도는 다른 특성을 지니게 된다. 조사결과 봄에

는 파, 양파, 사과, 호박, 감자, 상추, 참외, 풋고추 순으로 구매빈도가 높았고 여름에는 사과, 복숭아, 호박, 풋고추, 양파, 감자, 상추, 오이, 포도, 가을엔 감귤, 사과, 양파, 오이, 파, 상추, 당근, 무, 감자, 겨울에는 감귤, 오이, 양파, 사과, 두부, 콩나물, 사과, 당근 등으로 조사되었다. 특징을 보면 제철에 생산되는 농산물의 구입빈도가 높게 나타났는데 파, 오이, 양파 등 필수채소들은 시설채소의 발달로 인한 주년생산으로 계절에 관계없이 자주 구매하는 것으로 조사되었다. 가을과 겨울에는 감귤, 사과 등 제철과일의 구매빈도가 높았고 두부, 콩나물은 계절에 관계없이 자주 식단에 오르는 것으로 나타났다.

표 1-28. 계절별 다구매 농산물

빈도순위	봄	여름	가을	겨울
1	오이	파	감귤	감귤
2	양파	복숭아	사과	오이
3	파	호박	양파	양파
4	호박	풋고추	외	파
5	감자	양파	파	두부
6	상추	감자	상추	콩나물
7	참외	상추	당근	사과
8	풋고추	오이	무	감자
9	콩나물	포도	감자	당근
10	두부	가지	시금치	시금치
11	마늘	두부	고구마	무
12	수박	수박	팽이버섯	상추
13	계란	깻잎	계란	호박
14	무	돼지고기	풋고추	우유
15	돼지고기	콩나물	호박	고구마

#### 4) 국산농산물 구매 행태

사회경제계층별로 농산물 구매행태를 보면 상위계층일수록 상대적으로 국산농산물만 구매한다는 비중이 높게 나타나 가격수준과 구매패턴이 밀접한 관련이 있음을 보여주고 있다.

표 1-29. 계층별 국산농산물 구매 행태

단위: %

	상위계층	중위계층	하위계층
국산농산물만 구매	27.2	24.2	25.7
필요하면 수입농산물도 구매	56.5	55.2	53.2
국산수입 구별 없이 구매	16.3	20.6	21.1
계	100.0	100.0	100.0

### 5) 조리만찬 구매빈도

소득증대와 여성의 사회진출 증가로 가정 내 조리에 대한 기회비용이 증가하면서 구입 즉시 먹을 수 있는 조리식품에 대한 수요가 증가하는 추세이다. 사회경제기반이 상위일수록 조리식품의 구매비중이 높아 상위 계층의 기회비용이 중하위계층보다 높음을 알 수 있다.

표 1-30. 계층별 조리식품 구매 빈도

단위: %

	상위계층	중위계층	하위계층
자주 구매	9.0	3.8	3.7
보통 구매	14.1	11.0	7.9
가끔 구매	38.7	30.6	24.2
거의 구매하지 않음	38.7	54.7	64.2
계	100.0	100.0	100.0

## 3. 농식품소비전망

### 가. 식품 소비 추세 전망

2001-2012년 식품비 지출을 전망해본 결과 2012년 월평균 식품비 지출 총액은 62만 2천원 수준으로 2000년 대비 69%가량 성장할 것으로 추정된다. 외식비 지출도 꾸준히 늘어나 2012년 전체 식품비 지출에서 차지하는 비중은 62.4%로 2000년 대비 58%가량 성장할 것으로 전망된다.

표 1-31. 식품비 지출액 및 외식비 지출 비중 전망. (2001-2012)

	2000	2003	2005	2007	2010	2012
식품비 지출액(천원, 1995년 불변가격기준)	367.6	452.9	485.9	521.3	579.4	621.7
외식비 비중 (%)	39.4	45.0	48.9	52.7	58.5	62.4

## 나. 식품소비 패턴 변화 전망

### 1) 서구형 식생활 가속화

“밥” 위주로 채식중심인 한국형 식사횟수가 계속 줄고 빵, 우유, 고기 등 육류중심의 서구형 식사횟수가 증가하여 식생활의 서구화가 더욱 가속화될 것으로 전망된다.

특히, 육류와 유지류의 소비가 크게 증가하면서 섭취열량 중 지방과 단백질의 구성비가 각각 20~25%, 15~20% 까지 높아져 미국, 유럽 등 서구국가의 열량구성비에 근접할 것으로 전망된다.

또한 피자과 햄버거 등 패스트푸드 공급업체의 증가, 서구식 패밀리레스토랑의 개점 증가는 서구형 식생활을 더욱 조장하게 될 것이다.

### 2) 편의성 추구 지속화

앞으로 핵가족화의 빠른 진전과 여성취업기회의 확대로 식품소비의 편의성 추구는 더욱 심화될 것으로 전망되는데 찻재, 김치, 된장 등 전통적 가정내 장만식품의 구입이 크게 증가할 것이다. 김치의 경우 현재 정기적으로 김치를 구입하는 가구는 75%에 불과하지만 10년 내에 그 비율이 20~30%에 이를 것으로 전망된다. 들깨, 조리식품 및 세척 및 전처리 농산물의 구매증대가 예상된다. 조사결과 응답자의 75%가 앞으로 조리식품을 구매할 의향이 있는 것으로 나타났는데 20대와 맞벌이 가구는 각각 83%, 81%로 구매의사가 높다는 것이 이를 뒷받침한다. 세척, 커팅 등 전처리 농산물을 구매할 의향이 있는 가구가 72%에 달해 이들 농산물에 대한 수요가 크게 증가할 전망이다.

표 1-32. 향후 조리식품의 구매 의향

단위: %

구 분	연령계층별				맞벌이 여부		계
	20대	30대	40대	50대이상	맞벌이	비맞벌이	
구입하지 않겠다	17.2	24.8	28.5	36.1	19.8	26.7	24.5
가끔 구입하겠다	71.6	70.2	62.3	61.1	70.4	66.9	68.0
자주 구입하겠다	11.2	5.0	9.2	2.8	9.9	6.5	7.5
계	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

자료: 한국농촌경제연구원. 수도권 518 가구 소비행태조사 결과, 2002

표 1-33. 향후 세척, 커팅 등 전처리 농산물 구매 전망

단위: %

구 분	응답 비율
구입의향이 없다	28.2
가끔 구입하겠다	64.1
자주 구입하겠다	7.7
계	100.0

자료: 한국농촌경제연구원. 수도권 518 가구 소비행태조사 결과, 2002

셋째, 구매 편의를 위해 포장육수요가 크게 증가할 전망이다. 현재 포장육 유통비중은 10% 미만으로 낮은 수준이나 주부의 연령층이 낮을수록 포장육 구입비중이 높으므로 장래 포장육에 대한 수요는 지속적으로 증가할 것으로 보인다. 넷째, 소비자의 할인매장에 대한 선호도가 높아 대형할인점 위주의 쇼핑이 일반화될 것으로 전망된다. 이에 따라 소매업체에서 할인점의 비중이 2000년 15%에서 2005년 30% 수준까지 증가할 전망이다.

표 1-34. 업태별 식품 판매액 추정치

단위 : 조원(%)

업 태	2000년	2003년	2005년
소매매출 총액	37.2(100.0)	49.8(100.0)	60.3(100.0)
백화점	3.1(8.3)	4.1(8.2)	5.0(8.2)
수퍼마켓	3.8(10.2)	5.0(10.0)	6.0(9.9)
할인점	5.7(15.3)	12.7(25.5)	18.2(30.1)
재래시장 등	24.6(66.1)	28.0(56.2)	31.1(51.6)

다섯째, 곡류, 과일, 가공식품 등 모든 식품의 거래포장단위가 소포장화 될 것으로 예상된다. 특히 가구원수의 감소와 외식기회가 증가하면서 소량구매가 더욱 선호될 것으로 전망된다. 여섯째, 디지털 산업화로 앞으로 전자상거래에 의한 식품구매가 크게 증가할 전망이다. 조사결과 인터넷을 통해 식품을 구매한 경험이 있는 가구가 전체의 42%에 달하고 있으며 향후 구매의향이 있는 가구가 70%에 달하는 것으로 나타났다.

표 1-35. 인터넷을 통한 식품구매실태와 전망

단위: %

인터넷 구매실태	비율	향후 인터넷 구매 의사	비율
전혀 없다	58.1	구매의향 없다	30.5
가끔 한다	37.6	가끔 하겠다	61.0
자주 한다	4.2	자주 하겠다	8.5
계	100.0	계	100.0

자료: 한국농촌경제연구원. 수도권 518 가구 소비행태조사 결과, 2002

### 3) 다양한 형태의 농산물에 대한 수요 지속적 증대

소비자들의 식품소비의 다양성 추구 욕구가 강해지면서 지금까지 소비해 보지 못한 외국산 고급채소나 과일의 수요가 크게 늘어날 전망이다. 예를 들면 신선 스위트체리(sweet cherry), 퀴리플라워(cauliflower), 아스파라가스(asparagus) 등 고급수입농산물의 수요증대가 예상된다. 또한 다양한 맛과 형태를 갖춘 농산물에 대한 수요가 증가할 전망이다. 또한 껍질째 먹는 포도, 당도 높은 포도 및 고구마 등에 대한 수요도 크게 증가할 것이다.

### 4) 학교급식 확대 등에 따른 외식소비 증가 지속

정부지원 학교급식의 확대, 식생활의 서구화 및 간편화 심화로 가정 내 식품소비는 감소하는 반면 외식소비 증대는 더욱 가속화될 전망이다.

### 5) 고급농산물에 대한 수요 지속적 증대

육류소비 행태조사결과에 의하면 소득수준이 높을수록 냉장육에 대한 선호가 증가하는 것으로 나타나 향후 소득 증가 추세를 가정할 경우 냉장육에 대한 선호가 더욱 증가할 것으로 전망된다.

또한 육질이 연하고 맛 좋은 한우쇠고기나 토종돼지고기 등 고급육류, 국내산 농산물 원료로 가공한 전통식품, 밥 맛 좋은 브랜드 쌀 등 고급농산물에 대한 수요는 지속적으로 증가할 것이다. 현재 딸기, 복숭아, 매실 등 일부 예냉 처리되는 고급농산물의 수요도 크게 증가할 전망이다. 또한 영양이 풍부한 브로콜리, 칼리폴라워, 아보카도, 아스파라가스 등 고급 서양채소에 대한 수요도 크게 증가할 것이다.

#### 6) 건강 지향적 식생활 추구 경향 심화

소비자들의 안전한 농산물에 대한 선호가 크게 높아질 것으로 보여 향후 소비자들의 친환경농산물에 대한 수요가 크게 증가할 것으로 전망된다.

장래 유기농산물 구입계획에 대한 설문조사 결과 구입경험이 있는 응답자의 65.6%, 구입경험이 없는 소비자의 85.9%가 구입을 증가시키겠다고 답하여 향후 유기농산물에 대한 수요가 크게 증가할 것으로 전망되었다.

표 1-36. 장래 유기농산물 구입계획

구분	구입경험 있는 소비자		구입경험 없는 소비자		전체소비자	
	응답자수	구성비(%)	응답자수	구성비(%)	응답자수	구성비(%)
대폭증가	35	22.3	19	24.4	54	23.0
소폭증가	68	43.3	48	61.5	116	49.4
현 수준 유지	49	31.2	8	10.3	57	24.3
소폭감소	4	2.5	0	0	4	1.7
대폭감소	0	0	0	0	0	0
구입치 않음	1	0.6	3	3.8	4	1.7
전체	157	100.0	78	100.0	235	100.0

자료: 윤석원외. 「유기농산물 생산·소비·유통·제도에 관한 연구」 p168, 1999

## 제2절 농산물 소비행태 조사

### 1. 조사대상자의 일반사항

#### 가. 조사대상자의 나이 및 체위

조사대상자의 평균나이와 체위에 관련된 사항은 다음 표와 같다. 조사대상자의 평균나이는 42.2세였으며, 키는 160.1cm, 체중은 56.4kg 및 BMI는 22.0kg/m<sup>2</sup>으로 정상 범위에 속하였다.

표 2-1. 조사대상자의 나이 및 체위

	평균
나이(세)	42.2 ± 9.7 <sup>1)</sup>
키(cm)	160.1 ± 5.1
몸무게(kg)	56.4 ± 6.9
BMI(kg/m <sup>2</sup> )	22.0 ± 2.5

1) Mean ± SD

#### 나. 조사대상자의 조사시기별 월 평균 소득

조사시기에 따른 조사대상자들의 월평균 소득은 다음 표와 같다. 전체적으로 보았을 때 150만원 ~ 300만원 사이가 42.1%, 300만원 ~ 450만원 사이가 31.2%로 대부분을 차지하였다. 계절에 따라 가족 내 월평균소득을 보면 봄, 가을, 겨울은 조사대상자 간에 차이가 없었으나 여름철의 경우 150만원 ~ 300만원 30.8%로 다른 계절에 비해 낮았으나, 450만원 ~ 600만원 18.7%, 600만원 이상 13.7%로 높게 나타나 계절에 따라 조사대상자의 평균 소득에 유의적인 차이가 있는 것으로 조사되었다.



표 2-2. 조사시기별 월 평균 소득

N(%)

구분	봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
150만원 미만	22(7.9)	8(4.4)	17(7.5)	16(7.0)	63(6.9)	F=40.779 P=0.0003*
150~300만원	133(48.0)	56(30.8)	95(41.9)	101(44.3)	385(42.1)	
300~450만원	84(30.3)	59(32.4)	71(31.3)	71(31.1)	285(31.2)	
450~600만원	25(9.0)	34(18.7)	30(13.2)	26(11.4)	115(12.6)	
600만원 이상	13(4.7)	25(13.7)	14(6.2)	14(6.1)	66(7.2)	
계	277(30.3)	182(19.9)	227(24.8)	228(25.0)	914(100.0)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

다. 조사대상자의 조사시기별 가족 형태 및 가족 총수

조사대상자의 가족 형태는 주로 부부와 자녀로 이루어진 형태로 모든 계절에서 75%이상을 차지하였으며, 평균 가족 수는 3.9명이었고, 계절별로 보았을 때 봄, 여름, 가을은 4.0명, 겨울은 3.8명이었다.

표 2-3. 조사대상자의 조사시기별 가족 형태 및 총 가족 수

N(%)

	봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
부부와 자녀	209(75.7)	144(79.1)	191(83.4)	175(78.8)	719(79.1)	F=16.919 P=0.153
대가족(부모, 부부, 자녀)	30(10.9)	22(12.1)	25(10.9)	20(9.0)	97(10.7)	
부부	13(4.7)	8(4.4)	5(10.5)	13(5.9)	40(4.4)	
기타	24(8.7)	8(4.4)	7(3.1)	14(6.3)	2(0.2)	
계	276(30.4)	182(20.0)	229(25.2)	222(24.4)	909(100.0)	
가족총수	4.0±1.1 <sup>1)</sup>	4.0±1.0	4.0±0.9	3.8±1.1	3.9±1.0	

1) Mean±SD

라. 조사대상자의 조사시기별 본인과 남편의 학력 및 직업

조사시기별로 본인 및 남편의 학력 및 직업은 다음 표에 제시하였다. 전체 조사대상자(주부)의 학력을 보면 고등학교 졸업이 53.8%로 가장 많았고 그 다음이 대졸 34.5%였다. 계절별로 보았을 때도 봄, 가을, 겨울의 경우 고등학교 졸업이 52% 이상으로 가장 높은 빈도를 보인 반면 여름은 고등학교 졸업 41.5%, 대학교 졸업 47.7%로

대학교 졸업이 다른 계절에 비해 유의적으로 높았다.

주부의 직업을 보았을 때 전체적으로 주부가 58.8%로 가장 높았고 그 다음이 서비스업 및 상업 11.8%, 일반사무직 8.6%, 전문직 종사자 7.1%의 순이었다. 계절별로 보면 모든 계절에서 주부의 비율이 가장 높았으나 봄철은 48.9%로 다른 계절에 비해 10% 정도 낮았고, 서비스업 및 상업 종사자는 봄과 여름이 13.9%와 13.8%로 주부 다음으로 높아 계절별로 주부의 직업에 유의적인 차이를 보였다.

남편의 학력을 보면 전체적으로 대학교 졸업이 53.1%로 과반수 이상이었고 그다음 이 고등학교 졸업(38.6%), 대학원졸업 이상 순으로 나타났다. 계절별로 보면 여름, 가을 및 겨울은 대학교 졸업, 고등학교 졸업 순으로 나타난 반면 봄철은 고등학교 졸업 46.2%, 대학교 졸업 43.9%로 조사되어 계절 간에 유의적인 차이를 보였다.

남편의 직업을 보면 전체적으로 일반사무직 및 공무원이 29.7%, 개인 자영업 28.9%, 전문직 종사자 17.8% 순으로 나타났다. 계절별로 보면 봄과 가을은 개인자영업, 일반사무직 및 공무원 순으로 조사된 반면 여름은 일반 사무직 및 공무원(28.8%), 전문직 종사(25.3%), 개인 자영업(24.1) 순이었고, 겨울은 일반사무직(33.8%), 개인 자영업(26.9%) 순이었다.

#### 마. 조사대상자의 조사시기별 주택 형태

전체 조사대상자의 주거형태는 아파트 58.5%, 빌라, 연립, 다세대주택 23.1%, 단독주택 16.3%순 이었다. 계절별로 보았을 때도 '아파트', '단독주택', '빌라, 연립, 다세대 주택'의 순으로 조사되어 조사대상자의 주거형태는 계절 간에 차이가 없었다.

## 2. 농산물별 구입처 조사

### 가. 계절별 농산물 구입처

농산물의 구입 장소는 다음 표와 같이 주로 대형할인점이나 대형슈퍼마켓을 이용하는 비율이 가장 많았고 그 다음이 재래시장과 일반 동네 슈퍼마켓인 것으로 조사되었다. 그 외 인터넷, 홈쇼핑을 통해서 구입한다고 응답한 비율은 1% 이하로 아주 낮은 응답을 하였고, 기타의 경우 농산식품에 따라 차이가 있으나 직거래와 비슷한 비율로 조사되었다. 기타의 경우를 보면 친척집에서 보내온 것이나 주말 농장과 같은 형태를 통하여 획득한다고 주로 응답하였다.

각 식품별로 보면 쌀은 대형할인점, 대형슈퍼마켓 48.9%, 동네슈퍼마켓 14.5%, 기타 12.1%, 직거래 11.4% 순이었다. 계절별로 보면 모든 계절에서 대형할인점 및 대형슈퍼마켓에서 구입한다고 응답한 비율이 가장 높았고 그다음으로 높은 비율을 보이는 구입 장소로 봄철은 직거래, 여름과 겨울은 동네슈퍼마켓, 가을은 기타인 것으로 나타났다.

쌀 외 곡류는 대형할인점, 대형슈퍼마켓 59.5%, 동네슈퍼마켓 13.3%, 재래시장 9.3% 순으로 조사되었고, 계절별로 보았을 때도 대형슈퍼마켓, 동네슈퍼마켓, 재래시장의 순이었다.

서류는 대형할인점, 대형슈퍼마켓 45.2%, 재래시장 22.9%, 동네슈퍼마켓 16.5% 순으로 조사되었고, 계절별로 보았을 때 봄, 여름, 가을은 대형슈퍼마켓, 재래시장, 동네슈퍼마켓의 순이었으나 겨울은 대형슈퍼마켓, 동네슈퍼마켓, 재래시장 순이었다.

두류는 대형할인점, 대형슈퍼마켓 50.2%, 재래시장 18.3%, 동네슈퍼마켓 14.3% 순으로 조사되었으며, 계절로 보았을 때 봄, 여름, 가을, 겨울 모두 대형슈퍼마켓에서 구입한다고 응답한 비율이 가장 높았으며, 그 외 봄철은 재래시장에서 구입한다고 응답한 비율이 26.5%로 조사되어 다른 계절에 비해 유의적으로 높은 비율을 차지하였다.

견과류는 대형할인점 및 대형슈퍼마켓 51.5%, 재래시장 27.2% 순으로 조사되었고, 계절별로 보았을 때 여름철인 경우 대형할인점 및 대형슈퍼마켓이 59.8%로 다른 계절에 비해 가장 높았고, 재래시장에서 구입하는 경우는 봄철이 37.2%로 여름, 가을 및 겨울에 유의적으로 높았다.

종실류 역시 대형할인점 및 대형슈퍼마켓, 재래시장, 동네슈퍼마켓, 직거래 순으로 조사되었으며 계절별로 보았을 때 봄철은 대형할인점 및 대형슈퍼마켓 33.0%, 재

래시장 30.0%, 직거래 순이었다. 이에 비해 여름, 가을, 겨울은 대형할인점 및 대형슈퍼마켓, 재래시장 및 동네슈퍼마켓 순으로 조사되어 종실류의 구입처가 계절에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다.

엽근채류의 구매장소는 대형할인점 및 대형슈퍼마켓, 재래시장, 동네슈퍼마켓, 직거래 순으로 조사되었으며 계절별로 보았을 때 봄철은 대형할인점 및 대형슈퍼마켓과 재래시장을 이용하는 비율이 비슷하였으며, 여름철은 동네슈퍼마켓을 이용한다고 응답한 비율이 높았고, 가을과 겨울은 주로 대형할인점 및 대형슈퍼마켓에서 구입한다고 응답한 비율이 높아 계절에 따라 엽근채류의 구매장소에 차이가 있는 것으로 나타났다.

조미채소류의 구매장소로 대형할인점 및 대형슈퍼마켓, 재래시장, 동네슈퍼마켓, 직거래 순으로 조사되었으며 대형할인점 및 대형슈퍼마켓을 이용하는 비율이 높은 계절은 겨울(46.7%)이었고, 재래시장은 봄(32.6%)에 이용하는 빈도가 높은 것으로 조사되어 계절에 따라 조미채소류의 구입처에 차이가 있었다.

과채류의 구매장소는 대형할인점 및 대형슈퍼마켓이 45.5%, 동네슈퍼마켓 20.1%, 재래시장 17.9%, 동네가게의 순이었으며 계절별로 보았을 때 대형할인점 및 대형슈퍼마켓은 겨울에 54.4%로 조사되어 주로 겨울철에는 대형마켓에서 구입한다고 응답한 비율이 높았으나 그 외 재래시장은 봄철에 동네슈퍼마켓은 여름에 이용하는 비율이 높은 것으로 조사되어 계절에 따라 과채류의 구입장소에 차이가 있었다.

과일류의 경우 과채류와 같은 경향을 보였으며, 계절에 따른 구입장소 역시 과채류와 같은 양상을 보여 대형할인점 및 대형슈퍼마켓은 겨울에, 재래시장은 봄, 동네슈퍼마켓은 여름철에 주로 이용하는 것으로 조사되었다.

수산물의 주 구매장소는 대형할인점 및 대형슈퍼마켓 48.7%, 재래시장 26.8%, 동네슈퍼마켓 14.7% 순이었다. 계절별로 보았을 때 봄, 여름, 가을, 겨울 모두 대형할인점 및 대형슈퍼마켓, 재래시장, 동네슈퍼마켓의 순으로 조사되어 계절에 따라 수산물의 구매 장소에 유의적인 차이가 없었다.

축산물, 우유 및 유제품, 유지류의 구매장소로 대형할인점 및 대형슈퍼마켓, 동네슈퍼마켓 순이었으며, 계절별로 보았을 때 이들 식품의 구매 장소에 계절 간에 차이가 없었다.

표 2-4. 농산물 구입처

N(%)

식품군	재래시장	대형할인점 대형슈퍼마켓	일반동네 슈퍼마켓	동네가게	직거래	인터넷	홈쇼핑	기타
쌀	35(3.8)	450(48.9)	133(14.5)	79(8.6)	105(11.4)	4(0.4)	3(0.3)	111(12.1)
쌀 이외의 곡류	85(9.3)	543(59.5)	121(13.3)	59(6.5)	52(5.7)	4(0.4)	5(0.6)	43(4.7)
서류(고구마, 감자 등)	211(22.9)	419(45.2)	152(16.5)	52(5.7)	45(4.9)	2(0.2)	0(0.0)	42(4.6)
두류(콩, 팥 등)	165(18.3)	453(50.2)	129(14.3)	47(5.2)	54(6.0)	2(0.2)	1(0.1)	52(5.8)
견과류(밤, 잣 등)	243(27.2)	459(51.5)	107(12.0)	26(2.9)	28(3.1)	2(0.2)	1(0.1)	26(2.9)
종실류(참깨 등)	203(22.7)	362(40.4)	107(11.9)	37(4.1)	92(10.3)	2(0.2)	1(0.1)	92(10.3)
엽근채류(배추, 무, 상추, 당근)	234(25.6)	379(41.4)	181(19.8)	71(7.8)	22(2.4)	3(0.3)	1(0.1)	25(2.7)
조미채소류(고추, 마늘, 양파, 대파)	231(25.1)	355(38.6)	180(19.6)	65(7.1)	49(5.3)	1(0.1)	1(0.1)	37(4.0)
과채류(수박, 참외, 오이, 딸기 등)	164(17.9)	416(45.5)	184(20.1)	127(13.9)	16(1.8)	1(0.1)	1(0.1)	6(0.7)
과일류(사과, 배, 단감, 포도, 감귤, 복숭아)	167(18.3)	401(43.9)	182(19.9)	131(14.4)	22(2.4)	0(0.0)	1(0.1)	9(1.0)
수산물(고등어, 갈치 등)	245(26.8)	446(48.7)	135(14.7)	45(4.9)	27(3.0)	0(0.0)	7(0.8)	11(1.2)
축산물(쇠고기, 닭, 돼지고기, 달걀 등)	87(9.5)	547(59.6)	166(18.1)	98(10.7)	11(1.2)	1(0.1)	1(0.1)	7(0.8)
우유 및 유제품	9(1.0)	454(49.4)	353(38.4)	46(5.0)	21(2.3)	2(0.2)	1(0.1)	34(3.7)
유지류	21(2.4)	524(58.8)	296(33.2)	30(3.4)	7(0.8)	0(0.0)	1(0.1)	12(1.4)

표 2-5. 계절에 따른 농산물 구입처 비교

N(%)

		재래시장	대형할인점 대형슈퍼마켓	일반동네 슈퍼마켓	동네가게	직거래	인터넷	홈쇼핑	기타	$\chi^2$
쌀	봄	12(4.3)	120(43.2)	41(14.8)	28(10.1)	46(16.6)	1(0.4)	0(0.0)	30(10.8)	F=32.316 P=0.054
	여름	5(2.8)	95(51.9)	34(18.6)	13(7.1)	9(4.9)	1(0.6)	2(1.1)	24(13.1)	
	가을	8(3.5)	112(48.9)	27(11.8)	22(9.6)	25(10.9)	2(0.9)	0(0.0)	33(14.4)	
	겨울	10(4.4)	123(53.5)	31(13.5)	16(7.0)	25(10.9)	0(0.0)	1(0.4)	24(10.4)	
쌀 외 곡류	봄	37(13.6)	149(54.6)	37(13.6)	17(6.2)	19(7.0)	2(0.7)	2(0.7)	10(3.7)	F=23.096 P=0.340
	여름	14(7.8)	110(60.4)	30(16.5)	11(6.0)	5(2.8)	1(0.6)	1(0.6)	10(5.5)	
	가을	20(8.7)	138(60.0)	28(12.2)	19(8.3)	12(5.2)	1(0.4)	0(0.0)	12(5.2)	
	겨울	14(6.2)	146(64.3)	26(11.5)	12(5.3)	16(7.1)	0(0.0)	2(0.9)	11(4.9)	
서류 (고구마, 감자 등)	봄	78(28.2)	112(40.4)	46(16.6)	17(6.1)	16(5.8)	1(0.4)	0(0.0)	7(2.5)	F=23.218 P=0.182
	여름	39(21.7)	82(45.1)	34(18.7)	11(6.0)	5(2.8)	0(0.0)	0(0.0)	11(6.0)	
	가을	56(24.2)	108(46.8)	29(12.6)	15(6.5)	11(4.8)	0(0.0)	0(0.0)	12(5.2)	
	겨울	38(16.5)	114(49.6)	43(18.7)	9(3.9)	13(5.7)	1(0.4)	0(0.0)	12(5.2)	
두류 (콩, 팥 등)	봄	72(26.5)	119(43.8)	31(11.4)	18(6.6)	20(7.4)	1(0.4)	0(0.0)	11(4.0)	F=38.281 P=0.012*
	여름	31(17.3)	92(51.4)	31(17.3)	5(2.8)	5(2.8)	1(0.6)	1(0.6)	13(7.3)	
	가을	35(15.5)	119(52.7)	34(15.0)	12(5.3)	13(5.8)	0(0.0)	0(0.0)	13(5.8)	
	겨울	27(12.0)	123(54.4)	33(14.6)	12(5.3)	16(7.1)	0(0.0)	0(0.0)	15(6.6)	

(계속)

N(%)

		재래시장	대형할인점 대형슈퍼마켓	일반동네 슈퍼마켓	동네가게	직거래	인터넷	홈쇼핑	기타	$\chi^2$
견과류 (밤, 잣 등)	봄	100(37.2)	115(42.8)	28(10.4)	8(3.0)	13(4.8)	0(0.0)	0(0.0)	5(1.9)	F=37.161 P=0.016*
	여름	37(20.7)	107(59.8)	22(12.3)	2(1.1)	3(1.7)	0(0.0)	1(0.6)	7(3.9)	
	가을	56(25.1)	115(51.6)	29(13.0)	8(3.6)	7(3.1)	1(0.5)	0(0.0)	7(3.1)	
	겨울	50(22.6)	122(55.2)	28(12.7)	8(3.6)	5(2.3)	1(0.5)	0(0.0)	7(3.2)	
종실류 (참깨 등)	봄	80(30.0)	88(33.0)	23(8.6)	14(5.2)	38(14.2)	1(0.4)	0(0.0)	23(8.6)	F=42.807 P=0.003*
	여름	39(21.7)	80(44.4)	23(12.8)	5(2.8)	10(5.6)	1(0.6)	1(0.6)	21(11.7)	
	가을	48(21.2)	86(38.1)	34(15.0)	9(4.0)	20(8.9)	0(0.0)	0(0.0)	29(12.8)	
	겨울	36(16.1)	108(48.4)	27(12.1)	9(4.0)	24(10.8)	0(0.0)	0(0.0)	19(8.5)	
엽근채류 (배추, 무, 상추, 당근)	봄	98(35.5)	99(35.9)	49(17.8)	20(7.3)	4(1.5)	1(0.4)	0(0.0)	5(1.8)	F=38.865 P=0.010*
	여름	41(22.5)	70(38.5)	49(26.9)	12(6.6)	3(1.7)	1(0.6)	1(0.6)	5(2.8)	
	가을	52(22.7)	99(43.2)	44(19.2)	19(8.3)	6(2.6)	1(0.4)	0(0.0)	8(3.5)	
	겨울	43(18.8)	111(48.5)	39(17.0)	20(8.7)	9(3.9)	0(0.0)	0(0.0)	7(3.1)	
조미채소류 (고추, 마늘, 양파, 대파, 생강 등)	봄	90(32.6)	91(33.0)	58(21.0)	16(5.8)	14(5.1)	0(0.0)	0(0.0)	7(2.5)	F=38.411 P=0.012*
	여름	45(24.6)	70(38.3)	36(19.7)	16(8.7)	8(4.4)	0(0.0)	1(0.6)	7(3.8)	
	가을	58(25.1)	87(37.7)	48(20.8)	19(8.2)	8(3.5)	1(0.4)	0(0.0)	10(4.3)	
	겨울	38(16.6)	107(46.7)	38(16.6)	14(6.1)	19(8.3)	0(0.0)	0(0.0)	13(5.7)	

(계속)

N(%)

		재래시장	대형할인점 대형슈퍼마켓	일반동네 슈퍼마켓	동네가게	직거래	인터넷	홈쇼핑	기타	x <sup>2</sup>
과채류 (수박, 참외, 오이, 딸기 등)	봄	72(26.0)	110(39.7)	45(16.3)	44(15.9)	5(1.8)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.4)	F=46.531 P=0.001*
	여름	33(18.0)	69(37.7)	52(28.4)	24(13.1)	2(1.1)	0(0.0)	1(0.6)	2(1.1)	
	가을	33(14.4)	114(49.8)	46(20.1)	32(14.0)	3(1.3)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.4)	
	겨울	26(11.5)	123(54.4)	41(18.1)	27(12.0)	6(2.7)	1(0.4)	0(0.0)	2(0.9)	
과일류 (사과, 배, 단감, 포도, 감귤, 복숭아)	봄	69(25.3)	106(38.8)	45(16.5)	45(16.5)	6(2.2)	0(0.0)	0(0.0)	2(0.7)	F=36.006 P=0.007*
	여름	36(19.8)	68(37.4)	49(26.9)	23(12.6)	3(1.7)	0(0.0)	1(0.6)	2(1.1)	
	가을	32(13.9)	110(47.6)	48(20.8)	34(14.7)	6(2.6)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.4)	
	겨울	30(13.2)	117(51.5)	40(17.6)	29(12.8)	7(3.1)	0(0.0)	0(0.0)	4(1.8)	
수산물 (고등어, 갈치 등)	봄	99(36.0)	116(42.2)	34(12.4)	13(4.7)	8(2.9)	0(0.0)	2(0.7)	3(1.1)	F=28.023 P=0.062
	여름	44(24.2)	90(49.5)	36(19.8)	6(3.3)	3(1.7)	0(0.0)	1(0.6)	2(1.1)	
	가을	55(23.8)	116(50.2)	36(15.6)	12(5.2)	6(2.6)	0(0.0)	3(1.3)	3(1.3)	
	겨울	47(20.6)	124(54.4)	29(12.7)	14(6.1)	10(4.4)	0(0.0)	1(0.4)	3(1.3)	
축산물 (쇠고기, 닭, 돼지고기, 달걀 등)	봄	35(12.6)	149(53.6)	50(18.0)	38(13.7)	4(1.4)	1(0.4)	0(0.0)	1(0.4)	F=30.146 P=0.089
	여름	15(8.4)	111(61.3)	41(22.7)	11(6.1)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.6)	2(1.1)	
	가을	16(7.0)	137(59.6)	42(18.3)	30(13.0)	3(1.3)	0(0.0)	0(0.0)	2(0.9)	
	겨울	21(9.2)	150(65.5)	33(14.4)	19(8.3)	4(1.8)	0(0.0)	0(0.0)	2(0.9)	

(계속)



N(%)

		재래시장	대형할인점 대형슈퍼마켓	일반동네 슈퍼마켓	동네가게	직거래	인터넷	홈쇼핑	기타	x <sup>2</sup>
우유 및 유제품	봄	1(0.4)	142(51.1)	109(39.2)	12(4.3)	6(2.2)	0(0.0)	0(0.0)	8(2.9)	F=22.838 P=0.353
	여름	2(1.1)	77(42.1)	82(44.8)	9(4.9)	6(3.2)	0(0.0)	1(0.6)	6(3.3)	
	가을	2(0.9)	111(48.5)	92(40.2)	11(4.8)	5(2.2)	1(0.4)	0(0.0)	7(3.1)	
	겨울	4(1.7)	124(53.9)	70(30.4)	14(6.1)	4(1.7)	1(0.4)	0(0.0)	13(5.7)	
유지류	봄	7(2.6)	156(58.0)	92(34.2)	9(3.4)	2(0.7)	0(0.0)	0(0.0)	3(1.1)	F=21.089 P=0.275
	여름	5(2.8)	98(55.4)	67(37.9)	5(2.8)	1(0.6)	0(0.0)	1(0.6)	0(0.0)	
	가을	5(2.2)	120(53.8)	81(36.3)	9(4.0)	2(0.9)	0(0.0)	0(0.0)	6(2.7)	
	겨울	4(1.8)	150(67.6)	56(25.2)	7(3.2)	2(0.9)	0(0.0)	0(0.0)	3(1.4)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

## 나. 사회경제적 수준에 따른 농산물 구입처

쌀, 쌀 외 곡류, 서류, 두류, 견과류, 종실류, 엽근채류, 조미채소류, 과채류, 과일류, 수산물, 축산물 및 유지류의 구입 장소는 사회경제적 수준에 따라 차이가 있는 것으로 조사되었다. 쌀류의 경우 상류층에서는 대형할인점 및 대형슈퍼마켓에서 구입하는 비율이 66.7%로 가장 높은 반면 하류층은 대형할인점 및 대형슈퍼마켓 39.3%로 상류층에 비해 대형마트에서 구입하는 비율이 낮은 반면 동네 슈퍼마켓, 직거래를 이용한다는 비율이 높았다. 쌀 외 곡류의 경우 대형할인점 및 대형슈퍼마켓에서 구입한다고 응답한 비율이 50% 이상으로 높았으나, 하류층의 경우 재래시장과 동네슈퍼마켓을 이용한다고 응답이 각각 13.9%로 상류층과 중류층에 비해 이용비율이 높았다.

서류의 경우 상류층은 대형할인점 및 대형슈퍼마켓, 중류층과 하류층은 대형할인점 및 대형슈퍼마켓, 재래시장, 동네슈퍼마켓의 순이었으며, 중류층과 하류층의 경우 대형할인점 및 대형슈퍼마켓을 이용하는 비율이 상류층에 비해 낮았으나, 재래시장을 이용하는 비율이 상류층에 비해 높았다.

두류, 엽근채류, 조미채소류, 과채류 및 과일류, 수산물, 견과류 및 종실류의 경우 상류층에서는 대형할인점 및 대형슈퍼마켓을 이용하는 비율이 중류층과 하류층에 비해 높은 반면, 재래시장을 이용하는 비율은 낮았다. 이에 비해 하류층의 경우 상류층에 비해 재래시장이나 동네 슈퍼마켓을 이용하는 경우가 많았다.

축산물, 우유 및 유제품, 유지류의 경우는 사회경제적 수준에 상관없이 대형할인점 및 대형슈퍼마켓을 이용하는 비율이 높았으며, 그 다음이 동네슈퍼마켓, 동네가게의 순이었다. 그러나 상류층에 비해 하류층일수록 대형할인점 및 대형슈퍼마켓을 이용한 경우는 감소한 반면 동네슈퍼마켓을 이용하는 비율은 증가하였다.

표 2-6. 사회경제적 수준에 따른 농산물 구입처 비교

N(%)

		재래시장	대형할인점 대형슈퍼마켓	일반동네 슈퍼마켓	동네가게	직거래	인터넷	홈쇼핑	기타	$\chi^2$
쌀	상	3(1.6)	128(66.7)	23(12.0)	8(4.2)	9(4.7)	2(1.0)	0(0.0)	19(9.9)	F=48.398 P=0.0001*
	중	17(4.5)	166(44.0)	56(14.9)	38(10.1)	49(13.0)	1(0.3)	2(0.5)	48(12.7)	
	하	6(3.1)	75(39.3)	33(17.3)	22(11.5)	32(16.8)	0(0.0)	0(0.0)	23(12.0)	
쌀외 곡류	상	11(5.8)	134(70.5)	22(11.6)	7(3.7)	5(2.6)	1(0.5)	1(0.5)	9(4.7)	F=21.045 P=0.101
	중	36(9.6)	216(57.5)	47(12.5)	28(4.5)	25(6.7)	2(0.5)	3(0.8)	19(5.1)	
	하	26(13.9)	99(52.9)	26(13.9)	15(8.0)	12(6.4)	0(0.0)	1(0.5)	8(4.3)	
서류 (고구마, 감자 등)	상	17(8.9)	121(63.0)	34(17.7)	5(2.6)	9(4.7)	0(0.0)	0(0.0)	6(3.1)	F=46.765 P=0.0001*
	중	101(26.7)	163(43.1)	59(15.6)	25(6.6)	15(4.0)	1(0.3)	0(0.0)	14(3.7)	
	하	55(29.0)	69(36.3)	32(16.8)	12(6.3)	11(5.8)	0(0.0)	0(0.0)	11(5.8)	
두류 (콩, 팥 등)	상	14(7.4)	121(64.0)	25(13.2)	4(2.1)	9(4.8)	0(0.0)	0(0.0)	16(8.5)	F=46.092 P=0.0001*
	중	70(18.9)	187(50.5)	54(14.6)	24(6.5)	17(4.6)	1(0.3)	1(0.3)	16(4.3)	
	하	53(28.7)	73(39.5)	28(15.1)	10(5.4)	12(6.5)	0(0.0)	0(0.0)	9(4.9)	
견과류 (밤, 잣 등)	상	19(10.3)	131(70.8)	18(9.7)	3(1.6)	7(3.8)	1(0.5)	0(0.0)	6(3.2)	F=51.805 P=0.0001*
	중	110(29.7)	180(48.7)	44(11.9)	12(3.2)	11(3.0)	1(0.3)	1(0.3)	11(3.0)	
	하	66(36.7)	70(38.9)	24(13.3)	7(3.9)	8(4.4)	0(0.0)	0(0.0)	5(2.8)	

(계속)

N(%)

		재래시장	대형할인점 대형슈퍼마켓	일반동네 슈퍼마켓	동네가게	직거래	인터넷	홈쇼핑	기타	x <sup>2</sup>
종실류 (참깨 등)	상	27(14.4)	103(54.8)	24(12.8)	2(1.1)	14(7.5)	0(0.0)	0(0.0)	18(9.6)	F=39.423 P=0.0003*
	중	89(24.6)	138(38.1)	42(11.6)	19(5.3)	36(9.9)	1(0.3)	1(0.3)	36(9.9)	
	하	55(29.6)	51(27.4)	25(13.4)	10(5.4)	24(12.9)	0(0.0)	0(0.0)	21(11.3)	
엽근채류 (배추, 무, 상추, 당근)	상	16(8.4)	109(57.1)	41(21.5)	16(8.4)	6(3.1)	0(0.0)	0(0.0)	3(1.6)	F=48.207 P=0.0001*
	중	114(30.3)	148(39.4)	71(18.9)	28(4.5)	6(1.6)	1(0.3)	1(0.3)	7(1.9)	
	하	61(32.1)	64(33.7)	40(21.1)	13(6.8)	6(3.2)	1(0.5)	0(0.0)	5(2.6)	
조미채소류 (고추, 마늘, 양파, 대파, 생강 등)	상	18(9.4)	101(52.9)	41(21.5)	13(6.8)	10(5.2)	0(0.0)	0(0.0)	8(4.2)	F=51.297 P=0.0001*
	중	103(27.3)	136(36.1)	69(18.3)	29(4.7)	21(5.6)	0(0.0)	1(0.3)	18(4.8)	
	하	68(35.6)	53(29.3)	42(22.0)	9(4.7)	10(5.2)	1(0.5)	0(0.0)	5(2.6)	
과채류 (수박, 참외, 오이, 딸기 등)	상	11(5.8)	106(55.5)	45(23.6)	25(13.1)	3(1.6)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	F=33.864 P=0.001*
	중	78(20.9)	173(46.4)	63(16.9)	49(13.1)	6(1.6)	0(0.0)	1(0.3)	3(0.8)	
	하	46(24.0)	74(38.5)	43(22.4)	25(13.0)	4(2.1)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
과일류 (사과, 배, 단감, 포도, 감귤, 복숭아)	상	10(5.2)	107(56.0)	42(22.0)	25(13.1)	4(2.1)	0(0.0)	0(0.0)	3(1.6)	F=39.208 P=0.0001*
	중	82(21.8)	162(43.1)	64(17.0)	54(14.4)	9(2.4)	0(0.0)	1(0.3)	4(1.1)	
	하	43(23.1)	68(36.6)	44(23.7)	25(13.4)	6(3.2)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	

(계속)

N(%)

		재래시장	대형할인점 대형슈퍼마켓	일반동네 슈퍼마켓	동네가게	직거래	인터넷	홈쇼핑	기타	x <sup>2</sup>
수산물 (고등어, 갈치 등)	상	17(8.9)	126(66.0)	27(14.1)	10(5.2)	6(3.1)	0(0.0)	1(0.5)	4(2.1)	F=52.193 P=0.0001*
	중	118(31.5)	164(43.7)	57(15.2)	19(5.1)	9(2.4)	0(0.0)	3(0.8)	5(1.3)	
	하	70(36.7)	75(39.3)	29(15.2)	9(4.7)	6(3.1)	0(0.0)	1(0.5)	1(0.5)	
축산물 (쇠고기, 닭, 돼지고기, 달걀 등)	상	4(2.1)	135(70.7)	30(15.7)	15(7.9)	3(1.6)	0(0.0)	0(0.0)	4(2.1)	F=36.489 P=0.001*
	중	35(9.3)	224(59.4)	66(17.5)	45(11.9)	4(1.1)	0(0.0)	1(0.3)	2(0.5)	
	하	28(14.7)	94(49.5)	38(20.0)	25(13.2)	3(1.6)	1(0.5)	0(0.0)	1(0.5)	
우유 및 유제품	상	0(0.0)	103(53.7)	66(34.4)	5(2.6)	5(2.6)	1(0.5)	0(0.0)	12(6.3)	F=14.084 P=0.444
	중	4(1.1)	184(48.8)	144(38.2)	20(5.3)	10(2.7)	1(0.3)	1(0.3)	13(3.5)	
	하	3(1.6)	97(50.8)	72(37.7)	12(6.3)	3(1.6)	0(0.0)	0(0.0)	4(2.1)	
유지류	상	1(0.5)	128(69.2)	51(27.6)	3(1.6)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.1)	F=22.926 P=0.028*
	중	8(2.2)	209(57.4)	121(33.2)	16(4.4)	1(0.3)	0(0.0)	1(0.3)	8(2.2)	
	하	7(3.8)	98(53.6)	67(36.6)	7(3.8)	3(1.6)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.6)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

### 3. 농산물 이용 빈도

#### 가. 계절별로 농산물 이용 빈도

##### 1) 곡류군

쌀은 계절에 상관없이 매일 이용한다고 응답한 비율이 85%이상으로 조사되었으며, 그 이용빈도에 있어서도 계절 간에 차이가 없었다. 보리의 이용빈도를 보면 '안먹음'이 31.8%로 조사대상자의 1/3이 보리를 이용하지 않는 것으로 나타났고, 그 외 매일이 24.3%, 한달에 1~2회 21.2%로 조사되었다. 계절에 따라 보리의 이용빈도를 보았을 때 계절간에 차이가 없었다. 옥수수의 이용빈도는 안먹음 66.8%, 한달 1~2회 25.6%로 나타나 거의 이용하지 않은 식품이었다. 계절별로 보았을 때 봄, 가을, 겨울은 '안먹음'이 가장 높은 빈도를 차지하였으나, 여름철에는 한달 1~2회 43.6%, 안먹음 42.4%로 었으며, 일주일에 1~2회도 11.1%로 나타나 다른 계절에 비해 옥수수의 이용빈도가 높은 것으로 조사되어 계절에 따라 옥수수 이용빈도에 차이가 있었다.

수수, 조, 메밀의 이용빈도를 보면 '안먹음', '한달 1~2회'의 순이었으며, 계절에 따라 이용빈도에 차이가 없었다. 이외 기타곡류의 이용빈도를 보면 '2~3일에 한번', '한달에 1~2회', '안먹음' 순이었고, '한달에 1~2회', '안먹음'이 각각 26.7%, 26.2%로 나타나 계절에 따라 기타 곡류의 이용빈도에 차이가 있었다.

##### 2) 서류 및 두류군

서류 및 두류군의 계절별 이용 빈도는 다음과 같다. 감자류의 이용빈도를 보면 '주 1~2회', '한달 1~2회', '2~3일에 한 번'의 순이었고, '주 1~2회' 이용한다고 응답한 비율이 4계절 모두 높았다. 그 외 여름은 '2~3일에 한번', '한달에 1~2회'가 각각 25.3%, 24.7%였으나, 봄, 가을 및 겨울은 '한달에 1~2회' 이용한다고 응답한 비율이 38.5%, 30.6%, 37.0%로 나타나 계절에 따라 차이를 보였으며, 다른 계절에 비해 여름철에 감자의 이용빈도가 높았다.

고구마의 이용빈도는 감자와 유사한 양상을 보였으나 계절별로 보았을 때 4계절 모두 '한달에 1~2회' 이용하는 비율이 가장 높았다. 그 외 가을과 겨울은 '주 1~2회' 이용하는 비율이 30.9%, 26.9%인 반면 봄은 '안먹음'이 20.3%로 나타나 고구마의 이용빈도는 계절에 따라 차이가 있었으며, 고구마를 주로 이용하는 계절은 가을과 겨울이었다.

콩의 이용빈도는 ‘매일’, ‘2~3일에 한번’, ‘주 1~2회’, ‘한달 1~2회’ 순으로 콩류 중 이용빈도가 고루 분포되었다. 계절별로 보면 겨울이 ‘매일’ 32.0%, ‘2~3일에 한번’ 24.4%로 봄, 여름, 가을에 비해 그 이용빈도가 유의적으로 높았다. 팥과 녹두는 ‘안먹음’이 가장 높은 비율을 차지하였고, 그 다음이 ‘한달에 1~2회’로 나타나 이용빈도가 낮은 식품이었으며 계절에 따라 팥과 녹두의 이용빈도 역시 차이가 없었다. 기타 두류의 이용빈도를 보면 ‘안먹음’, ‘한달 1~2회’, ‘주 1~2회’ 순이었고, 계절별로 보았을 때 ‘주 1~2회’ 이용하는 경우가 봄, 여름, 가을에 비해 겨울이 21.6%로 높은 비율을 보여 다른 계절에 비해 겨울에 콩을 이용하는 빈도가 유의적으로 높았다.

### 3) 견과류 및 종실류군

밤과 은행의 이용빈도를 보면 계절에 따라 차이가 있는 것으로 조사되었는데 봄과 여름보다는 가을과 겨울에 이용빈도가 좀더 높은 것으로 나타났다. 밤은 ‘한달 1~2회’ 이용한다고 응답한 비율이 다음에 가장 높았으며 은행은 ‘한달 1~2회’ 이용하는 비율이 가을과 겨울이 비슷한 수준을 보였다, 그러나 은행은 ‘안먹음’의 비율이 높아 계절과 상관없이 조사대상자의 과반수 정도가 은행을 이용하지 않는 것으로 조사되었다.

참깨의 이용빈도 역시 계절에 따라 차이를 보였는데 다른 계절에 비해 여름철에 ‘매일’ 이용한다는 비율이 32.0%로 높았고, ‘2~3일에 한번’ 먹는다고 응답한 비율은 겨울이 높았다. ‘안먹음’은 봄철에 11.2%로 조사되어 다른 계절에 비해 참깨의 이용빈도가 낮은 계절은 봄인 것으로 나타났다. 그 외 호두, 잣, 도토리 모두 ‘안먹음’의 비율이 계절에 상관없이 50%를 상회하고 있어 이용빈도가 낮은 식품으로 나타났고 그 이용빈도 역시 계절에 따라 이용빈도에 차이가 없는 것으로 조사되었다. 들깨 역시 그 이용이 계절에 따라 차이가 없는 것으로 조사되었으며 참깨에 비해 이용빈도가 낮아 ‘한달 1~2회’와 ‘안먹음’이 각각 33.5%, 34.7%로 높은 비율을 차지하였다.

표 2-7. 곡류의 계절별 이용 빈도

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$x^2$
쌀	매일	237(85.3)	151(83.0)	198(86.5)	201(88.6)	787(85.9)	F=12.503 P=0.406
	2~3일에 한번	4(1.4)	2(1.1)	1(0.4)	3(1.3)	10(1.1)	
	주 1~2회	4(1.4)	0(0.0)	1(0.4)	0(0.0)	5(0.6)	
	한달 1~2회	31(11.2)	25(14.3)	28(2.2)	22(9.7)	107(11.7)	
	안먹음	2(0.7)	3(1.7)	1(0.4)	1(0.4)	7(0.8)	
보리	매일	56(20.6)	45(25.1)	56(25.2)	59(27.4)	216(24.3)	F=10.853 P=0.542
	2~3일에 한번	31(11.4)	16(8.9)	20(9.0)	28(13.0)	95(10.7)	
	주 1~2회	36(13.2)	24(13.4)	31(14.0)	16(7.4)	107(12.1)	
	한달 1~2회	63(23.2)	37(20.7)	43(19.4)	45(20.9)	188(21.2)	
	안먹음	86(31.6)	57(31.8)	72(32.4)	67(31.2)	282(31.8)	
옥수수	매일	5(1.9)	1(0.6)	1(0.5)	3(1.5)	10(1.2)	F=73.551 P=0.0001*
	2~3일에 한번	2(0.8)	4(2.3)	3(1.4)	3(1.5)	12(1.4)	
	주 1~2회	10(3.8)	19(11.1)	10(4.7)	5(2.4)	44(5.2)	
	한달 1~2회	49(18.6)	75(43.6)	59(27.4)	36(17.6)	219(25.6)	
	안먹음	197(74.9)	73(42.4)	142(66.1)	158(77.1)	570(66.8)	
수수	매일	24(9.0)	10(5.7)	13(6.2)	22(10.5)	69(8.0)	F=15.802 P=0.201
	2~3일에 한번	4(1.5)	3(1.7)	2(1.0)	7(3.4)	16(1.9)	
	주 1~2회	19(7.1)	6(3.4)	14(6.7)	10(4.8)	49(5.7)	
	한달 1~2회	47(17.6)	35(20.0)	28(13.4)	28(13.4)	138(16.1)	
	안먹음	173(64.8)	121(69.1)	152(72.7)	142(67.9)	588(68.4)	
조	매일	28(10.4)	10(5.9)	18(8.5)	25(12.1)	81(9.4)	F=18.528 P=0.101
	2~3일에 한번	4(1.5)	3(1.8)	8(3.8)	10(4.8)	25(2.9)	
	주 1~2회	23(8.6)	7(4.1)	18(8.5)	11(5.3)	59(6.9)	
	한달 1~2회	52(19.3)	38(22.2)	32(15.0)	39(18.8)	161(18.7)	
	안먹음	162(60.2)	113(66.1)	137(64.3)	122(58.9)	534(62.1)	
메밀	매일	1(0.4)	0(0.0)	0(0.0)	3(1.5)	4(0.5)	F=13.695 P=0.321
	2~3일에 한번	1(0.4)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	2(0.2)	
	주 1~2회	4(1.5)	5(3.0)	7(3.4)	3(1.5)	19(2.3)	
	한달 1~2회	50(18.9)	36(21.4)	30(14.6)	38(18.9)	154(18.3)	
	안먹음	209(78.9)	127(75.6)	169(82.0)	156(77.6)	661(78.7)	
기타 곡류	매일	19(8.3)	0(0.0)	36(19.3)	2(1.2)	57(7.6)	F=423.418 P=0.0001*
	2~3일에 한번	116(50.9)	164(100.0)	20(10.7)	166(98.8)	466(62.4)	
	주 1~2회	17(7.5)	0(0.0)	32(17.1)	0(0.0)	49(6.6)	
	한달 1~2회	38(16.7)	0(0.0)	50(26.7)	0(0.0)	88(11.8)	
	안먹음	38(16.7)	0(0.0)	49(26.2)	0(0.0)	87(11.7)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $x^2$ -test



표 2-8. 서류 및 두류의 계절별 이용 빈도

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
감자	매일	3(1.1)	1(0.6)	0(0.0)	0(0.0)	4(0.4)	F=26.446 P=0.009*
	2~3일에 한번	35(12.6)	46(25.3)	36(15.7)	42(18.5)	159(17.4)	
	주 1~2회	126(45.3)	88(48.4)	118(51.5)	97(42.7)	429(46.8)	
	한달 1~2회	107(38.5)	45(24.7)	70(30.6)	84(37.0)	306(31.4)	
	안먹음	7(2.5)	2(1.1)	5(2.2)	4(1.8)	18(2.0)	
고구마	매일	1(0.4)	0(0.0)	2(0.9)	1(0.5)	4(0.4)	F=64.006 P=0.0001*
	2~3일에 한번	6(2.2)	7(3.9)	15(6.5)	16(7.2)	44(4.9)	
	주 1~2회	29(10.7)	34(18.7)	71(30.9)	60(26.9)	194(21.4)	
	한달 1~2회	180(66.4)	115(63.2)	121(52.6)	132(59.2)	548(60.5)	
	안먹음	55(20.3)	26(14.3)	21(9.1)	14(6.3)	116(12.8)	
콩	매일	62(22.7)	51(28.0)	59(25.8)	72(32.0)	244(26.8)	F=21.348 P=0.046*
	2~3일에 한번	49(18.0)	32(17.6)	43(18.8)	55(24.4)	179(19.7)	
	주 1~2회	67(24.5)	41(22.5)	64(28.0)	34(15.1)	206(22.7)	
	한달 1~2회	66(24.2)	45(24.7)	48(21.0)	44(19.6)	203(22.3)	
	안먹음	29(10.6)	13(7.1)	15(6.6)	20(8.9)	77(8.5)	
팥	매일	10(3.8)	4(2.2)	6(2.8)	10(4.8)	30(3.5)	F=10.008 P=0.615
	2~3일에 한번	7(2.6)	6(3.3)	5(2.3)	12(5.7)	30(3.5)	
	주 1~2회	23(8.7)	17(9.4)	14(6.5)	14(6.7)	68(7.8)	
	한달 1~2회	95(35.7)	72(40.0)	86(40.2)	73(34.8)	326(37.5)	
	안먹음	131(49.3)	81(45.0)	103(48.1)	101(48.1)	416(47.8)	
녹두	매일	3(1.1)	2(1.1)	1(0.5)	3(1.4)	9(1.1)	F=8.637 P=0.734
	2~3일에 한번	2(0.8)	2(1.1)	0(0.0)	5(2.4)	9(1.1)	
	주 1~2회	6(2.3)	4(2.3)	3(1.4)	3(1.4)	16(1.90)	
	한달 1~2회	48(18.3)	37(21.0)	41(19.6)	43(20.5)	169(19.7)	
	안먹음	204(77.6)	131(74.4)	164(78.5)	156(74.3)	655(76.3)	
기타 두류	매일	9(3.7)	6(4.4)	4(2.4)	10(5.9)	29(4.0)	F=23.523 P=0.024*
	2~3일에 한번	16(6.5)	11(8.1)	18(10.6)	15(8.8)	60(8.3)	
	주 1~2회	27(11.0)	17(12.5)	14(8.2)	37(21.6)	95(13.2)	
	한달 1~2회	67(27.4)	43(31.6)	49(28.8)	39(22.8)	198(27.4)	
	안먹음	126(51.4)	59(43.4)	85(50.0)	70(40.9)	340(47.1)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

표 2-9. 견과 및 종실류의 계절별 이용 빈도

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
밤	매일	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	F=21.119 P=0.012*
	2~3일에 한번	0(0.0)	1(0.6)	1(0.4)	1(0.5)	3(0.3)	
	주 1~2회	6(2.2)	11(6.2)	14(6.2)	14(6.7)	45(5.1)	
	한달 1~2회	127(47.0)	86(48.3)	134(59.6)	111(53.4)	458(52.0)	
	안먹음	137(50.7)	80(44.9)	76(33.8)	82(39.4)	375(42.6)	
호두	매일	2(0.7)	1(0.6)	0(0.0)	1(0.5)	4(0.5)	F=17.715 P=0.125
	2~3일에 한번	2(0.7)	1(0.6)	1(0.5)	6(2.9)	10(1.1)	
	주 1~2회	6(2.2)	11(6.2)	10(4.5)	7(3.3)	34(3.9)	
	한달 1~2회	87(32.2)	64(36.0)	78(35.0)	83(39.5)	312(35.4)	
	안먹음	173(64.1)	101(56.7)	134(60.1)	113(53.8)	521(59.1)	
잣	매일	1(0.4)	5(2.9)	0(0.0)	4(1.9)	10(1.2)	F=18.315 P=0.107
	2~3일에 한번	6(2.2)	1(0.6)	2(0.9)	3(1.4)	12(1.4)	
	주 1~2회	12(4.5)	12(6.9)	15(6.8)	9(4.3)	48(5.5)	
	한달 1~2회	80(29.7)	53(30.3)	77(34.8)	77(37.0)	287(32.9)	
	안먹음	170(63.2)	104(59.4)	127(57.5)	115(55.3)	516(59.1)	
도토리	매일	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	F=12.906 P=0.167
	2~3일에 한번	1(0.4)	0(0.0)	1(0.5)	0(0.0)	2(0.2)	
	주 1~2회	9(3.4)	4(2.3)	7(3.2)	3(1.4)	23(2.7)	
	한달 1~2회	85(31.6)	61(35.3)	68(31.3)	92(44.2)	306(35.3)	
	안먹음	174(64.7)	108(62.4)	141(65.0)	113(54.3)	536(61.8)	
은행	매일	2(0.8)	1(0.6)	3(1.4)	6(2.9)	12(1.4)	F=26.182 P=0.010*
	2~3일에 한번	5(1.9)	2(1.2)	3(1.4)	6(2.9)	16(1.9)	
	주 1~2회	12(4.5)	3(1.8)	11(5.1)	15(7.2)	41(4.8)	
	한달 1~2회	74(27.9)	51(30.2)	83(38.6)	79(38.0)	287(33.5)	
	안먹음	172(64.9)	112(66.3)	115(53.5)	102(49.0)	501(58.5)	
참깨	매일	58(21.0)	58(32.0)	70(30.6)	61(27.7)	27(27.3)	F=28.222 P=0.005*
	2~3일에 한번	69(25.0)	39(21.6)	58(25.3)	77(35.0)	243(26.8)	
	주 1~2회	58(21.0)	26(14.4)	44(19.2)	29(13.2)	157(17.3)	
	한달 1~2회	60(21.7)	45(24.9)	38(16.6)	38(17.3)	181(20.0)	
	안먹음	31(11.2)	13(7.2)	19(8.3)	15(6.8)	78(8.6)	
들깨	매일	12(4.6)	6(3.4)	8(3.6)	12(5.8)	38(4.4)	F=9.005 P=0.703
	2~3일에 한번	32(12.2)	17(9.7)	29(13.0)	31(14.9)	109(12.5)	
	주 1~2회	44(16.7)	27(15.4)	36(16.1)	23(11.1)	130(14.9)	
	한달 1~2회	89(33.8)	65(37.1)	67(29.9)	70(33.7)	291(33.5)	
	안먹음	86(32.7)	60(34.3)	84(37.5)	72(34.6)	302(34.7)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

#### 4) 과일류군

과일류의 이용빈도는 계절에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다. 가을 겨울철 과일로 알려진 사과, 배, 단감, 귤은 봄, 여름보다는 가을과 겨울에 그 이용빈도가 높았으며, 사과가 배 보다는 더 자주 이용하는 것으로 조사되었다. 단감은 사과와 배보다는 이용빈도가 낮지만, 겨울보다는 가을에 이용빈도가 높은 것으로 나타났다. 귤은 가을보다는 겨울에 이용하는 빈도가 높았으며 봄과 여름은 ‘안먹음’으로 응답한 비율이 각각 25.5%, 24.9%로 나타났다.

포도, 복숭아, 자두는 여름철 과일로 봄, 가을, 겨울철에 비해 여름철에 이용빈도가 높았다. 포도의 경우 이용빈도가 봄보다는 가을철에 좀더 많이 이용하고 있었고, 겨울철에는 ‘안먹음’이 45.6%로 조사되어 조사대상자의 과반수 정도가 겨울철에는 포도를 먹지 않는 것으로 나타났다. 복숭아는 봄철과 가을철의 이용빈도는 유사하였으나 겨울철은 포도와 마찬가지로 과반수가 안먹는 것으로 조사되었다. 자두는 포도와 복숭아에 비해 이용빈도가 낮은 것으로 조사되었으며 ‘안먹음’의 비율이 봄, 가을, 겨울 모두 58%이상으로 나타나 포도, 복숭아에 비해 이용빈도가 낮은 과일 중 하나였다.

유자는 겨울철에 이용빈도가 높은 것으로 조사되었으나 ‘한달 1~2회’ 이용한다고 응답한 비율이 ‘안먹음’ 다음의 순위를 차지하고 있으며, ‘안먹음’의 비율이 겨울(48.5%)을 제외한 나머지 계절에서 60%를 넘어 다른 과일에 비해 이용빈도가 낮았다. 참다래 역시 유자와 마찬가지로 이용빈도가 낮은 과일 중 하나로 가을과 겨울보다는 봄, 여름에 이용빈도가 높은 과일이었다. 그 외 기타 과일류의 이용빈도를 보면 가을과 겨울보다는 봄과 여름에 이용빈도가 높았다. 아마도 가을과 겨울은 사과, 배, 귤, 감과 같이 다른 계절에 비해 좀 더 다양한 과일을 이용하기 때문에 다른 과일류의 이용빈도가 낮은 것으로 보이며, 다른 계절에 비해 여름철에 이용빈도가 높은 것은 봄, 가을, 겨울에 비해 여름철에 좀 더 많은 과일들을 이용할 수 있기 때문인 것으로 생각된다.

표 2-10. 과일류의 계절별 이용 빈도

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
사과	매일	31(11.2)	22(12.3)	50(21.7)	55(24.2)	158(17.3)	F=112.086 P=0.0001*
	2~3일에 한번	55(19.9)	51(28.5)	77(33.5)	98(43.2)	281(30.8)	
	주 1~2회	91(32.9)	53(29.6)	73(31.7)	47(20.7)	264(28.9)	
	한달 1~2회	90(32.5)	38(21.2)	29(12.6)	26(11.5)	183(20.0)	
	안먹음	10(3.6)	15(8.4)	1(0.4)	1(0.4)	27(3.0)	
배	매일	2(0.7)	1(0.6)	7(3.1)	5(2.3)	15(1.7)	F=104.172 P=0.0001*
	2~3일에 한번	16(5.8)	13(7.3)	38(16.9)	47(21.6)	114(12.7)	
	주 1~2회	57(20.8)	31(17.4)	72(32.0)	69(31.7)	229(25.6)	
	한달 1~2회	130(47.5)	77(43.3)	84(37.3)	84(38.5)	375(41.9)	
	안먹음	69(25.2)	56(31.5)	24(10.7)	13(6.0)	162(18.1)	
단감	매일	2(0.7)	3(1.7)	24(10.5)	1(0.5)	30(3.4)	F=187.319 P=0.0001*
	2~3일에 한번	19(7.1)	14(8.1)	56(24.5)	42(19.0)	131(14.7)	
	주 1~2회	40(14.9)	32(18.5)	78(34.1)	67(30.3)	217(24.3)	
	한달 1~2회	104(38.7)	55(31.8)	58(25.3)	74(33.5)	291(32.6)	
	안먹음	104(38.7)	69(39.9)	13(5.7)	37(16.7)	223(25.0)	
포도	매일	5(1.9)	14(7.8)	9(4.1)	3(1.5)	31(3.6)	F=160.667 P=0.0001*
	2~3일에 한번	23(8.6)	49(27.4)	24(10.9)	14(6.8)	110(12.6)	
	주 1~2회	46(17.2)	71(39.7)	46(20.9)	31(15.1)	194(22.3)	
	한달 1~2회	104(39.0)	38(21.2)	83(37.7)	64(31.1)	289(33.1)	
	안먹음	89(33.3)	7(3.9)	58(26.4)	94(45.6)	248(28.4)	
복숭아	매일	0(0.0)	17(9.5)	1(0.5)	3(1.5)	21(2.5)	F=214.248 P=0.0001*
	2~3일에 한번	15(5.6)	46(25.7)	8(3.8)	6(3.1)	75(8.8)	
	주 1~2회	43(16.2)	62(34.6)	38(17.8)	28(14.4)	171(20.1)	
	한달 1~2회	91(34.2)	43(24.0)	73(34.3)	55(28.2)	262(30.7)	
	안먹음	117(44.0)	11(6.2)	93(43.7)	103(52.8)	324(38.0)	
귤	매일	22(8.2)	17(9.8)	60(26.6)	96(42.9)	195(21.9)	F=251.244 P=0.0001*
	2~3일에 한번	53(19.9)	37(21.4)	83(36.7)	84(37.5)	257(28.9)	
	주 1~2회	58(21.7)	34(19.7)	54(23.9)	33(14.7)	179(20.1)	
	한달 1~2회	66(24.7)	42(24.3)	26(11.5)	10(4.5)	144(16.2)	
	안먹음	68(25.5)	43(24.9)	3(1.3)	1(0.5)	115(12.9)	
유자	매일	2(0.8)	3(1.8)	2(0.9)	3(1.5)	10(1.2)	F=38.479 P=0.0001*
	2~3일에 한번	5(1.9)	5(2.9)	8(3.8)	14(6.8)	32(3.8)	
	주 1~2회	10(3.8)	10(5.8)	19(8.9)	30(14.6)	69(8.1)	
	한달 1~2회	59(22.5)	40(23.5)	55(25.8)	59(28.6)	213(25.0)	
	안먹음	186(71.0)	112(65.9)	129(60.6)	100(48.5)	527(61.9)	

(계속)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
자두	매일	0(0.0)	1(0.6)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.1)	F=90.621 P=0.0001*
	2~3일에 한번	8(3.1)	23(13.5)	6(2.9)	4(2.0)	41(4.9)	
	주 1~2회	27(10.3)	33(19.4)	17(8.2)	18(9.2)	95(11.4)	
	한달 1~2회	74(28.2)	65(38.2)	48(23.1)	44(22.5)	231(27.6)	
	안먹음	153(58.4)	48(28.2)	137(65.9)	130(66.3)	468(56.0)	
참다래	매일	0(0.0)	0(0.0)	2(0.9)	2(1.0)	4(0.5)	F=21.985 P=0.038*
	2~3일에 한번	10(3.8)	8(4.7)	3(1.4)	5(2.4)	26(3.1)	
	주 1~2회	21(8.0)	18(10.6)	15(7.0)	27(13.2)	81(9.5)	
	한달 1~2회	83(31.7)	55(32.4)	59(27.6)	43(21.0)	240(28.2)	
	안먹음	148(56.5)	89(52.4)	135(63.1)	128(62.4)	500(58.8)	
기타 과실류	매일	29(11.9)	7(5.0)	7(4.1)	1(0.6)	44(6.2)	F=51.406 P=0.0001*
	2~3일에 한번	35(14.4)	18(13.0)	7(4.1)	17(10.5)	77(10.8)	
	주 1~2회	37(15.2)	28(20.1)	25(14.5)	28(17.3)	118(16.5)	
	한달 1~2회	61(25.1)	49(35.3)	48(27.9)	48(29.6)	206(28.8)	
	안먹음	81(33.3)	37(26.6)	85(49.4)	68(42.0)	271(37.9)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

### 5) 채소류군

채소류군에 양념류, 과채류를 포함하여 조사하였으며, 그 결과는 다음표와 같다. 무는 가을철에 '매일' 이용한다고 응답한 비율이 21.2%로 다른 계절에 비해 높았고, 봄과 여름보다는 가을철에 이용하는 빈도가 더 높은 것으로 조사되었다. 배추는 모든 계절에서 '매일' 이용한다고 응답한 비율이 62%를 넘어 거의 매일 이용하는 채소류 중 하나이었으며, 무와 마찬가지로 계절에 따라 이용빈도에 차이가 있었다. 이에 비해 양배추는 이용빈도가 '한달에 1~2회' 이하로 이용하는 비율이 60% 정도 수준으로 이용비율이 낮은 채소였으며 계절에 따라 이용빈도에 차이가 없었다.

양념채소류인 파, 생강, 양파, 마늘의 이용빈도를 보면 생강에서만 계절에 따라 차이가 없는 것으로 조사되었고, 그 외 파, 마늘, 양파는 계절에 따라 이용빈도에 차이가 있었다. 파는 봄, 여름보다는 가을과 겨울에 이용빈도가 높았으며, 양파는 여름, 마늘은 겨울과 여름에 각각 75%, 70.2%가 '매일' 이용하는 것으로 조사되어 가을과 여름에 이용빈도가 높은 것으로 조사되었다,

계절에 상관없이 연중 시장에서 쉽게 구입할 수 있는 오이, 호박, 시금치, 건고추. 당근 및 상추의 이용빈도는 계절에 따라 이용빈도에 차이가 없을 것으로 생각되었으

나 당근을 제외한 오이, 호박, 시금치, 건고추 및 상추의 이용빈도가 계절에 따라 차이를 보였다. 즉 오이는 봄과 여름에 '2~3일에 한 번', '주1~2회'가 높은 비율을 차지하였으며 호박은 여름과 가을, 시금치는 여름을 제외한 봄, 가을, 겨울철에 이용하는 빈도가 높았다. 건고추는 가을과 겨울철에 상추는 가을, 겨울보다는 여름철에 주로 이용하는 채소로 조사되었다.

과채류인 토마토, 수박, 딸기, 참외, 멜론은 계절에 따라 이용빈도에 유의적인 차이를 보였다. 토마토는 가을보다는 봄, 여름, 가을에 이용빈도가 높았고, 겨울보다는 봄과 여름에 주로 이용하는 것으로 나타났다. 참외, 수박은 가을 겨울보다는 봄, 여름에 주로 이용하였으며, 봄 보다는 여름철에 이용빈도가 높은 과채류였다. 딸기는 주로 봄에 이용하는 과일이었으며 봄철에 '주 1~2회' 이용한다고 응답한 비율이 42.8%로 조사되어 봄철에 3~4일에 한번 이상은 딸기를 이용하는 것으로 조사되었다. 멜론은 다른 과채류에 비해 이용빈도가 낮아 '안먹음'이 52.4%였으며, 계절로 보았을 때 겨울철에 이용 빈도가 가장 낮았고 여름철에 이용빈도가 높았다.

버섯류의 이용빈도는 계절에 따라 차이가 없었으며 버섯의 종류에 따라 차이가 있으나 주로 '주1~2회' 또는 '한달 1~2회' 이용한다는 비율이 높아 채소류에 비해 이용 빈도가 낮았다. 산나물 역시 버섯류와 마찬가지로 계절에 따라 이용빈도에 차이가 없었으며 이용빈도 역시 높지 않아 '안먹음'이 64.1%로 나타나 그 이용빈도가 상당히 낮은 채소류에 속하였다.

이외 미나리, 가지, 풋고추의 이용빈도는 계절에 따라 차이를 보여 미나리는 봄철에, 가지와 풋고추는 여름 이용빈도가 높았다. 쪽갓, 샐러리, 양상추, 피망은 계절에 따라 이용빈도에 차이가 없는 것으로 조사되어 이들 채소류의 이용빈도는 계절 영향을 받지 않는 것으로 나타났다. 기타채소류의 이용빈도는 계절에 따라 차이를 보였는데 '2~3일에 한 번'은 여름철에 11.5%로 높았고, '주 1~2회'는 봄과 겨울에 각각 21.7%, 23.1%, '한달에 1~2회'는 여름과 겨울에 각각 42.0%, 43.8%로 조사되었다. 이상과 같이 채소류 중 과채류는 계절별로 이용빈도에 차이가 있었으나 버섯류는 계절과 무관하였고, 그 외 채소류는 그 종류에 따라 계절에 따라 차이가 있거나 없는 것으로 나타났다.

## 6) 축산물군

축산물의 계절에 따른 이용빈도는 다음 표와 같다. 쇠고기와 닭고기는 계절에 따라 이용빈도에 차이가 있는 것으로 조사되었는데 쇠고기는 여름철에 '2~3일에 한번'

이용하는 비율이 23.7%로 나타나 다른 계절에 비해 여름철에 이용하는 비율이 높았으며, 닭고기 역시 겨울보다는 여름철에 이용하는 빈도가 높은 것으로 조사되었다.

돼지고기는 '주 1~2회' 이용하는 비율이 54.9%로 조사되어 1주일에 1회 이상 이용하는 비율이 높은 육류 중 하나였으나 계절에 따른 차이는 없었다. 쇠고기, 닭고기에 비해 이용 빈도가 높은 육류로 조사되었다. 그 외 기타육류의 이용빈도를 보면 '안 먹음'이 55.7%로 기타 육류에 대한 이용빈도가 낮은 것으로 조사되었으며 계절에 따라 이용빈도에 차이가 없었다.

이상과 같이 축산물 중 계절에 따른 차이를 보인 것은 쇠고기와 닭고기였으며 축산물 중 이용빈도가 높은 육류는 돼지고기였고, 쇠고기, 닭고기, 돼지고기를 제외한 축산물의 이용빈도는 상당히 낮은 것으로 보아 우리 국민들이 주로 이용하는 축산물은 쇠고기, 닭고기, 돼지고기였다.

표 2-11. 채소류의 계절별 이용 빈도

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
무	매일	34(12.5)	26(14.4)	49(21.2)	34(14.9)	143(15.7)	F=50.772 P=0.0001*
	2~3일에 한번	80(29.3)	46(25.4)	73(31.6)	81(35.4)	280(30.6)	
	주 1~2회	106(38.8)	58(32.0)	79(34.2)	84(36.7)	327(35.8)	
	한달 1~2회	42(15.4)	51(28.2)	28(12.1)	30(13.1)	151(16.5)	
	안먹음	11(4.0)	0(0.0)	2(0.9)	0(0.0)	13(1.4)	
배추	매일	172(62.3)	121(67.2)	153(66.8)	149(65.9)	595(65.3)	F=24.543 P=0.017*
	2~3일에 한번	26(9.4)	24(13.3)	25(10.9)	25(11.1)	100(11.0)	
	주 1~2회	21(7.6)	9(5.0)	17(7.4)	27(12.0)	74(8.1)	
	한달 1~2회	48(17.4)	25(13.9)	34(14.9)	22(9.7)	129(14.2)	
	안먹음	9(3.3)	1(0.6)	0(0.0)	3(1.3)	13(1.4)	
양배추	매일	8(2.9)	1(0.6)	3(1.4)	5(2.3)	17(1.9)	F=7.818 P=0.799
	2~3일에 한번	26(9.6)	22(12.2)	27(12.2)	21(9.5)	96(10.7)	
	주 1~2회	76(27.9)	54(29.8)	60(27.0)	63(28.5)	253(28.2)	
	한달 1~2회	118(43.4)	84(46.4)	101(45.5)	101(45.7)	404(45.1)	
	안먹음	44(16.2)	20(11.1)	31(14.0)	31(14.0)	126(14.1)	
파	매일	141(51.3)	102(56.4)	139(60.2)	147(64.5)	529(57.8)	F=22.059 P=0.037*
	2~3일에 한번	62(22.6)	46(25.4)	42(18.2)	51(22.4)	201(22.0)	
	주 1~2회	44(16.0)	17(9.4)	35(15.2)	20(8.8)	116(12.7)	
	한달 1~2회	23(8.4)	13(7.2)	14(6.1)	9(4.0)	59(6.5)	
	안먹음	5(1.8)	3(1.7)	1(0.4)	1(0.4)	10(1.1)	
생강	매일	46(17.0)	33(18.9)	45(20.2)	41(19.0)	165(18.6)	F=12.318 P=0.421
	2~3일에 한번	37(13.7)	38(21.7)	41(18.4)	33(15.3)	149(16.8)	
	주 1~2회	66(24.4)	29(16.6)	51(22.9)	51(23.6)	197(22.3)	
	한달 1~2회	88(32.5)	54(30.9)	54(24.2)	62(28.7)	258(29.2)	
	안먹음	34(12.6)	21(12.0)	32(14.4)	29(13.4)	116(13.1)	
양파	매일	91(33.2)	83(46.1)	78(33.9)	84(37.0)	336(36.9)	F=30.976 P=0.002*
	2~3일에 한번	94(34.3)	58(32.2)	98(42.6)	93(41.0)	343(37.7)	
	주 1~2회	54(19.7)	22(12.2)	39(17.0)	36(15.9)	151(16.6)	
	한달 1~2회	28(10.2)	17(9.4)	15(6.5)	13(5.7)	73(8.0)	
	안먹음	7(2.6)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.4)	8(0.9)	
마늘	매일	165(59.8)	127(70.2)	154(66.7)	168(75.0)	614(67.3)	F=46.214 P=0.0001*
	2~3일에 한번	48(17.4)	32(17.7)	39(16.9)	39(17.4)	158(17.3)	
	주 1~2회	33(12.0)	7(3.9)	19(8.2)	12(5.4)	71(7.8)	
	한달 1~2회	18(6.5)	14(7.7)	19(8.2)	4(1.8)	55(6.0)	
	안먹음	12(4.4)	1(0.6)	0(0.0)	1(0.5)	14(1.5)	

(계속)



N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
오이	매일	25(9.1)	16(8.8)	11(4.9)	15(6.7)	67(7.4)	F=39.661 P=0.0001*
	2~3일에 한번	101(36.7)	70(38.7)	61(27.0)	54(24.0)	286(31.5)	
	주 1~2회	102(37.1)	64(35.4)	115(50.9)	89(39.6)	370(40.8)	
	한달 1~2회	39(14.2)	29(16.0)	33(14.6)	62(27.6)	163(18.0)	
	안먹음	8(2.9)	2(1.1)	6(2.7)	5(2.2)	21(2.3)	
호박	매일	13(4.7)	11(6.0)	4(1.8)	8(3.6)	36(4.0)	F=51.920 P=0.0001*
	2~3일에 한번	67(24.3)	66(36.3)	47(20.6)	49(22.1)	229(25.2)	
	주 1~2회	110(39.9)	57(31.3)	124(54.4)	74(33.3)	365(4.2)	
	한달 1~2회	69(25.0)	42(23.1)	38(16.7)	77(34.7)	226(24.9)	
	안먹음	17(6.2)	6(3.3)	15(6.6)	14(6.3)	52(5.7)	
시금치	매일	4(1.5)	1(0.6)	2(0.9)	4(1.8)	11(1.2)	F=32.241 P=0.001*
	2~3일에 한번	38(13.8)	25(13.8)	33(14.4)	41(18.2)	137(15.0)	
	주 1~2회	118(42.8)	44(24.3)	92(40.2)	91(40.4)	345(37.9)	
	한달 1~2회	95(34.4)	89(49.2)	87(38.0)	81(36.0)	352(38.6)	
	안먹음	21(7.6)	22(12.2)	15(6.6)	8(3.6)	66(7.2)	
토마토	매일	19(6.8)	4(2.2)	4(1.7)	1(0.4)	28(3.0)	F=51.430 P=0.0001*
	2~3일에 한번	42(15.0)	51(27.6)	28(12.0)	30(13.0)	151(16.3)	
	주 1~2회	106(37.7)	58(31.4)	79(33.9)	84(36.5)	327(35.2)	
	한달 1~2회	80(28.5)	46(25.9)	73(31.3)	81(35.2)	280(30.1)	
	안먹음	34(12.1)	26(14.1)	49(21.0)	34(14.8)	143(15.4)	
진고추	매일	37(13.7)	38(22.7)	40(18.2)	54(26.2)	170(19.6)	F=29.832 P=0.003*
	2~3일에 한번	24(8.9)	22(12.8)	24(10.9)	31(15.1)	101(11.6)	
	주 1~2회	57(21.0)	28(16.3)	45(20.5)	25(12.1)	155(17.8)	
	한달 1~2회	87(32.1)	45(26.2)	49(22.3)	43(20.9)	224(25.8)	
	안먹음	66(24.4)	38(22.1)	62(28.2)	53(25.7)	219(25.2)	
당근	매일	18(6.6)	12(6.6)	14(6.1)	12(5.4)	56(6.2)	F=8.938 P=0.708
	2~3일에 한번	72(26.2)	56(30.9)	55(23.9)	59(26.3)	242(26.6)	
	주 1~2회	102(37.1)	67(37.0)	93(40.4)	87(38.8)	349(38.4)	
	한달 1~2회	71(25.8)	38(21.0)	59(25.7)	63(28.1)	231(25.4)	
	안먹음	12(4.4)	8(4.4)	9(3.9)	3(1.3)	32(3.5)	
상추	매일	12(4.4)	2(1.1)	3(1.3)	2(0.9)	19(2.1)	F=40.252 P=0.0001*
	2~3일에 한번	56(20.4)	48(26.5)	36(15.9)	29(12.9)	169(18.6)	
	주 1~2회	134(48.9)	81(44.8)	110(48.5)	101(44.9)	426(47.0)	
	한달 1~2회	57(20.8)	46(25.4)	71(31.3)	86(38.2)	260(28.7)	
	안먹음	15(5.5)	4(2.2)	7(3.1)	7(3.1)	33(3.6)	

(계속)

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
송이 버섯	매일	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	2(1.0)	3(0.4)	F=11.565 P=0.481
	2~3일에 한번	18(6.7)	16(9.2)	21(9.7)	11(5.3)	66(7.6)	
	주 1~2회	71(26.5)	46(26.4)	61(28.1)	47(22.7)	225(26.0)	
	한달 1~2회	103(38.4)	61(35.1)	70(32.3)	86(41.6)	320(37.0)	
	안먹음	76(28.4)	51(29.3)	64(29.5)	61(29.5)	252(29.1)	
표고 버섯	매일	1(0.4)	1(0.6)	2(0.9)	4(1.8)	8(0.9)	F=16.402 P=0.174
	2~3일에 한번	24(8.7)	25(13.9)	25(10.9)	15(6.8)	89(9.8)	
	주 1~2회	81(29.5)	58(32.2)	79(34.4)	65(29.6)	283(31.3)	
	한달 1~2회	123(44.7)	78(43.3)	86(37.4)	99(45.0)	386(42.7)	
	안먹음	46(16.7)	18(10.0)	38(16.5)	37(16.8)	139(15.4)	
느타리	매일	2(0.7)	0(0.0)	2(0.9)	2(0.9)	6(0.7)	F=13.255 P=0.351
	2~3일에 한번	20(7.4)	18(10.2)	22(9.8)	18(8.1)	78(8.7)	
	주 1~2회	84(30.9)	54(30.5)	79(35.3)	72(32.3)	289(32.3)	
	한달 1~2회	119(43.8)	76(42.9)	89(39.7)	111(49.8)	395(44.1)	
	안먹음	47(17.3)	29(16.4)	32(14.3)	20(9.0)	128(14.3)	
팽이 버섯	매일	4(1.5)	1(0.6)	3(1.3)	2(0.9)	10(1.1)	F=17.806 P=0.122
	2~3일에 한번	43(15.7)	31(17.2)	33(14.6)	18(8.1)	125(13.9)	
	주 1~2회	96(35.0)	77(43.3)	92(40.7)	83(37.6)	349(38.7)	
	한달 1~2회	107(39.1)	58(32.2)	78(34.5)	102(46.2)	345(38.3)	
	안먹음	24(8.8)	12(6.7)	20(8.9)	16(7.2)	72(8.0)	
기타 버섯	매일	0(0.0)	2(1.3)	2(1.0)	1(0.5)	5(0.6)	F=12.507 P=0.406
	2~3일에 한번	22(8.6)	10(6.4)	13(6.6)	10(5.3)	55(6.9)	
	주 1~2회	45(17.5)	39(25.0)	39(19.9)	36(19.2)	159(20.0)	
	한달 1~2회	85(33.1)	58(37.2)	64(32.7)	72(38.3)	279(35.0)	
	안먹음	105(40.9)	47(30.1)	78(39.8)	69(36.7)	299(37.5)	
양송이	매일	0(0.0)	0(0.0)	2(0.9)	1(0.5)	3(0.3)	F=9.255 P=0.681
	2~3일에 한번	14(5.2)	12(6.9)	11(5.0)	11(5.1)	48(5.5)	
	주 1~2회	68(25.4)	44(25.4)	57(25.7)	48(22.0)	217(24.6)	
	한달 1~2회	114(42.5)	84(48.6)	97(43.7)	103(47.3)	398(45.2)	
	안먹음	72(26.9)	33(19.1)	55(24.8)	55(25.2)	215(24.4)	
산나물	매일	14(5.0)	6(3.2)	4(1.7)	7(3.0)	31(3.3)	F=17.958 P=0.117
	2~3일에 한번	48(17.1)	25(13.5)	34(14.6)	22(9.6)	129(13.9)	
	주 1~2회	21(7.5)	9(4.9)	17(7.3)	27(11.7)	74(8.0)	
	한달 1~2회	26(9.3)	24(13.0)	25(10.7)	25(10.9)	100(10.8)	
	안먹음	172(61.2)	121(65.4)	153(65.7)	149(64.8)	595(64.1)	

(계속)

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
참외	매일	18(6.6)	3(1.7)	2(0.9)	1(0.5)	24(2.7)	F=241.035 P=0.0001*
	2~3일에 한번	65(23.8)	40(22.2)	10(4.7)	16(7.8)	131(15.0)	
	주 1~2회	91(33.3)	71(39.0)	31(14.4)	34(16.6)	227(25.9)	
	한달 1~2회	71(26.0)	53(29.1)	59(27.4)	43(21.0)	226(25.8)	
	안먹음	28(10.3)	15(8.2)	113(52.6)	111(54.2)	267(30.5)	
수박	매일	13(4.7)	20(11.1)	3(1.4)	3(1.5)	39(4.5)	F=237.253 P=0.0001*
	2~3일에 한번	54(19.7)	48(26.5)	7(3.3)	16(7.8)	125(14.3)	
	주 1~2회	86(31.4)	62(34.3)	33(15.4)	33(16.0)	214(24.5)	
	한달 1~2회	83(30.3)	45(24.9)	67(31.3)	44(21.4)	239(27.3)	
	안먹음	38(13.9)	6(3.3)	104(48.6)	110(53.4)	258(29.5)	
딸기	매일	10(3.7)	6(3.5)	0(0.0)	3(1.4)	19(2.2)	F=115.516 P=0.0001*
	2~3일에 한번	52(19.2)	32(18.4)	15(7.0)	31(14.8)	130(15.0)	
	주 1~2회	116(42.8)	34(19.5)	34(16.0)	55(26.3)	239(27.6)	
	한달 1~2회	62(22.9)	50(28.7)	66(31.0)	61(29.2)	239(27.6)	
	안먹음	31(11.4)	52(29.9)	98(46.0)	59(28.2)	240(27.7)	
미나리	매일	4(1.5)	2(1.1)	1(0.5)	2(0.9)	9(1.0)	F=33.651 P=0.001*
	2~3일에 한번	27(9.9)	3(1.7)	4(1.8)	13(6.1)	47(5.3)	
	주 1~2회	60(22.1)	35(19.8)	39(17.7)	29(13.7)	163(18.5)	
	한달 1~2회	123(45.2)	91(51.4)	112(50.7)	100(47.2)	426(48.3)	
	안먹음	58(21.3)	46(26.0)	65(29.4)	68(32.1)	237(26.9)	
가지	매일	0(0.0)	1(0.6)	1(0.5)	1(0.5)	3(0.3)	F=35.981 P=0.001*
	2~3일에 한번	17(6.3)	22(12.2)	10(4.5)	5(2.4)	54(6.1)	
	주 1~2회	52(19.1)	34(18.8)	42(18.8)	34(16.1)	162(18.3)	
	한달 1~2회	110(40.4)	88(48.6)	94(42.2)	84(39.8)	376(42.4)	
	안먹음	93(34.2)	36(19.9)	76(34.1)	87(41.2)	292(32.9)	
쭈갓	매일	1(0.4)	1(0.6)	2(0.9)	2(0.9)	6(0.7)	F=13.336 P=0.345
	2~3일에 한번	14(5.1)	5(2.8)	8(3.6)	7(3.3)	34(3.8)	
	주 1~2회	74(27.0)	36(20.1)	46(20.5)	34(15.9)	190(21.3)	
	한달 1~2회	116(42.3)	91(50.8)	106(47.3)	111(51.9)	424(47.6)	
	안먹음	69(25.2)	46(25.7)	62(27.7)	60(28.0)	237(26.6)	
풋고추	매일	20(7.3)	22(12.4)	9(3.9)	10(4.5)	61(6.8)	F=31.329 P=0.002*
	2~3일에 한번	64(23.4)	57(32.2)	63(27.5)	45(20.3)	229(25.4)	
	주 1~2회	101(36.9)	56(31.6)	91(39.7)	80(36.0)	328(36.4)	
	한달 1~2회	66(24.1)	34(19.2)	55(24.0)	67(30.2)	222(24.6)	
	안먹음	23(8.4)	8(4.5)	11(4.8)	20(9.0)	62(6.9)	

(계속)

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
멜론	매일	1(0.4)	1(0.6)	1(0.5)	1(0.5)	4(0.5)	F=24.490 P=0.017*
	2~3일에 한번	7(2.6)	8(4.6)	2(0.9)	3(1.4)	20(2.3)	
	주 1~2회	18(6.7)	14(8.0)	24(11.1)	8(3.8)	64(7.3)	
	한달 1~2회	102(37.8)	79(45.1)	71(32.7)	76(35.9)	328(37.5)	
	안먹음	142(52.6)	73(41.7)	119(54.8)	124(58.5)	458(52.4)	
샐러리	매일	3(1.1)	0(0.0)	1(0.5)	3(1.4)	7(0.8)	F=12.708 P=0.391
	2~3일에 한번	9(3.3)	7(4.0)	6(2.8)	7(3.3)	29(3.3)	
	주 1~2회	18(6.7)	12(6.8)	16(7.4)	26(12.2)	72(8.2)	
	한달 1~2회	78(28.9)	61(34.5)	58(26.9)	60(28.2)	257(29.3)	
	안먹음	162(60.0)	97(54.8)	135(62.5)	117(54.9)	511(58.4)	
양상추	매일	53(18.9)	24(13.0)	42(18.0)	40(17.4)	159(17.1)	F=8.465 P=0.748
	2~3일에 한번	118(42.0)	84(45.4)	101(43.4)	101(43.9)	404(43.5)	
	주 1~2회	76(27.1)	54(29.2)	60(25.8)	63(27.4)	253(27.2)	
	한달 1~2회	26(9.3)	22(11.9)	27(11.6)	21(9.1)	96(10.3)	
	안먹음	8(2.9)	1(0.5)	3(1.3)	5(2.2)	17(1.8)	
피망	매일	1(0.4)	2(1.1)	1(0.5)	1(0.5)	5(0.6)	F=15.421 P=0.219
	2~3일에 한번	10(3.4)	14(7.9)	15(6.9)	11(5.1)	50(5.7)	
	주 1~2회	46(17.0)	43(24.2)	42(19.2)	46(21.4)	177(20.1)	
	한달 1~2회	122(45.2)	82(46.1)	92(42.0)	97(45.1)	393(44.6)	
	안먹음	91(33.7)	37(20.8)	69(31.5)	60(27.9)	257(29.1)	
기타 채소	매일	14(5.5)	7(5.3)	11(6.7)	1(0.6)	33(4.7)	F=27.827 P=0.006*
	2~3일에 한번	17(6.7)	15(11.5)	13(7.9)	9(5.6)	54(7.6)	
	주 1~2회	55(21.7)	21(16.0)	26(15.8)	37(23.1)	139(19.6)	
	한달 1~2회	78(30.7)	55(42.0)	52(31.5)	70(43.8)	255(35.9)	
	안먹음	90(35.4)	33(25.2)	63(38.2)	43(26.9)	229(32.3)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

표 2-12. 축산물의 계절별 이용 빈도

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
쇠고기	매일	2(0.7)	3(1.7)	3(1.3)	0(0.0)	8(0.9)	F=41.181 P=0.0001*
	2~3일에 한번	20(7.3)	42(23.7)	25(11.0)	24(10.7)	11(12.3)	
	주 1~2회	107(38.9)	64(36.2)	105(46.1)	85(38.0)	361(39.9)	
	한달 1~2회	125(45.5)	62(35.0)	85(37.3)	99(44.2)	371(41.0)	
	안먹음	21(7.6)	6(3.4)	10(4.4)	16(7.1)	53(5.9)	
돼지고기	매일	2(0.7)	2(1.1)	2(0.9)	1(0.4)	7(0.8)	F=13.765 P=0.316
	2~3일에 한번	37(13.5)	40(22.4)	37(16.2)	26(11.5)	140(15.4)	
	주 1~2회	150(54.6)	87(48.6)	130(56.8)	132(58.4)	499(54.9)	
	한달 1~2회	76(27.6)	45(25.1)	56(24.5)	62(27.4)	239(26.3)	
	안먹음	10(3.6)	5(2.8)	4(1.8)	5(2.2)	24(2.6)	
닭고기	매일	1(0.4)	1(0.6)	2(0.9)	1(0.5)	5(0.6)	F=46.359 P=0.0001*
	2~3일에 한번	14(5.1)	15(8.3)	21(9.3)	10(4.6)	60(6.7)	
	주 1~2회	111(40.4)	83(45.9)	96(42.5)	54(24.6)	344(38.1)	
	한달 1~2회	125(45.5)	72(39.8)	92(40.7)	116(52.7)	405(44.9)	
	안먹음	24(8.7)	10(5.5)	15(6.6)	39(17.7)	88(9.8)	
기타 육류 (예, 오리고 기 등)	매일	1(0.4)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.2)	F=12.673 P=0.393
	2~3일에 한번	6(2.5)	0(0.0)	2(1.2)	1(0.7)	9(1.3)	
	주 1~2회	19(7.8)	10(7.8)	10(6.2)	13(8.4)	52(7.6)	
	한달 1~2회	75(30.6)	55(42.6)	62(38.5)	51(33.1)	243(35.3)	
	안먹음	144(58.8)	64(49.6)	87(54.0)	89(57.8)	384(55.7)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

### 7) 수산물 및 기타 식품군

수산물의 계절별 이용 빈도는 다음 표와 같다. 고등어, 갈치, 게장의 이용빈도는 계절에 따라 이용빈도에 차이가 없었으며, 고등어는 ‘한달에 1~2회’ 44.5%, ‘주 1~2회’ 39.3%의 순이었고, 갈치는 ‘한달에 1~2회’ 49.2%, ‘주 1~2회’ 23.9% 순, 게장은 ‘한달에 1~2회’ 47.1%, ‘안먹음’ 44.8% 순으로 조사되어 갈치나 게장에 비해 고등어의 이용 빈도가 높았다.

굴비와 기타 수산물은 계절에 따라 이용빈도에 차이를 보였는데 굴비는 봄, 여름, 가을 보다는 겨울에 이용빈도가 많았다. 즉 ‘주 1~2회’ 이용하는 경우가 봄 20.1%, 여름 19.4%, 가을 21.4%인데 비해 겨울이 35.0%로 조사되어 겨울철에 주로 이용한 수산물로 조사되었다. 기타 수산물을 주로 ‘한달에 1~2회’ 이용하는 경우가 42.7%, ‘주

1~2회' 23.5%로 조사되었으며, 계절별로 보았을 때 '2~3일에 한번' 여름에 16.0%로 다른 계절에 비해 높았으며, '주 1~2회'는 여름이 봄, 가을 및 겨울에 비해 낮은 빈도를 보였다. 또한 '한달에 1~2회'는 봄 34.0%로 여름, 가을 및 겨울에 비해 낮은 빈도를 보여 계절에 따라 이용빈도에 차이를 보였다.

기타식품류 즉, 유지류, 난류 및 우유 및 유제품에 대한 계절별 이용빈도는 표 2-와 같다. 유지류 중 계절에 따라 이용빈도에 차이를 보인 식품은 콩기름과 기타 유지류로 콩기름의 이용빈도는 겨울이 '2~3일에 한번' 이상 이용하는 빈도가 74.8%로 다른 계절에 비해 높았으며, 기타 유지류는 가을과 겨울에 주로 이용하는 것으로 나타났다. 그 외 참기름과 들기름은 계절에 따라 이용빈도에 차이가 없었으며, 참기름은 주로 '2~3일에 한번' 또는 '주 1~2회' 이용하는 빈도가 각각 43.7%, 38.6%로 높았다. 이에 비해 들기름은 '매일'을 제외한 나머지의 이용빈도가 고루 분포되어 있었으며 '안먹음' 역시 23.6%를 차지하고 있어 들기름보다는 참기름의 이용빈도가 높았다.

난류는 계절에 따라 유의적인 차이를 보여 여름과 가을에 이용하는 빈도가 높았으며, 전체적으로 보았을 때 주로 '2~3일에 한번'이 48.2%로 나타나 조사대상자의 과반수 이상이 2~3일에 한번 이상은 계란을 이용하였다.

우유는 매일 이용하는 비율이 52.2%로 매우 높았으며 계절에 따라 이용빈도에 유의적인 차이를 보이지 않았다. 그러나 유제품은 우유에 비해 이용빈도가 낮아 주 1~2회 이상 이용하는 비율이 79.4%로 나타났으며 계절에 따라 유의적인 차이를 보였는데 다른 계절에 비해 여름철에 이용하는 빈도가 높아 '2~3일에 한번' 이상 이용하는 경우가 61.4%로 높았다. 이는 여름철에 유제품을 음료 대용으로 마시기 때문이 나타난 현상으로 보인다.

표 2-13. 수산물의 계절별 이용 빈도

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
고등어	매일	1(0.4)	0(0.0)	1(0.4)	2(0.9)	4(0.4)	F=9.110 P=0.694
	2~3일에 한번	32(11.6)	17(9.5)	27(11.8)	28(12.3)	104(11.4)	
	주 1~2회	110(39.7)	62(34.6)	91(39.7)	96(42.1)	359(39.3)	
	한달 1~2회	121(43.7)	88(49.2)	103(45.0)	94(41.2)	406(44.5)	
	안먹음	13(4.7)	12(6.7)	7(3.1)	8(3.5)	40(4.4)	
굴비	매일	2(0.7)	1(0.6)	3(1.3)	1(0.5)	7(0.8)	F=23.592 P=0.023*
	2~3일에 한번	16(5.8)	9(5.0)	10(4.4)	10(4.6)	45(5.0)	
	주 1~2회	55(20.1)	35(19.4)	49(21.4)	77(35.0)	216(23.9)	
	한달 1~2회	136(49.6)	98(54.4)	113(49.3)	97(44.1)	444(49.2)	
	안먹음	65(23.7)	37(20.6)	54(23.6)	35(15.9)	191(21.2)	
갈치	매일	2(0.7)	1(0.6)	0(0.0)	1(0.5)	4(0.4)	F=18.119 P=0.112
	2~3일에 한번	18(6.5)	7(3.9)	12(5.3)	8(3.6)	45(5.0)	
	주 1~2회	67(24.3)	40(22.5)	65(28.6)	62(27.8)	234(25.9)	
	한달 1~2회	139(50.4)	108(60.7)	119(52.4)	133(59.6)	499(55.2)	
	안먹음	50(18.1)	22(12.4)	31(16.7)	19(8.5)	122(13.5)	
계장	매일	3(1.1)	0(0.0)	1(0.5)	0(0.0)	4(0.5)	F=19.800 P=0.071
	2~3일에 한번	4(1.5)	0(0.0)	7(3.2)	2(0.9)	13(1.5)	
	주 1~2회	22(8.2)	8(4.6)	16(7.4)	7(3.3)	53(6.1)	
	한달 1~2회	118(44.0)	90(52.0)	98(45.2)	105(49.1)	411(47.1)	
	안먹음	121(45.2)	75(43.4)	95(43.8)	100(46.7)	391(44.8)	
기타 수산물	매일	13(5.1)	6(4.2)	5(2.9)	3(1.7)	27(3.6)	F=33.089 P=0.001*
	2~3일에 한번	26(10.2)	23(16.0)	16(9.4)	16(9.0)	81(10.8)	
	주 1~2회	61(23.8)	25(17.4)	44(25.7)	46(25.8)	176(23.5)	
	한달 1~2회	87(34.0)	64(44.4)	77(45.0)	92(51.7)	320(42.7)	
	안먹음	69(27.0)	26(18.1)	29(17.0)	21(11.8)	145(19.4)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

표 2-14. 기타식품류의 계절별 이용 빈도

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
콩기름	매일	28(21.2)	63(35.6)	82(36.9)	65(29.3)	238(31.6)	F=29.407 P=0.003*
	2~3일에 한번	48(36.4)	54(30.5)	69(31.1)	101(45.5)	272(36.1)	
	주 1~2회	18(13.6)	24(13.6)	29(13.1)	26(11.7)	97(12.9)	
	한달 1~2회	17(12.9)	17(9.6)	23(10.4)	20(4.5)	67(8.9)	
	안먹음	21(15.9)	19(10.7)	19(8.6)	20(9.0)	79(10.5)	
참기름	매일	17(6.1)	18(9.7)	11(4.7)	10(4.4)	56(6.0)	F=11.662 P=0.473
	2~3일에 한번	121(43.1)	88(47.6)	103(44.2)	94(40.9)	406(43.7)	
	주 1~2회	110(39.2)	62(33.5)	91(39.1)	96(41.7)	359(38.6)	
	한달 1~2회	32(11.4)	17(9.2)	27(11.6)	28(12.2)	104(11.2)	
	안먹음	1(0.4)	0(0.0)	1(0.4)	2(0.9)	4(0.4)	
들기름	매일	9(6.8)	14(8.0)	24(11.1)	20(9.4)	67(9.1)	F=7.976 P=0.787
	2~3일에 한번	32(24.2)	36(20.6)	59(27.3)	47(22.0)	174(23.6)	
	주 1~2회	27(20.5)	39(22.3)	46(21.3)	53(24.8)	165(22.4)	
	한달 1~2회	28(21.2)	43(24.6)	40(18.5)	46(21.5)	157(21.3)	
	안먹음	36(27.3)	43(24.6)	47(21.8)	48(22.4)	174(23.6)	
기타 유지류	매일	13(9.9)	10(6.6)	11(6.1)	7(4.1)	41(6.5)	F=29.400 P=0.003*
	2~3일에 한번	16(12.1)	22(14.6)	35(19.3)	36(21.1)	109(17.2)	
	주 1~2회	19(14.4)	39(25.8)	37(20.4)	40(23.4)	135(21.3)	
	한달 1~2회	21(15.9)	40(26.5)	44(24.3)	39(22.8)	144(22.7)	
	안먹음	63(47.7)	39(26.5)	54(29.8)	49(28.7)	206(32.4)	
난류 (계란)	매일	17(12.9)	35(19.6)	46(20.3)	38(16.9)	136(17.8)	F=25.794 P=0.012*
	2~3일에 한번	61(46.2)	93(52.0)	113(49.8)	101(44.9)	368(48.2)	
	주 1~2회	35(26.5)	40(22.4)	51(22.5)	69(30.7)	195(25.6)	
	한달 1~2회	13(9.9)	5(2.8)	17(7.5)	14(6.2)	49(6.4)	
	안먹음	6(4.6)	6(3.4)	0(0.0)	3(1.3)	15(2.0)	
우유	매일	60(45.5)	102(56.4)	109(48.2)	129(56.8)	400(52.2)	F=20.044 P=0.066
	2~3일에 한번	31(23.5)	49(27.1)	68(30.1)	47(20.7)	195(25.5)	
	주 1~2회	26(19.7)	15(8.3)	31(13.7)	32(14.1)	104(13.6)	
	한달 1~2회	4(3.0)	8(4.4)	9(4.0)	10(4.4)	31(4.1)	
	안먹음	11(8.3)	7(3.9)	9(4.0)	9(4.0)	36(4.7)	
유제품	매일	37(28.2)	44(26.5)	50(25.5)	60(30.2)	191(27.6)	F=57.837 P=0.0001*
	2~3일에 한번	27(20.6)	58(34.9)	61(31.1)	46(23.1)	192(27.8)	
	주 1~2회	30(22.9)	31(18.7)	54(27.6)	51(25.6)	166(24.0)	
	한달 1~2회	4(3.1)	20(12.1)	16(8.2)	30(15.1)	70(10.1)	
	안먹음	33(25.2)	13(7.8)	15(7.7)	12(6.0)	73(10.6)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test



## 나. 사회경제적 수준별 농산물 이용 빈도

### 1) 곡류군, 서류 및 두류

쌀, 보리, 옥수수, 수수, 조, 메밀, 밀가루 및 기타 곡류의 이용빈도는 사회경제적 수준에 따라 차이가 없는 것으로 조사되었다. 쌀은 사회계층에 상관없이 '매일' 이용한다고 응답한 비율이 80%를 넘었으며, 상류층과 중류층에 비해 하류층에서 '매일' 이용한다고 응답한 비율이 82.2%로 낮았다. 보리는 '안먹음'으로 응답한 비율이 상류층과 중류층에서 각각 32.6%, 32.4%인데 비해 하류층에서 30.1%로 상류층과 중류층에 비해 이용하는 정도가 높은 경향을 보였다. 옥수수는 하류층보다는 상류층에서 이용빈도가 높은 경향을 보였으나 자주 이용하는 식품은 아니었다. 이외 수수, 조, 메밀은 계층에 상관없이 이용도가 낮은 곡류 제품이었다.

감자나 고구마의 사회경제적 계층에 따른 이용빈도를 보면 상류층이 하류층에 비해 이용빈도가 높은 것으로 조사되었으나 통계적으로 계층 간에 유의적인 차이는 아니었다.

콩의 이용빈도는 사회경제적 수준에 따른 계층에 상관없이 모든 계층에서 일정하게 이용하는 것으로 조사되어 계층간에 차이가 없었다. 팥은 상류층이 하류층에 비해 이용빈도가 많았는데 '안먹음'의 경우 상류층 47.8%, 하류층 55.8%로 상류층이 하류층에 비해 콩을 이용하는 사람들이 다소 많았으나 계층간에 유의적인 차이는 아니었다. 녹두와 기타 두류는 '안먹음'의 비율이 상류층에 비해 하류층에서 더 높았고 이용빈도 역시 상류층이 더 자주 이용하는 것으로 조사되었으나 통계적으로 유의적인 차이를 보이지 않았다.

이상과 같이 곡류, 서류 및 두류의 이용빈도는 사회경제적 수준에 따라 차이가 없었으며 단지 상류층이 하류층에 비해 이용하는 사람들의 분포가 좀더 많을 뿐이었으나 이용횟수에 있어서는 커다란 차이를 보이지 않았다.

## 2) 견과류 및 종실류

사회경제적 수준에 따라 견과류 및 종실류의 이용빈도는 다음 표와 같다. 견과류 중 밤과 잣은 상류층에서 하류층보다 이용빈도가 높았다. 밤류의 경우 ‘안먹음’이 상류층에서 36.3%, 중류층 43.6%, 하류층 46.4%였다. 잣은 밤류에 비해 사회 경제적 수준에 따라 이용빈도 차이가 더 많아 ‘안먹음’이 상류층 47.8%, 중류층 59.8%, 하류층 69.1%로 상류층이 하류층에 비해 잣류의 이용빈도가 높았다. 그 외 호두, 도토리, 및 은행의 이용 빈도는 사회경제적 수준에 따라 차이가 없었으며, ‘안먹음’의 빈도가 50%를 상회하여 호두, 도토리, 은행의 이용빈도는 낮았다.

종실류 중 참깨는 계층에 상관없이 ‘매일’, ‘2~3일에 한번’, ‘주 1~2회’, ‘한달 1~2회’ 이용한다고 비율이 고루 분포하여 사회경제적 수준에 따라 이용빈도에 차이가 없었다. 그러나 들깨를 ‘안먹음’의 비율이 상류층 45.9%, 중류층 28.1%, 하류층 37.2%로 상류층에서 들깨를 덜 이용하는 것으로 나타나 중류층에서 들깨의 이용빈도가 높았다.

## 3) 과일류

사회경제적 수준에 따라 이용빈도에 가장 많은 차이를 보인 식품은 과일로 사과, 배, 단감, 포도, 복숭아, 귤, 자두, 참다래가 상류층에서 하류층에 비해 이용빈도가 높았다. 사과의 경우 ‘매일’ 이용한다고 한 비율이 상류층 28.3%, 중류층 18.6%, 하류층 9.1%였고, 배, 포도, 복숭아, 귤은 상류층보다 하류층에서 ‘안먹음’의 빈도가 더 높았다. 단감, 유자 및 기타 과실류는 상류층이 하류층에 비해 이용빈도가 높은 것으로 조사되었으나 사회경제적 수준에 따라 유의적인 차이를 보이지 않았다.

자두와 참다래는 이용빈도가 높지는 않지만 사회경제적 수준에 따라 차이를 보여 자두의 경우는 상류층이 하류층에 비해 이용빈도가 높았고, 참다래의 경우 ‘안먹음’이 상류층 47.7%, 중류층 56.5%, 하류층 64.4%로 상류층이 중류층이나 하류층에 비해 이용율이 높았다. 이상과 같이 과일류는 사회경제적 수준에 따라 이용빈도에 차이를 보였으며 전반적으로 상류층이 하류층보다 이용빈도가 높았다.

표 2-15. 견과 및 종실류의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
밤	매일	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	F=12.826 P=0.046*
	2~3일에 한번	0(0.0)	1(0.3)	1(0.6)	
	주 1~2회	9(5.0)	9(2.5)	13(7.2)	
	한달 1~2회	105(58.7)	196(53.7)	83(45.9)	
	안먹음	65(36.3)	159(43.6)	84(46.4)	
호두	매일	2(1.1)	1(0.3)	0(0.0)	F=12.564 P=0.128
	2~3일에 한번	2(1.1)	4(1.1)	2(1.1)	
	주 1~2회	12(6.6)	1393.6)	3(1.7)	
	한달 1~2회	72(39.3)	125(34.2)	58(32.8)	
	안먹음	95(51.9)	223(60.9)	114(64.4)	
잣	매일	3(1.7)	2(0.6)	0(0.0)	F=22.417 P=0.004*
	2~3일에 한번	4(2.3)	5(1.4)	1(0.6)	
	주 1~2회	15(8.4)	21(5.7)	4(2.3)	
	한달 1~2회	71(39.9)	119(32.5)	49(28.0)	
	안먹음	85(47.8)	219(59.8)	121(69.1)	
도토리	매일	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	F=6.840 P=0.336
	2~3일에 한번	0(0.0)	1(0.3)	0(0.0)	
	주 1~2회	5(2.9)	10(2.8)	5(2.8)	
	한달 1~2회	65(37.1)	132(36.6)	48(27.0)	
	안먹음	105(60.0)	218(60.4)	125(70.2)	
은행	매일	3(1.7)	7(1.9)	1(0.6)	F=2.480 P=0.963
	2~3일에 한번	2(1.2)	8(2.2)	3(1.7)	
	주 1~2회	8(4.7)	19(5.3)	9(5.2)	
	한달 1~2회	57(33.1)	121(33.5)	61(35.1)	
	안먹음	102(59.3)	206(57.1)	100(57.5)	
참깨	매일	55(29.4)	113(30.1)	47(24.9)	F=13.662 P=0.091
	2~3일에 한번	48(25.7)	103(27.5)	50(26.5)	
	주 1~2회	31(16.6)	67(17.9)	30(15.9)	
	한달 1~2회	30(16.0)	73(19.5)	40(21.2)	
	안먹음	23(12.3)	19(5.1)	22(11.6)	
들깨	매일	5(2.9)	20(5.5)	7(3.8)	F=21.905 P=0.005*
	2~3일에 한번	25(14.5)	46(12.7)	23(12.6)	
	주 1~2회	16(9.3)	62(17.1)	23(12.6)	
	한달 1~2회	47(27.3)	133(36.6)	62(33.9)	
	안먹음	79(45.9)	102(28.1)	68(37.2)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

표 2-16. 과일류의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
사과	매일	54(28.3)	70(18.6)	17(9.1)	F=35.625 P=0.0001*
	2~3일에 한번	67(35.1)	119(31.6)	53(28.3)	
	주 1~2회	41(21.5)	108(28.7)	64(34.2)	
	한달 1~2회	27(14.1)	75(19.9)	46(24.6)	
	안먹음	2(1.1)	5(1.3)	7(3.7)	
배	매일	7(3.7)	4(1.1)	1(0.6)	F=21.107 P=0.007*
	2~3일에 한번	27(14.4)	53(14.3)	20(11.1)	
	주 1~2회	49(26.1)	100(27.0)	52(28.9)	
	한달 1~2회	85(45.2)	162(43.7)	65(36.1)	
	안먹음	20(10.6)	52(14.0)	42(23.3)	
단감	매일	10(5.4)	15(4.1)	4(2.2)	F=7.333 P=0.501
	2~3일에 한번	31(16.8)	57(15.5)	26(14.4)	
	주 1~2회	44(23.8)	96(26.0)	45(24.9)	
	한달 1~2회	66(35.7)	122(33.1)	56(30.9)	
	안먹음	34(18.4)	79(21.4)	50(27.6)	
포도	매일	16(8.9)	10(2.8)	2(1.1)	F=55.858 P=0.0001*
	2~3일에 한번	37(20.6)	43(11.9)	11(6.1)	
	주 1~2회	44(24.4)	84(23.3)	27(15.0)	
	한달 1~2회	49(27.2)	130(36.1)	67(37.2)	
	안먹음	34(18.9)	93(25.8)	73(40.6)	
복숭아	매일	10(5.8)	7(2.0)	0(0.0)	F=49.782 P=0.0001*
	2~3일에 한번	28(16.1)	26(7.3)	(4.0)	
	주 1~2회	40(23.0)	77(21.7)	23(13.1)	
	한달 1~2회	45(25.9)	118(33.2)	53(30.3)	
	안먹음	51(29.3)	127(35.8)	92(52.6)	
귤	매일	44(24.2)	87(23.5)	32(17.6)	F=16.358 P=0.038*
	2~3일에 한번	62(34.1)	100(27.0)	54(29.7)	
	주 1~2회	38(20.9)	83(22.4)	33(18.1)	
	한달 1~2회	28(15.4)	53(14.3)	33(18.1)	
	안먹음	10(5.5)	47(12.7)	30(16.5)	
유자	매일	2(1.2)	7(2.0)	0(0.0)	F=8.184 P=0.416
	2~3일에 한번	7(4.1)	11(3.1)	7(4.0)	
	주 1~2회	16(9.4)	27(7.6)	13(7.5)	
	한달 1~2회	44(25.9)	101(28.3)	37(21.30)	
	안먹음	101(59.4)	211(59.1)	117(67.2)	

(계속)

		상	중	하	$\chi^2$
자두	매일	1(0.6)	0(0.0)	0(0.0)	F=30.438 P=0.0002*
	2~3일에 한번	17(10.2)	8(2.3)	7(4.0)	
	주 1~2회	17(10.2)	53(15.2)	13(7.5)	
	한달 1~2회	46(27.5)	99(28.5)	39(22.4)	
	안먹음	86(51.5)	188(54.0)	115(66.1)	
참다래	매일	1(0.6)	3(0.9)	0(0.0)	F=22.781 P=0.004*
	2~3일에 한번	12(7.0)	10(2.8)	1(0.6)	
	주 1~2회	24(14.0)	29(8.2)	18(10.3)	
	한달 1~2회	53(30.8)	112(31.6)	43(24.7)	
	안먹음	82(47.7)	200(56.5)	112(64.4)	
기타 과실류	매일	13(9.5)	18(6.2)	11(7.2)	F=9.574 P=0.296
	2~3일에 한번	11(8.0)	36(12.4)	14(9.2)	
	주 1~2회	21(15.3)	41(14.1)	27(17.8)	
	한달 1~2회	46(33.6)	87(29.9)	34(22.4)	
	안먹음	46(33.6)	109(37.5)	66(43.4)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

#### 4) 채소류

사회경제적 수준에 따른 채소류의 이용빈도는 다음과 같다. 무, 배추는 사회경제적 수준에 따라 차이가 없었으나 양배추는 상류층에서 '안먹음'이 11.8%, 중류층에서 13.3%, 하류층에서 19.4%로 하류층에 비해 상류층에서 양배추의 이용율이 높았다.

양념 채소류인 파, 생강, 양파, 마늘은 사회경제적 수준에 따라 차이가 없는 것으로 조사되었고, 오이, 호박, 시금치, 토마토, 건고추, 당근 및 상추 역시 사회경제적 수준과는 무관하게 이용하였다.

그러나 버섯류는 사회경제적 수준과 관련성이 있는 것으로 나타났다. 송이버섯과 느타리버섯은 상류층이 하류층에 비해 이용율이 높았으며 '주 1~2회' 이용하는 빈도 역시 높았으나 통계적으로 유의적인 차이를 보이지 않았다. 그러나 표고버섯, 팽이버섯, 양송이버섯 및 기타 버섯류의 이용빈도는 상류층이 하류층에 비해 이용하는 비율이 높았다.

과채류 중 참외를 제외한 수박, 딸기, 멜론 역시 사회경제적 수준이 높을수록 이용율이 높았으며 멜론의 경우 '안먹음'의 비율이 하류층에서 67.4%로 상류층 33.3%로에 비해 2배 이상의 차이를 보여 사회경제적 수준이 낮을수록 과채류의 이용율이 낮

은 것으로 나타났다.

샐러드의 주 재료가 되는 양상추, 셀러리, 피망 및 기타 채소류의 이용을 역시 사회경제적 수준에 따라 차이를 보여 샐러리, 피망, 기타 채소류는 상류층에서 그 이용율이 높은 반면 양상추는 ‘매일’ 먹는다고 응답한 비율이 상류층 15.5%로 하류층 23.5%에 비해 유의적으로 낮았다. 이상과 같이 채소류는 그 종류에 따라 차이를 보였는데 일반적으로 과채류와 버섯류는 사회경제적 수준이 높을수록 그 이용율이 높아졌다.

## 5) 축산물

축산물의 사회경제적 수준에 따른 이용빈도를 보면 쇠고기, 돼지고기 및 기타 육류의 이용빈도가 유의적으로 높았다. 쇠고기는 상류층에서는 ‘2~3일에 한번’과 ‘주 1~2회’ 이용하는 비율이 각각 24.1%, 42.8%로 인데 비해 하류층에서는 ‘주 1~2회’ 34.6%, ‘한달 1~2회’ 51.1%로 조사되었다. 돼지고기는 상류층에 비해 중류층과 하류층이 이용율이 높았으며, 닭고기는 상류층이 다른 계층에 비해 이용빈도가 높은 것으로 조사되었으나 유의적인 차이는 아니었다. 기타육류의 이용은 상류층과 하류층보다는 중류층에서 그 이용빈도가 높아 축산물의 이용율이 사회경제적 수준에 따라 차이가 있는 것으로 조사되었다.

표 2-17. 채소류의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
무	매일	36(18.9)	52(13.9)	31(16.4)	F=7.633 P=0.665
	2~3일에 한번	48(25.1)	120(32.0)	63(33.3)	
	주 1~2회	75(39.3)	139(37.1)	66(34.9)	
	한달 1~2회	29(15.2)	59(15.7)	25(13.2)	
	안먹음	3(1.6)	5(1.3)	4(2.1)	
배추	매일	125(66.1)	248(66.3)	121(63.4)	F=6.223 P=0.622
	2~3일에 한번	21(11.1)	42(11.2)	18(9.4)	
	주 1~2회	21(11.1)	27(7.2)	16(8.4)	
	한달 1~2회	20(10.6)	51(13.6)	33(17.3)	
	안먹음	2(1.1)	6(1.6)	3(1.6)	
양배추	매일	7(3.8)	5(1.4)	2(1.1)	F=16.557 P=0.035*
	2~3일에 한번	25(13.4)	37(10.0)	15(8.1)	
	주 1~2회	40(21.5)	114(30.9)	48(25.8)	
	한달 1~2회	92(49.5)	164(44.4)	85(45.7)	
	안먹음	22(11.8)	49(13.3)	36(19.4)	
파	매일	118(61.5)	228(60.6)	109(57.7)	F=5.508 P=0.899
	2~3일에 한번	39(20.3)	73(19.4)	43(22.8)	
	주 1~2회	20(10.4)	49(13.0)	21(11.1)	
	한달 1~2회	14(7.3)	21(5.6)	14(7.4)	
	안먹음	1(0.5)	5(1.3)	2(1.1)	
생강	매일	31(17.7)	62(16.8)	39(21.1)	F=4.065 P=0.851
	2~3일에 한번	24(13.7)	62(16.8)	29(15.7)	
	주 1~2회	39(22.3)	83(22.5)	41(22.2)	
	한달 1~2회	56(32.0)	113(30.6)	47(25.4)	
	안먹음	25(14.3)	49(13.3)	29(15.7)	
양파	매일	76(40.0)	130(34.7)	66(35.1)	F=7.465 P=0.487
	2~3일에 한번	73(38.4)	164(38.9)	69(36.7)	
	주 1~2회	27(14.2)	67(17.9)	34(18.1)	
	한달 1~2회	14(7.4)	26(6.9)	18(9.6)	
	안먹음	0(0.0)	6(1.6)	1(0.5)	
마늘	매일	134(70.9)	253(67.5)	126(66.3)	F=8.873 P=0.353
	2~3일에 한번	32(16.9)	67(17.9)	28(14.7)	
	주 1~2회	11(5.8)	31(8.3)	17(9.0)	
	한달 1~2회	12(6.4)	17(4.5)	14(7.4)	
	안먹음	0(0.0)	7(1.9)	5(2.6)	

(계속)

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
오이	매일	12(6.4)	30(8.0)	13(7.0)	F=7.474 P=0.487
	2~3일에 한번	61(32.5)	105(28.0)	66(35.7)	
	주 1~2회	74(39.4)	163(43.5)	70(37.8)	
	한달 1~2회	39(20.7)	66(17.6)	30(16.2)	
	안먹음	2(1.1)	11(2.9)	6(3.2)	
호박	매일	8(4.2)	13(3.5)	8(4.3)	F=11.866 P=0.157
	2~3일에 한번	63(33.2)	90(24.1)	36(19.2)	
	주 1~2회	68(35.8)	160(42.9)	80(42.6)	
	한달 1~2회	41(21.6)	92(24.7)	51(27.1)	
	안먹음	10(5.3)	18(4.8)	13(6.9)	
시금치	매일	2(1.1)	2(0.5)	3(1.6)	F=10.773 P=0.215
	2~3일에 한번	34(18.1)	57(15.2)	31(16.4)	
	주 1~2회	60(31.9)	160(42.7)	76(40.2)	
	한달 1~2회	83(44.2)	135(36.0)	64(33.9)	
	안먹음	9(4.8)	21(5.6)	15(7.9)	
토마토	매일	6(3.1)	8(2.1)	11(5.6)	F=10.664 P=0.222
	2~3일에 한번	29(15.0)	59(15.6)	25(12.8)	
	주 1~2회	75(38.7)	139(36.8)	66(33.7)	
	한달 1~2회	48(24.7)	120(31.8)	63(32.1)	
	안먹음	36(18.6)	52(13.8)	31(15.8)	
건고추	매일	41(23.0)	69(19.3)	38(21.1)	F=5.596 P=0.692
	2~3일에 한번	26(14.6)	37(10.3)	20(11.1)	
	주 1~2회	27(15.2)	73(20.4)	29(16.1)	
	한달 1~2회	43(24.2)	87(24.3)	47(26.1)	
	안먹음	41(23.0)	92(25.7)	46(25.6)	
당근	매일	11(5.8)	16(4.3)	13(6.9)	F=8.799 P=0.360
	2~3일에 한번	54(28.3)	106(28.3)	44(23.3)	
	주 1~2회	74(38.7)	148(39.6)	65(34.4)	
	한달 1~2회	47(24.6)	93(24.9)	56(29.6)	
	안먹음	5(2.6)	11(2.9)	1(5.8)	
상추	매일	6(3.2)	7(1.9)	4(2.2)	F=14.167 P=0.078
	2~3일에 한번	35(18.6)	75(20.1)	31(16.7)	
	주 1~2회	97(51.6)	179(47.9)	79(42.5)	
	한달 1~2회	47(25.0)	103(27.5)	59(31.7)	
	안먹음	3(1.6)	10(2.7)	13(7.0)	

(계속)



N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
송이 버섯	매일	0(0.0)	1(0.3)	1(0.6)	F=14.171 P=0.077
	2~3일에 한번	15(8.6)	33(9.3)	10(5.5)	
	주 1~2회	55(31.6)	84(23.6)	47(26.0)	
	한달 1~2회	64(36.8)	141(39.6)	57(31.5)	
	안먹음	40(23.0)	97(27.3)	66(36.5)	
표고 버섯	매일	2(1.1)	3(0.8)	2(1.1)	F=24.784 P=0.002*
	2~3일에 한번	16(8.6)	40(10.8)	13(6.9)	
	주 1~2회	75(40.1)	116(31.2)	48(25.4)	
	한달 1~2회	77(41.2)	160(43.0)	79(41.8)	
	안먹음	17(9.1)	53(14.3)	47(24.9)	
느타리	매일	1(0.6)	2(0.5)	2(1.1)	F=10.761 P=0.216
	2~3일에 한번	1(10.4)	33(8.9)	14(7.5)	
	주 1~2회	67(36.6)	119(32.2)	53(28.5)	
	한달 1~2회	76(41.5)	173(46.8)	81(43.6)	
	안먹음	20(10.9)	43(11.6)	36(19.4)	
팽이 버섯	매일	5(2.7)	1(0.3)	2(1.1)	F=21.740 P=0.005*
	2~3일에 한번	22(11.8)	59(15.9)	27(14.5)	
	주 1~2회	81(43.6)	139(37.4)	61(32.8)	
	한달 1~2회	68(36.6)	150(40.3)	71(38.2)	
	안먹음	10(5.4)	23(6.2)	25(13.4)	
기타 버섯	매일	3(1.9)	0(0.0)	0(0.0)	F=32.202 P=0.0001*
	2~3일에 한번	12(7.5)	25(7.7)	10(6.0)	
	주 1~2회	42(26.3)	70(21.4)	21(12.7)	
	한달 1~2회	50(31.3)	123(37.6)	48(28.9)	
	안먹음	53(33.1)	109(33.3)	87(52.4)	
양송이	매일	1(0.6)	0(0.0)	1(0.6)	F=46.651 P=0.0001*
	2~3일에 한번	13(7.2)	22(6.0)	6(3.3)	
	주 1~2회	62(34.4)	96(26.2)	30(16.7)	
	한달 1~2회	78(43.3)	175(47.8)	71(39.4)	
	안먹음	26(14.4)	73(20.0)	72(40.0)	
산나물	매일	7(3.6)	10(2.7)	8(4.1)	F=6.856 P=0.552
	2~3일에 한번	20(10.3)	51(13.5)	33(16.8)	
	주 1~2회	21(10.8)	27(7.1)	16(8.2)	
	한달 1~2회	21(10.8)	42(11.1)	18(9.2)	
	안먹음	125(64.4)	248(65.6)	121(61.7)	

(계속)

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
참외	매일	4(2.3)	15(4.2)	5(2.8)	F=12.709 P=0.122
	2~3일에 한번	31(17.4)	62(17.3)	20(11.0)	
	주 1~2회	57(32.0)	90(25.1)	49(26.9)	
	한달 1~2회	44(24.7)	95(26.5)	43(23.6)	
	안먹음	42(23.6)	97(27.0)	65(35.7)	
수박	매일	9(5.1)	20(5.6)	5(2.8)	F=17.609 P=0.024*
	2~3일에 한번	32(18.2)	55(15.3)	14(7.7)	
	주 1~2회	48(27.3)	87(24.2)	44(24.2)	
	한달 1~2회	47(26.7)	103(28.6)	52(28.6)	
	안먹음	40(22.7)	95(26.4)	67(36.8)	
딸기	매일	6(3.5)	11(3.1)	2(1.1)	F=21.072 P=0.007*
	2~3일에 한번	35(20.1)	60(16.7)	20(11.0)	
	주 1~2회	55(31.6)	106(29.5)	51(28.0)	
	한달 1~2회	50(28.7)	100(27.9)	46(25.3)	
	안먹음	28(16.1)	82(22.8)	63(34.6)	
미나리	매일	1(0.6)	4(1.1)	3(1.6)	F=5.520 P=0.701
	2~3일에 한번	11(6.3)	24(6.5)	8(4.3)	
	주 1~2회	35(20.0)	76(20.7)	31(16.7)	
	한달 1~2회	89(50.9)	176(47.8)	89(47.9)	
	안먹음	39(22.3)	88(23.9)	55(29.6)	
가지	매일	1(0.5)	2(0.6)	0(0.0)	F=10.444 P=0.235
	2~3일에 한번	7(3.8)	25(6.9)	6(3.2)	
	주 1~2회	33(17.9)	68(18.7)	32(17.3)	
	한달 1~2회	87(47.3)	159(43.7)	73(39.5)	
	안먹음	56(30.4)	110(30.2)	74(40.0)	
쭈갓	매일	1(0.5)	2(0.6)	0(0.0)	F=7.989 P=0.435
	2~3일에 한번	9(4.8)	12(3.3)	8(4.4)	
	주 1~2회	41(21.9)	86(23.5)	39(21.2)	
	한달 1~2회	97(51.9)	175(47.8)	79(42.9)	
	안먹음	39(20.9)	91(24.9)	58(31.5)	
풋고추	매일	14(7.5)	21(5.7)	13(6.9)	F=9.834 P=0.277
	2~3일에 한번	47(25.0)	96(25.9)	41(21.8)	
	주 1~2회	63(33.5)	138(37.2)	65(34.6)	
	한달 1~2회	56(29.8)	90(24.3)	48(25.5)	
	안먹음	8(4.3)	26(7.0)	21(11.2)	

(계속)

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
멜론	매일	1(0.6)	2(0.6)	0(0.0)	F=52.906 P=0.0001*
	2~3일에 한번	10(5.5)	5(1.4)	3(1.7)	
	주 1~2회	26(14.2)	24(6.7)	8(4.5)	
	한달 1~2회	85(46.5)	146(40.4)	47(26.4)	
	안먹음	61(33.3)	184(51.0)	120(67.4)	
샐러디	매일	2(1.1)	3(0.8)	2(1.1)	F=18.573 P=0.017*
	2~3일에 한번	11(6.2)	11(3.0)	4(2.2)	
	주 1~2회	18(10.1)	25(6.9)	17(9.3)	
	한달 1~2회	65(36.5)	114(31.5)	41(22.4)	
	안먹음	82(46.1)	209(57.7)	119(65.0)	
양상추	매일	30(15.5)	58(15.3)	46(23.5)	F=18.077 P=0.021*
	2~3일에 한번	92(47.4)	164(43.4)	85(43.4)	
	주 1~2회	40(20.6)	114(30.2)	48(24.5)	
	한달 1~2회	25(12.9)	37(9.8)	15(7.7)	
	안먹음	7(3.6)	5(1.3)	2(1.0)	
피망	매일	2(1.1)	2(0.6)	0(0.0)	F=27.419 P=0.001*
	2~3일에 한번	17(9.3)	18(5.0)	5(2.8)	
	주 1~2회	44(24.2)	73(20.1)	31(17.0)	
	한달 1~2회	83(45.6)	170(46.7)	72(39.6)	
	안먹음	36(19.8)	101(27.8)	74(40.7)	
기타 채소	매일	7(5.0)	13(4.6)	8(5.0)	F=20.132 P=0.010*
	2~3일에 한번	11(7.9)	22(7.9)	12(7.5)	
	주 1~2회	31(22.3)	59(21.1)	26(16.3)	
	한달 1~2회	56(40.3)	106(37.9)	41(25.6)	
	안먹음	34(24.5)	80(28.6)	73(45.6)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

표 2-18. 축산물의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
쇠고기	매일	5(2.7)	2(0.5)	0(0.0)	F=64.226 P=0.0001*
	2~3일에 한번	45(24.1)	37(9.9)	9(4.8)	
	주 1~2회	80(42.8)	161(43.1)	65(34.6)	
	한달 1~2회	51(27.3)	157(42.0)	96(51.1)	
	안먹음	6(3.2)	17(4.6)	18(9.6)	
돼지고기	매일	4(2.1)	1(0.3)	2(1.1)	F=16.476 P=0.036*
	2~3일에 한번	35(18.7)	56(14.9)	28(14.7)	
	주 1~2회	91(48.7)	212(56.5)	107(56.0)	
	한달 1~2회	46(24.6)	100(26.7)	50(26.2)	
	안먹음	11(5.9)	6(1.6)	4(2.1)	
닭고기	매일	3(1.6)	1(0.3)	1(0.5)	F=9.570 P=0.297
	2~3일에 한번	12(6.5)	25(6.8)	15(7.9)	
	주 1~2회	81(43.8)	132(35.7)	70(37.0)	
	한달 1~2회	76(41.1)	177(47.8)	81(42.9)	
	안먹음	13(7.0)	35(9.5)	22(11.6)	
기타 육류 (예, 오리고 기 등)	매일	1(0.8)	0(0.0)	0(0.0)	F=19.017 P=0.015*
	2~3일에 한번	2(1.7)	3(1.1)	4(2.5)	
	주 1~2회	12(10.0)	19(6.8)	14(8.9)	
	한달 1~2회	31(25.8)	116(41.6)	42(26.6)	
	안먹음	74(61.7)	141(50.5)	98(62.0)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

## 6) 수산물 및 기타 식품

사회경제적 수준에 따라 수산물의 이용빈도를 보면 먼저 고등어의 이용빈도는 사회경제적 수준에 따라 차이가 없었으나 굴비, 갈치, 계장 및 기타 수산물의 이용은 사회경제적 수준에 영향을 받는 것으로 나타났다. 굴비는 사회경제적 수준이 높을수록 '안먹음'의 빈도가 낮아 상류층이 11.2%로 하류층 33.7%에 비해 낮았다. 갈치 역시 굴비와 비슷한 경향을 보였으며, 계장은 전반적인 이용빈도가 낮은 수산식품이었으나 '안먹음'의 비율이 상류층보다는 하류층에서 더 높았다. 기타 수산물 역시 상류층과 중류층에서 하류층에 비해 이용하는 빈도가 높았다.

기타식품류의 이용빈도를 보면 콩기름, 참기름, 들기름과 같은 유지류는 사회경제적 수준과는 상관없이 이용하였으나 기타 유지류에 있어서는 상류층이 하류층보다는 이용빈도가 높아 '안먹음'이 상류층 29.3%, 하류층 44.6%로 었다. 난류는 상류층과 중류층이 하류층에 비해 이용비율이 높았는데 하류층의 경우 '주 1~2회'와 '한달 1~2회'의 비율이 각각 27.5%, 13.4%로 상류층이나 중류층에 비해 높아 하류층이 난류의 이용빈도가 낮았다.

우유 및 유제품의 이용빈도는 상류층일수록 '매일' 또는 '2~3일에 한 번' 이용한다고 응답한 비율이 높아 계층에 따라 유의적인 차이를 보였다.

이상과 같이 사회경제적 수준에 따라 과일류, 견과류 및 종실류, 채소류 중 버섯류와 과채류, 축산물, 수산물, 난류와 우유 및 유제품의 이용 빈도가 사회경제적 수준에 따라 유의적인 차이를 보여 상류층이 하류층에 비해 이용빈도가 높았는데 이는 사회경제적 수준이 높을수록 가정 내 총 수입이 높아지기 때문에 나타난 현상으로 보며, 여러 요인들 중 경제적 요인이 좀더 큰 작용을 하였기 때문인 것으로 사료된다.

표 2-19. 수산물의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
고등어	매일	1(0.5)	3(0.8)	0(0.0)	F=6.248 P=0.620
	2~3일에 한번	22(11.6)	47(12.5)	20(10.6)	
	주 1~2회	69(36.3)	159(42.2)	75(39.7)	
	한달 1~2회	93(49.0)	153(40.6)	85(45.0)	
	안먹음	5(2.6)	15(4.0)	9(4.8)	
굴비	매일	3(1.6)	1(0.3)	3(1.6)	F=39.047 P=0.0001*
	2~3일에 한번	12(6.4)	25(6.7)	4(2.1)	
	주 1~2회	52(27.8)	93(25.1)	36(19.3)	
	한달 1~2회	99(52.9)	186(50.1)	81(43.3)	
	안먹음	21(11.2)	66(17.8)	63(33.7)	
갈치	매일	0(0.0)	3(0.8)	1(0.5)	F=23.033 P=0.003*
	2~3일에 한번	15(8.0)	23(6.2)	2(1.1)	
	주 1~2회	58(31.0)	106(28.4)	41(21.9)	
	한달 1~2회	100(53.5)	189(50.7)	110(58.8)	
	안먹음	14(7.5)	52(13.9)	33(17.7)	
계장	매일	0(0.0)	0(0.0)	3(1.6)	F=24.133 P=0.002*
	2~3일에 한번	3(1.7)	7(1.9)	2(1.1)	
	주 1~2회	9(5.2)	29(8.0)	9(4.9)	
	한달 1~2회	92(53.2)	176(48.5)	67(36.6)	
	안먹음	69(39.9)	151(41.6)	102(55.7)	
기타 수산물	매일	10(6.7)	10(3.4)	4(2.5)	F=21.546 P=0.006*
	2~3일에 한번	16(10.7)	36(12.1)	13(8.0)	
	주 1~2회	38(25.5)	74(24.9)	36(22.1)	
	한달 1~2회	65(43.6)	127(42.8)	60(36.8)	
	안먹음	20(13.4)	50(16.8)	50(30.7)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

표 2-20. 기타식품류의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
콩기름	매일	60(38.0)	95(32.2)	38(25.5)	F=13.008 P=0.112
	2~3일에 한번	53(33.5)	99(33.6)	64(43.0)	
	주 1~2회	22(13.9)	43(14.6)	14(9.4)	
	한달 1~2회	8(5.1)	30(10.2)	14(9.4)	
	안먹음	15(9.5)	28(9.5)	19(12.8)	
참기름	매일	9(4.6)	16(4.2)	16(8.2)	F=9.228 P=0.323
	2~3일에 한번	93(47.9)	153(40.5)	85(43.4)	
	주 1~2회	69(35.6)	159(42.1)	75(38.3)	
	한달 1~2회	22(11.3)	47(12.4)	20(10.2)	
	안먹음	1(0.5)	3(0.8)	0(0.0)	
들기름	매일	10(6.6)	31(10.7)	11(7.5)	F=11.489 P=0.176
	2~3일에 한번	25(16.6)	79(27.2)	34(23.3)	
	주 1~2회	41(27.2)	64(22.0)	32(21.9)	
	한달 1~2회	37(24.5)	55(18.9)	29(19.9)	
	안먹음	38(25.2)	62(21.3)	40(27.4)	
기타 유지류	매일	8(6.0)	21(8.9)	10(7.7)	F=16.372 P=0.037*
	2~3일에 한번	25(18.8)	41(17.3)	12(9.2)	
	주 1~2회	28(21.1)	43(18.1)	29(22.3)	
	한달 1~2회	33(24.8)	61(25.7)	21(16.2)	
	안먹음	39(29.3)	71(30.0)	58(44.6)	
난류 (계란)	매일	41(25.2)	57(19.3)	17(11.4)	F=27.538 P=0.001*
	2~3일에 한번	79(48.5)	144(48.8)	67(45.0)	
	주 1~2회	37(22.7)	71(24.1)	41(27.5)	
	한달 1~2회	2(1.2)	17(5.8)	20(13.4)	
	안먹음	4(2.5)	6(2.0)	4(2.7)	
우유	매일	100(61.0)	158(53.6)	64(43.0)	F=18.719 P=0.016*
	2~3일에 한번	35(21.3)	77(26.1)	38(25.5)	
	주 1~2회	11(6.7)	38(12.9)	28(18.8)	
	한달 1~2회	9(5.5)	9(3.1)	10(6.7)	
	안먹음	9(5.5)	13(4.4)	9(6.0)	
유제품	매일	47(32.6)	75(28.6)	34(24.5)	F=16.776 P=0.033*
	2~3일에 한번	50(34.7)	75(28.6)	29(20.9)	
	주 1~2회	23(16.0)	59(22.5)	38(27.3)	
	한달 1~2회	13(9.0)	25(9.5)	14(10.1)	
	안먹음	11(7.6)	28(10.7)	24(17.3)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

## 4. 농산물 구입 단위

### 가. 계절별 농산물 구입 단위

#### 1) 곡류

농산물의 구입단위를 관, 가마, 20kg, box단위의 구매 형태를 대포장, 2kg이하의 구매 형태를 소포장으로 분류하여 조사하였다. 쌀을 제외한 곡류의 구입단위는 대포장 보다는 소포장을 선호하는 것으로 나타났다. 쌀은 여름철에 대포장 83.6%로 봄, 가을, 겨울에 비해 낮았으나 통계적으로 유의적인 차이는 아니었다. 쌀 이외에 옥수수, 수수, 조, 메밀, 밀가루, 기타곡류의 구매단위를 보면 95%이상이 소포장으로 구입하였으며, 대포장으로 구입하는 경우는 5%내외의 범위에서 구입하였으며 계절에 따라 구입단위에 유의적인 차이를 보이지 않았다. 보리 역시 대포장보다는 소포장을 선호하는 것으로 조사되어 소포장의 형태로 구입하는 비율이 92.9%로 대포장 7.1%에 비해 상당히 높은 비율을 차지하였으며, 계절별로 보았을 때도 모든 계절에서 소포장의 형태로 구입하는 비율이 높았으나, 겨울은 다른 계절에 비해 대포장의 형태로 구입하는 비율이 15.6%로 봄 4.2%, 여름 3.1%, 가을 5.3%에 비해 유의적으로 높았다. 이상과 같이 곡류의 구입단위를 보면 쌀만 대포장으로 구입하였고, 그 외 곡류는 주로 소포장 형태로 구입하였다.

#### 2) 서류 및 두류

서류 및 두류의 계절별 구입단위는 다음과 같다. 서류 중 감자의 구입단위를 보면 대포장 15.8%, 소포장 84.2%로 대포장 보다는 소포장 형태로 구입하였다. 계절별로 보면 봄, 여름, 겨울철에 비해 가을철에 대포장 형태로 구입하는 비율이 20.8%로 높았으나 계절 간에 유의적인 차이가 없었다. 고구마 역시 감자와 마찬가지로 대포장 보다는 소포장 형태로 구입하는 비율이 높았으며, 계절별로 보았을 때 봄, 가을, 겨울에 비해 여름철에 소포장으로 구입하는 비율이 93.3%로 높아 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

두류의 구입단위를 보면 대포장 보다는 소포장 형태로 구입하였으며, 콩의 경우 여름과 겨울이 대포장 형태로 구입하는 비율이 7.1%, 8.4%로 봄과 가을에 비해 높았으나 통계적으로 유의한 차이는 아니었다. 팥은 봄, 여름, 가을철에 비해 겨울철에 대포장 형태로 구입하는 비율이 5.6%로 높아 다른 계절에 비해 대포장 형태로 구입하는



비율이 높았다. 이는 아마도 겨울철에 동지나 정원대보름과 같은 절식의 영향 때문인 것으로 사료된다. 이외 녹두, 땅콩의 구매형태 역시 겨울철에 대포장으로 구입하는 비율이 높으나 통계적으로 유의한 차이는 아니었다.

표 2-21. 계절별 곡류의 구입단위

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
쌀	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	222(87.8)	148(83.6)	201(91.0)	191(87.6)	762(87.7)	F=4.899
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	31(12.3)	29(16.4)	20(9.1)	27(12.4)	107(12.3)	P=0.179
보리	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	8(4.2)	4(3.1)	8(5.3)	24(15.6)	44(7.1)	F=23.174
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	181(95.8)	126(96.9)	142(94.7)	130(84.4)	579(92.9)	P=0.0001*
옥수수	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(1.9)	2(2.0)	2(2.0)	4(5.6)	10(2.7)	F=2.867
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	101(98.1)	100(98.0)	96(98.0)	68(94.4)	365(97.3)	P=0.413
수수	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(1.6)	1(1.3)	2(2.3)	4(4.8)	9(2.4)	F=2.799
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	123(98.4)	78(98.7)	87(97.8)	80(95.2)	368(97.6)	P=0.424
조	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(1.6)	1(1.2)	4(3.9)	4(4.3)	11(2.7)	F=2.730
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	125(98.4)	82(98.8)	99(96.1)	90(95.7)	396(97.3)	P=0.435
메밀	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(2.0)	1(1.5)	1(1.4)	3(4.1)	7(2.3)	F=1.487
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	97(98.0)	64(98.5)	70(98.6)	71(96.0)	302(97.7)	P=0.685
밀가루	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	7(3.1)	3(1.9)	7(3.7)	8(4.3)	24(3.2)	F=4.303
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	220(96.9)	154(98.1)	183(96.3)	178(95.7)	735(96.7)	P=0.636
기타곡류	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(2.1)	1(1.1)	9(6.5)	8(5.9)	21(4.1)	F=6.706
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	139(97.9)	92(98.9)	129(93.5)	128(94.1)	488(95.9)	P=0.082

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

표 2-22. 계절별 서류 및 두류의 구입단위

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
감자	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	36(13.7)	30(17.0)	45(20.8)	27(12.5)	138(15.8)	F=6.929 P=0.074
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	227(86.3)	147(83.1)	171(79.2)	189(87.5)	734(84.2)	
고구마	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	32(13.7)	11(6.8)	38(19.1)	35(17.2)	116(14.5)	F=12.549 P=0.006*
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	201(86.3)	152(93.3)	161(80.9)	169(82.8)	683(85.5)	
콩	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	12(5.3)	11(7.1)	10(5.0)	16(8.4)	49(6.4)	F=6.570 P=0.363
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	215(94.7)	143(92.9)	189(95.0)	174(91.6)	720(93.5)	
팥	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	1(0.6)	1(0.9)	3(2.4)	7(5.6)	12(2.3)	F=9.251 P=0.026*
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	158(99.4)	117(99.2)	123(97.6)	118(94.4)	516(97.7)	
녹두	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	1(0.9)	0(0.0)	1(1.2)	4(4.8)	6(1.6)	F=7.231 P=0.065
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	116(99.2)	85(100.0)	83(98.8)	79(95.2)	363(98.4)	
땅콩	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	1(0.6)	0(0.0)	1(0.8)	4(2.7)	6(1.0)	F=5.558 P=0.135
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	167(99.4)	125(100.0)	133(99.3)	147(97.4)	572(99.0)	
기타두류	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	4(3.0)	2(2.2)	0(0.0)	4(3.7)	10(2.4)	F=3.407 P=0.333
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	128(97.0)	90(97.8)	94(100.0)	104(96.3)	416(97.7)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

### 3) 견과류 및 종실류

견과류 및 종실류의 구매단위를 보면 대포장 보다는 소포장의 형태로 구입하는 비율이 95%이상이었다. 계절별로 보았을 때 밤, 호두, 잣은 다른 계절에 비해 여름철에 대포장으로 구입하는 비율이 높았으나 통계적으로 유의한 차이는 아니었다. 도토리, 은행은 여름과 가을에 대포장으로 구입한다고 응답한 대상자가 없어 대포장보다는 소포장 형태를 더 선호하는 것으로 조사되었다.

종실류인 참깨와 들깨 역시 대포장 보다는 소포장 형태로 구입하였으며, 들깨보다는 참깨를 대포장 형태로 구입하는 비율이 높았다. 계절별로 보았을 때 참깨나 들깨 보다 계절에 따라 구매하는 단위에 차이가 없었다.

### 4) 과일류

과일류의 구매단위를 보면 대포장 보다는 소포장 형태로 구매하는 비율이 높았다. 사과,의 경우 대포장 1.4%, 소포장 80.6%였으며, 계절별로 보았을 때 봄, 여름보다는 가을과 겨울에 각각 20.7%, 28.8%로 나타나 통계적으로 유의적인 차이를 보였다. 배 역시 사과와 마찬가지로 소포장 형태로 구입하는 비율이 높았으며, 다른 계절에 비해 겨울철에 대포장 형태로 구입하는 비율이 16.3%로 유의적으로 높았다. 단감의 계절에 따른 구매비율을 보면 봄, 여름, 겨울보다는 가을에 대포장 형태로 구입하는 비율이 높았으며, 포도와 복숭아는 여름철에 대포장 형태로 구입하는 비율이 높았다. 귤은 다른 과일류에 비해 대포장 형태로 구입하는 비율이 20%를 넘었으며, 겨울에 대포장 형태로 구입하는 비율이 36.8%로 다른 계절에 비해 높았다. 유자, 자두, 참다래, 기타 과일류의 구입단위는 대포장 보다는 소포장 단위로 구입하는 비율이 높았으며, 계절에 따라서도 구매단위에 차이가 없었다.

### 5) 채소류

채소류의 구매단위를 보면 대포장 보다는 소포장 형태로 구입하는 비율이 높았으며, 계절별로 보았을 때도 커다란 차이를 보이지 않았다. 채소류 중 썩갠 채소류, 버섯류, 과채류 모두 계절에 따라 구입단위에 유의적인 차이가 없었다. 썩갠 채소류 역시 대포장보다는 소포장 형태로 구입하는 비율이 높았으며, 봄, 여름, 가을은 소포장 형태로 구입하였으나 겨울철에 대포장 형태로 구입하는 경우가 있어 계절 간에 차이를 보였다. 그러나 대포장 형태로 구입하는 비율이 워낙 낮아 큰 의미가 있는 것으로 보이지는 않는다.

## 6) 수산물 및 축산물

수산물의 구매단위를 보면 대포장 보다는 소포장 형태로 구매하는 비율을 90% 이상으로 상당히 높았다. 수산물 중 대포장 형태로 구입하는 비율이 높은 식품은 굴 비로 봄철을 제외한 여름, 가을 및 겨울철은 10% 내외 수준으로 조사되어 다른 수산물에 구입단위가 큰 것으로 나타났다. 굴비 이외에 대포장 단위로 구입하는 비율이 10% 내외인 것은 계장으로 가을철에 대포장 단위로 구입하는 비율이 10.6%로 나타났다.

축산물 역시 수산물과 마찬가지로 대포장보다는 소포장 형태로 구입하는 비율 98%내외로 상당히 높았으며, 계절별로 보았을 때도 구입단위에 차이를 보이지 않았다. 이상의 결과 수산물과 축산물 역시 주로 구입하는 단위는 소포장 형태였으며, 대포장의 형태로 구입하는 경우는 장기간 보관이 가능한 형태인 굴비나 계장과 같이 가공된 식품에 한해서만 대포장 단위로 구입하였다.

표 2-23. 계절별로 수산물 및 축산물의 구입단위

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
고등어	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	6(2.3)	3(1.8)	3(1.5)	8(3.9)	20(2.4)	F=3.061
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	250(97.7)	164(98.2)	201(98.5)	198(96.1)	810(57.6)	P=0.382
굴비	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	13(6.1)	18(11.8)	20(11.8)	18(10.0)	69(9.6)	F=4.878
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	201(93.9)	134(88.2)	150(88.2)	162(90.0)	647(90.4)	P=0.181
갈치	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(1.3)	2(1.3)	5(2.8)	4(2.1)	14(1.8)	F=1.615
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	228(98.7)	157(98.7)	175(97.2)	188(97.9)	748(98.2)	P=0.656
게장	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	14(7.8)	6(5.2)	14(10.6)	5(3.7)	39(6.9)	F=5.839
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	165(92.2)	110(94.8)	118(89.4)	132(96.4)	525(93.1)	P=0.120
기타 수산물	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	4(2.2)	4(3.3)	2(1.5)	6(4.0)	16(2.7)	F=1.972
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	181(97.8)	119(96.8)	131(98.5)	164(96.1)	577(97.3)	P=0.572
쇠고기	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	5(2.1)	5(3.0)	2(1.0)	2(1.1)	14(1.8)	F=2.769
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	238(97.9)	164(97.0)	199(99.0)	187(98.9)	788(98.3)	P=0.429
돼지고기	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	5(2.0)	4(2.4)	2(1.0)	2(1.0)	13(1.6)	F=1.824
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	247(98.0)	165(97.6)	203(99.0)	195(99.0)	810(98.4)	P=0.610
닭고기	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.0)	0(0.0)	2(0.6)	F=1.335
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	130(100.0)	0(0.0)	194(99.0)	0(0.0)	324(99.4)	P=0.248
기타육류 (예. 오리고기 등)	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	1(1.2)	1(0.3)	F=3.402
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	114(100.0)	83(100.0)	88(100.0)	83(98.8)	368(99.7)	P=0.334

## 나. 사회경제적 수준에 따른 농산물 구입 단위

### 1) 곡류

사회경제적 수준에 따라 곡류의 구매단위는 쌀의 경우 대포장 단위로 구입하는 비율이 높고, 그 외 곡류는 소포장 단위로 구입하는 비율이 높았다. 쌀을 사회경제적 수준에 따라서 보면 상류층에 대포장으로 구입하는 비율이 84.6%로 하류층 89.4%에 비해 낮았으나 통계적으로 유의한 차이는 아니었다. 쌀 이외의 곡류를 보면 보리, 수수, 메밀, 밀가루, 기타 곡류는 하류층에서 상류층에 비해 대포장으로 구입하는 비율이 높았으나 통계적으로 유의하지는 않았으며, 옥수수과 조는 계층에 따라 차이가 없었다.

### 2) 서류 및 두류

서류의 사회경제적 수준에 따른 구매 단위를 보면 주로 소포장 형태로 구입하는 것으로 조사되었으나 감자와 고구마 모두 상류층에 비해 하류층에서 대포장 형태로 구입하는 비율이 높았다. 두류의 사회경제적 수준에 따른 구매단위는 계층에 따라 차이가 없었으며, 대포장보다는 소포장 형태로 구매하였고, 팥과 녹두는 상류층에서, 콩과 땅콩은 중류층에서 대포장 단위로 구입하는 비율이 높은 경향을 보였다.

### 3) 견과류 및 종실류

견과류와 종실류의 사회경제적 수준에 따른 구매단위를 보면 소포장 단위로 구입하는 비율이 92% 이상으로 높았다. 각 식품별로 보면 밤의 경우 상류층이 하류층보다 대포장 단위로 구입하는 비율이 3.2%로 높은 경향을 보였고, 도토리, 은행, 참깨, 들깨는 하류층에서 대포장 단위로 구입하는 비율이 높았으나 통계적으로 유의적인 차이는 아니었다. 즉 견과류와 종실류의 구매단위는 주로 소포장단위로 이루어지며 사회경제적 수준에 따라 차이가 없었다.

#### 4) 과일류

사회경제적 수준에 따라 과일류의 구매단위를 보면 대포장 보다는 소포장 단위로 구입하는 비율이 높았으며, 포도와 복숭아를 제외한 사과, 배, 단감, 귤, 유자, 자두, 참다래 및 기타 과실류의 경우 사회경제적 수준에 따라 구매단위에 차이가 없는 것으로 조사되었다. 그러나 포도와 복숭아는 상류층에서 대포장 단위로 구입하는 비율이 각각 20.1%, 14.3%로 하류층 9.8%, 4.1%에 비해 높아 사회경제적 수준에 따라 구매단위에 유의적인 차이가 있는 것으로 나타났다. 포도와 복숭아 이외에 다른 과일류의 구매단위를 보면 상류층이 하류층보다 대단위로 구입하는 비율이 높은 경향을 보여 전반적으로 사회경제적 수준이 높을수록 과일의 구매단위가 커지는 것으로 사료된다.

#### 5) 채소류

사회경제적 수준에 따른 채소류의 이용빈도를 보면 사회경제적 수준에 상관없이 모든 계층에서 대단위 보다는 소단위 형태로 구매하는 것으로 조사되었다. 채소류 중 무와 배추는 대단위로 구입하는 비율이 상류층보다는 하류층에서 높았으며, 과채류인 참외, 수박, 딸기, 멜론과 버섯류 중 기타버섯은 상류층보다는 하류층에서 대단위로 구입하는 비율이 낮았다. 그 외 채소류와 버섯류는 상류층보다는 중류층이나 하류층에서 대단위로 구입하는 비율이 다소 높은 경향을 보였다. 전반적으로 채소류는 사회경제적 수준에 따라 구매단위에 통계적으로 유의적인 차이를 보이지 않았다.

#### 6) 수산물 및 축산물

수산물의 구매단위를 보면 사회경제적 수준에 상관없이 대단위 보다는 소단위 형태로 구매하는 비율이 높았으며, 고등어, 갈치 외 기타 수산물은 계층에 따라 차이를 보이지 않았다. 그러나 굴비와 게장은 상류층이 각각 14.0%, 11.2%로 하류층 4.7%, 2.9%에 비해 유의적으로 높았다.

사회경제적 수준에 따라 축산물의 구매단위를 보면 모든 계층에서 대단위로 구입하기 보다는 소단위로 구입하는 비율이 높았으며 대단위로 구입하는 비율을 보면 상류층이 하류층보다 높은 경향을 보였으나 통계적으로 유의한 차이는 아니었다.

이와 같이 수산물과 축산물의 구매단위를 보면 굴비와 게장을 제외하고는 사회계층에 따라 유의한 차이를 보이지는 않았으나 전반적으로 상류층이 하류층에 비해 대단위로 구매하는 비율이 높았다.



표 2-24. 사회경제적 수준에 따른 곡류의 구입 단위

N(%)

곡류		상	중	하	$\chi^2$
쌀	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	154(84.6)	310(88.3)	161(89.4)	F=2.230 P=0.328
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	28(15.4)	41(11.7)	19(10.6)	
보리	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	7(5.4)	13(5.2)	14(10.9)	F=4.795 P=0.091
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	123(94.6)	236(94.8)	115(89.2)	
옥수수	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(2.6)	4(2.8)	2(2.9)	F=0.013 P=0.994
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	74(97.4)	139(97.2)	66(97.1)	
수수	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	1(1.2)	4(2.5)	3(4.3)	F=1.421 P=0.491
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	81(98.8)	155(97.5)	67(95.7)	
조	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(3.5)	2(1.2)	3(3.6)	F=1.839 P=0.399
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	84(96.6)	159(98.8)	80(96.4)	
메밀	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	1(1.5)	3(2.5)	2(3.2)	F=0.403 P=0.818
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	65(98.5)	117(97.5)	60(96.8)	
밀가루	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	4(2.6)	10(3.3)	6(3.9)	F=1.513 P=0.824
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	152(97.4)	292(96.7)	148(96.1)	
기타곡류	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(2.6)	9(4.4)	5(5.2)	F=0.946 P=0.623
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	111(97.4)	196(95.6)	92(94.9)	

표 2-25. 사회경제적 수준에 따른 서류 및 두류의 구입 단위

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
감자	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	17(9.2)	61(17.1)	27(15.3)	F=6.120 P=0.047
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	167(90.8)	295(82.9)	150(84.8)	
고구마	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	11(6.4)	51(15.7)	23(14.8)	F=9.032 P=0.011*
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	160(93.6)	274(84.3)	132(85.2)	
콩	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	9(5.8)	21(6.7)	7(4.5)	F=3.903 P=0.419
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	146(94.2)	294(93.3)	148(95.5)	
팥	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(2.7)	4(1.8)	1(1.0)	F=0.804 P=0.669
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	109(97.3)	215(98.2)	98(99.0)	
녹두	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(2.6)	2(1.3)	1(1.4)	F=0.538 P=0.764
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	76(97.4)	152(98.7)	69(98.6)	
땅콩	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	1(0.8)	4(1.7)	0(0.0)	F=2.124 P=0.346
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	127(99.2)	235(98.3)	108(100.0)	
기타두류	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	1(1.1)	4(2.4)	2(2.3)	F=0.502 P=0.778
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	88(98.9)	164(97.6)	85(97.7)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

표 2-26. 사회경제적 수준에 따른 과일류의 구입 단위

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
사과	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	39(21.4)	73(20.7)	29(16.5)	F=3.776
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	143(78.6)	280(79.3)	147(83.5)	P=0.437
배	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	18(11.1)	34(11.0)	15(9.90)	F=0.142
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	144(88.9)	276(89.0)	136(90.1)	P=0.931
단감	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	9(5.9)	24(8.1)	6(4.2)	F=2.515
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	143(94.1)	273(91.9)	137(95.8)	P=0.284
포도	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	30(20.1)	36(13.5)	12(9.8)	F=6.147
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	119(79.9)	230(86.5)	110(90.2)	P=0.046*
복숭아	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	19(14.3)	15(6.2)	4(4.1)	F=10.127
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	114(85.7)	227(93.8)	93(95.9)	P=0.006*
귤	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	43(27.2)	85(27.5)	44(29.1)	F=0.175
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	115(72.8)	224(72.5)	107(70.9)	P=0.916
유자	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(2.1)	8(4.0)	1(1.2)	F=1.982
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	95(97.9)	192(96.0)	83(98.8)	P=0.371
자두	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(2.9)	2(1.0)	1(1.2)	F=1.786
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	100(97.1)	202(99.0)	84(98.8)	P=0.410
참다래	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(2.9)	4(1.9)	1(1.0)	F=0.908
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	101(97.1)	206(98.1)	96(99.0)	P=0.635
기타과실류	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	5(5.3)	4(2.1)	2(2.0)	F=2.822
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	89(94.7)	191(98.0)	99(98.0)	P=0.244

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

## 5. 농산물 구입 형태 조사

### 가. 곡류의 구입형태

곡류의 구입형태를 보면 쌀, 보리, 옥수수, 수수, 조는 가공하거나 손질되어지지 않은 원래 상태의 것을 구입하는 비율이 60% 이상으로 나타나 이들 제품은 주로 가공되어지지 않은 형태의 것으로 구입하였다. 그러나 메밀은 가공된 형태로 구입한다고 응답한 비율이 48.0%, 원래대로 37.2%, 손질한 것 14.8%로 조사되어 원래상태 보다는 가루형태로 가공된 것을 구입하는 비율이 높았으며, 밀가루는 원래의 상태보대는 가공된 상태의 것으로 구입하는 비율이 74.5%로 상당히 높은 비율을 차지하였다. 곡류의 구입형태를 보면 곡류의 이용방법에 따라 차이가 있으나 주로 메밀과 밀가루는 가루형태로 가공된 것을 쉽게 구입할 수 있기 때문인 것으로 사료된다.

### 나. 서류 및 두류의 구입형태

서류인 감자와 고구마의 구입형태를 보면 조사대상자의 92% 이상이 가공되거나 손질되지 않은 원상태의 형태로 구입하는 것으로 나타났다. 두류인 콩, 팥, 녹두, 땅콩 및 기타두류의 구입형태 역시 가공된 것보다는 원래의 상태이거나 손질된 형태의 것을 구입한다고 응답한 비율이 높았다. 두류 중 콩, 팥, 기타두류는 원래대로 구입한다고 응답한 비율이 손질한 것을 구입한다고 응답한 비율보다 높았고, 녹두와 땅콩은 손질한 것을 구입한다고 응답한 비율이 원래대로 구입한다고 응답한 비율보다 높았다. 이상의 결과 서류와 두류는 구입형태에 유의적인 차이를 보이고 있으며, 식품의 특성에 따라 구입하는 형태에 차이가 있는 것으로 나타났다.

### 다. 견과류 및 종실류의 구입형태

견과류 및 종실류의 구입형태를 보면 다음과 같다. 견과류 중 밤과 호두는 원래대로 구입한다고 응답한 비율이 각각 73.6%, 51.8%로 손질한 것 또는 가공된 것으로 구입한다고 응답한 비율보다 높았다. 잣은 원래상태나 가공된 형태로 구입하기 보다는 손질한 것을 구입한다고 한 비율이 65.2%로 높았고, 도토리는 가공된 것 39.0%, 손질한 것 34.2%로 원래상태보다는 가공된 것으로 구입하는 비율이 높았다. 은행은 손질한 것으로 구입하는 비율이 51.1%로 조사되었으며, 참깨는 원래상태와 가공된 것으로 구입하는 비율이 각각 37.0%, 34.0%로 손질한 것에 비해 높았다. 이에 비해 들깨는 원래대로와 손질한 것을 구입하는 비율이 높아 참깨와 다른 경향을 보였다. 이상과 같이 견과류 및 종실류의 구입형태는 식품의 특성에 따라 차이를 보였다.

#### 라. 과일류의 구입형태

과일류의 구입형태는 가공하거나 손질된 것보다는 원래상태대로 구입하여 이용하는 것으로 나타났다. 과일류 중 유자를 제외한 모든 과일류에서 원래상태의 것을 구입한다고 응답한 비율이 90% 내외로 상당히 높은 비율을 차지하였으며 가공형태의 것을 구입하는 비율은 2.5%이하로 상당히 낮은 수준이었다. 그러나 유자는 원래대로 구입한다고 응답한 비율이 55.7%, 가공된 형태로 구입한다고 한 비율 역시 32.7%로 다른 과일류에 비해 가공상태의 것을 구입하는 비율이 높았다. 이는 다른 과일에 비해 유자는 그 자체로 먹기보다는 가정 내에서 가공의 형태인 유자차로 주로 먹기 때문인 것으로 보인다.

#### 마. 채소류의 구입형태

채소류의 구입형태를 보면 가공 상태나 손질된 것을 구입하기 보다는 원래 상태의 것을 구입하여 이용하는 것으로 나타났다. 채소류 중 손질된 상태로 구입하는 비율이 20% 이상인 것으로 조사된 식품은 건고추, 샐러리, 양상추 및 피망인 것으로 조사되었으며 버섯류인 송이버섯, 표고버섯, 느타리버섯, 팽이버섯, 양송이버섯 등이 손질된 상태로 구입하는 비율이 20%를 넘어 다른 식품에 비해 손질된 형태로 구입하는 비율이 높았다. 이들 식품을 제외한 대부분의 채소류와 과채류는 손질된 것이나 가공된 형태보다는 아무런 가공을 가하지 않은 원상태의 것을 구입하는 것으로 조사되었으며 각각의 채소류의 구입형태는 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

#### 바. 수산물 및 축산물의 구입형태

수산물과 축산물은 다른 식품에 비해 원래의 상태대로 구입한다고 응답한 비율이 60% 이하로 낮았으며 그 대신 손질한 것을 구입한다고 응답한 비율이 높았다. 수산물의 경우 계장을 제외한 굴비, 갈치, 기타 수산물의 구입형태는 비슷하여 원래상태로 구입하는 경우는 55% 내외였으며, 손질한 형태로 구입한다고 응답한 비율이 36% 이상이었다. 이에 비해 계장은 가공된 형태로 구입하는 비율이 30.2%로 높았으며, 손질한 것으로 구입한다고 응답한 비율이 22.8%로 제일 낮은 비율을 차지하였다.

축산물 중 쇠고기와 돼지고기는 원래대로 구입한다고 응답한 비율이 각각 54.5%, 50% 수준으로 높았으며, 손질한 것을 구입한다고 응답한 비율 역시 41% 내외로 응답하여 손질한 형태로 구입하는 비율이 높은 것으로 조사되었다. 그러나 가공형태의 것을 구입한다고 응답한 비율은 쇠고기보다는 돼지고기가 높았다. 닭고기는 원래상태의 것을 구입하기 보다는 손질된 것을 구입하는 비율이 48%로 높았으며 가공형태의 것으로 구입

한다고 응답한 비율 역시 8.5% 수준으로 응답하여 쇠고기 보다는 높은 수준이었다. 쇠고기, 돼지고기, 닭고기 이외의 육류 구입형태는 손질된 것을 구입하는 비율이 43.5%로 원래상태의 것을 구입하는 비율 41.6%로 보다 높았으며 가공된 것을 구입한다고 응답한 비율 역시 15.0%로 조사되어 다른 축산물에 비해 가공된 것을 구입하는 비율이 높았다.

표 2-27. 곡류 및 서류의 구입형태

N(%)

식품명	원래대로	손질한 것(세척된 것)	가공된 것(가루형태)	$\chi^2$	
곡류	쌀	696(80.8)	143(16.6)	22(2.6)	F=1480.273 P=0.0001*
	보리	447(73.3)	133(21.8)	30(4.9)	F=464.089 P=0.0001*
	옥수수	250(61.7)	112(27.7)	43(10.6)	F=164.578 P=0.0001
	수수	273(71.7)	87(22.8)	21(5.5)	F=268.913 P=0.0001
	조	288(71.1)	95(23.5)	22(5.4)	F=279.837 P=0.0001*
	메밀	118(37.2)	47(14.8)	152(48.0)	F=54.328 P=0.0001*
	밀가루	150(19.8)	43(5.7)	564(74.5)	F=600.114 P=0.0001*
	기타곡류	332(68.5)	101(20.8)	52(10.7)	F=276.623 P=0.0001*
서류 및 두류	감자	836(92.8)	49(5.4)	16(1.8)	F=1434.915 P=0.0001*
	고구마	758(92.0)	51(6.2)	15(1.8)	F=1278.148 P=0.0001*
	콩	447(57.1)	311(39.7)	25(3.2)	F=730.476 P=0.0001*
	팥	294(55.7)	206(39.0)	28(5.3)	F=208.682 P=0.0001*
	녹두	161(45.1)	170(47.4)	27(7.5)	F=107.905 P=0.0001*
	땅콩	229(40.0)	274(47.9)	69(12.1)	F=121.766 P=0.0001*
	기타두류	203(50.3)	165(40.8)	36(8.9)	F=113.797 P=0.0001*

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

## 6. 기타 농산물 소비에 관한 조사

### 가. 국산농산물 사용 정도

농산물 중 국산물의 사용정도를 보면 ‘국산농산물만 먹는다’ 25.2%, ‘수입농산물이 라도 필요하다면 먹는다’ 55.5%, ‘국산·수입농산물 구별하지 않고 먹는다’ 20.3%로 국산농산물만을 먹는다고 응답한 비율이 낮았으며 경우에 따라서는 수입농산물을 이용한다고 응답한 비율이 높았다.

계절에 따라 국산농산물의 사용정도를 비교해 보면 ‘국산·수입농산물 구별하지 않고 먹는다’고 응답한 비율이 겨울에 18.1%로 다른 계절에 비해 낮았으나 통계적으로 유의한 차이는 아니었다. 즉, 국산농산물을 이용하는 비율은 계절에 따라 차이가 없는 것으로 조사되었다. 또한 사회경제적 수준에 따라 보았을 때도 ‘국산농산물만을 이용한다’고 응답한 비율이 상류층에서 27.2%로 중류층이나 하류층에 비해 높았으며, ‘국산·수입농산물 구별하지 않고 먹는다’고 응답한 비율은 16.2%로 중류층이나 하류층에 비해 낮았으나 통계적으로 유의한 차이는 아니었다. 단지 사회경제적 수준이 높을수록 국산 농산물을 이용하는 경향이 높음을 보였을 뿐이다.

표 2-28. 계절에 따른 국산 농산물의 사용정도

항목	N(%)					$\chi^2$
	봄	여름	가을	겨울	합계	
국산농산물만 먹는다.	71(25.7)	38(20.8)	64(28.2)	48(21.1)	221(25.2)	F=9.900 P=0.359
수입농산물이라도 필요하다면 먹는다.	146(52.9)	105(57.4)	118(52.0)	138(60.8)	507(55.5)	
국산·수입농산물 구별하지 않고 먹는다.	59(21.4)	40(21.9)	45(19.8)	41(18.1)	185(20.3)	

표 2-29. 사회경제적 수준에 따른 국산 농산물의 사용정도

항목	N(%)			$\chi^2$
	상	중	하	
국산농산물만 먹는다.	52(27.2)	90(24.1)	49(25.8)	F=3.343 P=0.765
수입농산물이라도 필요하다면 먹는다.	108(56.5)	206(55.2)	101(53.2)	
국산·수입농산물 구별하지 않고 먹는다.	31(16.2)	77(20.6)	40(21.1)	

나. 조리된 반찬 구입 횟수

조리된 반찬의 구입횟수를 보면 ‘거의 구입하지 않는다’가 53.9%로 나타나 조사대상자의 과반수 이상이 조리된 반찬을 구입하지 않는 것으로 조사되었으며, ‘가끔 구입한다’, ‘보통정도로 구입한다’고 응답한 비율이 각각 30.9%, 10.9%로 조사되어 조사대상자의 41.8% 정도는 가끔 구입하여 이용하는 것으로 조사되었다.

계절별로 보면 가끔 구입한다는 경우가 여름철이 29.4%로 다른 계절에 비해 낮았으나 자주 구입한다고 응답한 비율은 5.4%로 다른 계절에 비해 높은 경향을 보였다. 그러나 조리된 반찬의 구입 횟수는 계절에 따라 통계적으로 유의적인 차이를 보이지 않았다. 사회경제적 수준에 따라 구입하는 정도를 보면 사회경제적 수준이 높을수록 조리된 반찬을 구입하는 횟수가 많은 것으로 조사되었다. 즉, ‘거의 구입하지 않는다’가 상류층에서 38.7%인데 비해 하류층은 64.2%로 나타났으며, ‘가끔 구입하는 편이다’, ‘보통 정도로 구입한다’ 역시 상류층이 각각 38.7%, 14.1%로 하류층 24.2%, 7.9%에 비해 높았다. 또한 중류층에 비해서도 상류층에서 반찬을 구입하는 횟수가 높아 사회경제적 수준이 높을수록 반찬을 구입하는 비율이 높았다.

표 2-30. 계절에 따라 조리된 반찬 구입 횟수

항목	봄	여름	가을	겨울	전체	$x^2$
매우 자주 구입한다.	1(0.4)	1(0.4)	2(1.1)	2(0.9)	6(0.7)	F=9.972 P=0.822
자주 구입하는 편이다.	8(3.5)	15(5.4)	3(1.6)	8(3.5)	34(3.7)	
보통정도로 구입한다.	26(11.5)	31(11.2)	18(9.8)	24(10.6)	99(10.9)	
가끔 구입하는 편이다.	68(30.0)	81(29.4)	60(32.8)	73(32.2)	282(30.9)	
거의 구입하지 않는다.	124(54.6)	148(53.6)	100(54.6)	120(52.9)	492(53.9)	

표 2-31. 사회경제적 수준에 따라 조리된 반찬 구입 횟수

	상	중	하	$x^2$
매우 자주 구입한다.	2(1.1)	3(0.8)	1(0.5)	F=29.746 P=0.001*
자주 구입하는 편이다.	14(7.3)	11(3.0)	6(3.2)	
보통정도로 구입한다.	27(14.1)	41(11.0)	15(7.9)	
가끔 구입하는 편이다.	74(38.7)	114(30.6)	46(24.2)	
거의 구입하지 않는다.	74(38.7)	204(54.7)	122(64.2)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $x^2$ -test



### 다. 김치 담그는 횟수

김치를 담그는 횟수를 보면 ‘거의 담지 않음’이 14.4%로 김치를 담그지 않은 비율이 10% 이상으로 조사되었으며, 김치를 담그는 횟수 역시 ‘한달에 1~2회’인 경우가 32.5%, ‘2달에 1회’ 24.9%로 조사되어 일반적으로 김치를 담그는 횟수가 한달 또는 2달에 1, 2회 정도 담구는 것으로 조사되었다.

계절에 따라 김치 담그는 횟수를 비교해 보면 김치를 담그지 않은 경우는 겨울이 17.3%로 다른 계절에 비해 높았으며 김치를 담그는 횟수 역시 여름철에 비해 겨울철이 더 낮은 것을 조사되었으나 계절에 따라 유의적인 차이를 보이지 않았다.

표 2-32. 계절에 따라 김치 담그는 횟수

항목	계절					전체	x <sup>2</sup>
	봄	여름	가을	겨울	전체		
일주일에 1회 이상	4(1.5)	4(2.2)	5(2.2)	6(2.7)	19(2.1)	F=23.722 P=0.070	
한달에 3~4회	20(7.3)	9(4.9)	11(4.9)	7(3.1)	47(5.2)		
한달에 1~2회	97(35.3)	69(37.7)	74(32.7)	55(24.4)	295(32.5)		
2달에 1회	59(21.5)	45(24.6)	60(26.6)	62(27.6)	226(24.9)		
3달에 1회	63(22.9)	26(4.2)	46(20.4)	56(24.9)	191(21.0)		
거의 담지 않음	32(11.6)	30(16.4)	30(13.3)	39(17.3)	131(14.4)		

사회경제적 수준에 따라 김치 담그는 횟수를 보면 사회경제적 수준이 높을수록 김치 담그는 횟수가 줄어드는 것으로 조사되어 김치를 담그지 않은 경우가 상류층의 경우 22.5%로 조사되어 중류층 14.9%, 하류층 6.9%에 비해 높았으며, 일주일에 1회 이상, 한달에 3~4회, 한달에 1~1회 담근다고 응답한 비율은 상류층에 비해 하류층에서 높았다.

이상의 결과 사회경제적 수준에 따라 김치 담그는 횟수가 감소하거나 거의 담그지 않은 비율이 상류층에서 높았으며, 반찬을 구입하는 경우 역시 상류층에서 높은 것으로 조사되었다. 이 결과 상류층의 여성들이 경제적 여유와 더불어 사회활동 등을 통한 시간적 여유 부족이 하나의 원인으로 작용한 것이 아닌가 하는 생각을 해 본다. 그러나 이들의 관계를 좀더 구체적으로 확인해 보기 위해서는 가정 내 주부의 사회적 활동여부에 따라 농산물의 구입 및 식생활에 관련된 전반적인 조사 연구의 수행이 필요하다.

표 2-33. 사회경제적 수준에 따라 김치 담그는 횟수

N(%)

	상	중	하	$\chi^2$
일주일에 1회 이상	4(2.1)	7(1.9)	7(3.7)	F=26.753 P=0.003*
한달에 3~4회	4(2.1)	22(5.9)	10(5.3)	
한달에 1~2회	63(33.0)	115(30.8)	68(36.0)	
2달에 1회	47(24.6)	95(25.5)	44(23.3)	
3달에 1회	30(15.7)	79(21.2)	47(24.9)	
거의 담지 않음	43(22.5)	55(14.8)	13(6.9)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

## 7. 홈쇼핑 유통 위한 식품 판매 단위 조사

### 가. 홈쇼핑 이용실태

홈쇼핑을 이용하여 상품을 구매하는 빈도를 보면 '거의 하지 않음'이 63.7%로 홈쇼핑을 이용하여 상품을 구매하는 비율이 상당히 낮았다. 또한 계절에 따라 상품을 구매하는 비율을 보면 봄, 여름, 가을에 비해 겨울철에 홈쇼핑을 이용하는 비율이 높았으나 유의적인 차이를 보였다.

표 2-34. 계절에 따른 홈쇼핑을 통해 상품을 구매하는 빈도

N(%)

	봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
1주일에 1번 이상	0(0.0)	1(0.6)	2(1.0)	3(1.4)	6(0.8)	F=17.5 P=0.290
2주일에 1번	3(2.3)	3(1.7)	3(1.4)	0(0.0)	9(1.2)	
한달에 1번	10(7.8)	7(3.9)	14(6.6)	19(9.0)	50(6.9)	
6개월에 1~2번	15(11.6)	25(14.0)	29(13.7)	42(19.8)	111(15.2)	
1년에 1~2번	16(12.4)	22(12.4)	23(10.9)	28(13.2)	89(12.2)	
거의 하지 않음	85(65.9)	120(67.4)	140(66.4)	120(56.6)	465(63.7)	

홈쇼핑을 통해서 주로 구매하는 상품은 생활용품이 21.8%로 가장 높은 비율을 차지하였으며, 그 다음이 식품류 12.4%, 화장품, 침구류, 속옷, 가전제품 순으로 나타났

다. 식료품 구입을 위해 홈쇼핑을 이용하는 경우가 2위로 나타나 전체적으로 식료품 구입을 위해 홈쇼핑을 이용하는 경우가 높았다. 계절별로 보았을 때 식료품의 경우 봄철 보다는 여름철에 홈쇼핑을 통하여 구입하는 비율이 14.3%로 조사되어 홈쇼핑을 통한 식품의 구입이 높았다. 그러나 홈쇼핑을 통해 상품을 구매하는 비율이 계절에 따라 유의적인 차이를 보이지는 않았다.

표 2-35. 계절에 따른 홈쇼핑으로 주로 구매하는 상품

	N(%)					x <sup>2</sup>
	봄	여름	가을	겨울	전체	
화장품	14(11.8)	15(10.2)	18(11.3)	25(11.4)	72(11.2)	F=30.797 P=0.714
겉옷	9(7.6)	8(5.4)	11(6.9)	14(6.4)	42(6.5)	
생활용품	27(22.7)	28(19.1)	38(23.8)	48(21.8)	141(21.8)	
속옷	8(6.7)	13(8.8)	13(8.1)	25(11.4)	59(9.1)	
가전제품	12(10.1)	11(7.5)	15(9.4)	20(9.1)	58(9.0)	
패션·잡화	14(11.8)	21(14.3)	10(6.3)	21(9.6)	66(10.2)	
운동기구	5(4.2)	6(4.1)	5(3.1)	6(2.7)	22(3.4)	
침구류	13(10.9)	10(6.8)	13(8.1)	25(11.4)	61(9.4)	
식료품	13(10.9)	21(14.3)	21(13.1)	25(11.4)	80(12.4)	
보석·장신구	3(2.5)	3(2.0)	5(3.1)	2(0.9)	13(2.0)	
취미/오락용품	0(0.0)	6(4.1)	3(1.9)	1(0.5)	10(1.6)	
가구	0(0.0)	2(1.4)	2(1.3)	1(0.5)	5(0.8)	
기타	1(0.8)	3(2.0)	6(3.8)	7(3.2)	17(2.6)	

표 2-36. 계절에 따라 총 생활비 중 홈쇼핑을 통해 지출하는 비율

	N(%)					x <sup>2</sup>
	봄	여름	가을	겨울	전체	
10% 미만	40(83.3)	56(91.8)	64(82.1)	84(83.2)	244(84.7)	F=6.474 P=0.692
10~30%	8(16.7)	5(8.2)	13(16.7)	14(13.9)	40(13.9)	
30~50%	0(0.0)	0(0.0)	1(1.3)	2(2.0)	3(1.0)	
50% 이상	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	1(1.0)	1(0.4)	

생활비 중 홈쇼핑을 통해 지출되는 비율을 조사한 결과는 표 2-36과 같이 10% 미만이 84.7%로 조사대상자의 대부분이 생활비의 10%미만을 홈쇼핑을 통해서 지출하

였다. 계절별로 보았을 때 여름철이 10% 미만인 비율이 91.8%로 가장 높았으나 계절에 따라 유의적인 차이를 보이지는 않았다.

표 2-37. 계절에 따라 총 식비 중 홈쇼핑을 통해 지출하는 비율

	봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
10% 미만	23(46.9)	31(54.4)	50(66.7)	63(65.0)	167(60.1)	F=21.423 P=0.124
10~30%	7(14.3)	6(10.5)	9(12.0)	11(11.3)	33(11.9)	
30~50%	0(0.0)	2(3.5)	1(1.3)	2(2.1)	5(1.8)	
50~70%	1(2.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.4)	
70% 이상	0(0.0)	2(3.5)	0(0.0)	0(0.0)	2(0.7)	
식품은 구입하지 않음	18(36.7)	16(28.1)	15(20.0)	21(21.7)	70(25.2)	

총 식비 중 홈쇼핑을 통해 지출하는 비율을 보면 '식품을 구입하지 않음'이 25.2%로 조사되었으며 10% 미만이 60.1%로 조사되어 총 식비 중 홈쇼핑을 통해 구입하는 식품의 비율이 낮았다. 계절에 따라 총 식비 중 홈쇼핑을 통해 지출하는 비율을 보면 10% 미만이 봄 46.9%, 여름 54.4%, 가을 66.7%, 겨울 65.0% 나타나 봄철에 홈쇼핑을 통해 식품을 구입하는 비율이 낮았으며, 식품을 구입하지 않은 비율 역시 봄철이 36.7%로 나타났으나 통계적으로 유의적인 차이는 아니었다.

#### 나. 홈쇼핑을 통한 식품 구입 목적 및 구입빈도

표 2-38. 계절에 따라 홈쇼핑으로 식품 구입 시 목적

	봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
가정에서 일상적으로 먹기 위해	26(72.2)	35(76.1)	42(70.0)	64(77.1)	167(74.2)	F=25.873 P=0.039*
선물용으로	6(16.7)	3(6.5)	6(10.0)	9(10.8)	24(10.7)	
계수용으로 쓰기 위하여	0(0.0)	4(8.7)	0(0.0)	0(0.0)	4(1.8)	
손님 초대를 위하여	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
주변사람과 나눠먹기 위해서	0(0.0)	0(0.0)	3(5.0)	2(2.4)	4(1.8)	
기타	4(11.1)	4(8.7)	9(15.0)	8(9.6)	25(11.1)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

홈쇼핑을 통해 식품을 구입하는 목적을 보면 '가정에서 일상적으로 먹기 위해'가 74.2%로 가장 높았으며 그 다음이 '기타' 11.1%, '선물용' 10.7%의 순으로 조사되었다. 계절별로 보았을 때 가정에서 일상적으로 먹기 위해 구입하는 비율이 가을철 70.0%로 겨울 77.1%에 비해 낮았으며, 선물용으로 구입하는 경우는 봄철이 16.7%로 다른 계절에 비해 높았다. 즉 홈쇼핑을 통해 구입한 식품의 활용 정도는 계절에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다.

표 2-39. 홈쇼핑을 통해서 판매되고 있는 식품의 계절별 구매 빈도

N(%)

	봄	여름	가을	겨울	전체
곡류(쌀, 혼합곡류 등)	3(10.3)	8(27.6)	5(17.2)	13(44.8)	29(6.6)
수산물 및 수산가공품 (새우, 고등어, 갈치, 마른오징어, 젓갈, 게장 등)	16(12.1)	37(28.0)	27(20.5)	52(39.4)	132(29.9)
농산물(사과, 배, 멜론, 잣, 호두, 꽃감 등)	5(15.6)	4(12.5)	10(31.3)	13(40.6)	32(7.2)
육류 및 육가공품 (쇠고기, 사골, 돼지고기, 우족, 양념육, 오리, 햄)	7(9.6)	16(21.9)	23(31.5)	27(37.0)	73(16.5)
장류(된장, 고추장, 메주, 간장)	3(23.1)	3(23.1)	1(7.7)	6(46.2)	13(2.9)
김치류(배추김치, 보쌈김치)	8(11.6)	19(27.5)	15(21.7)	27(39.1)	69(15.6)
양념류(고추가루, 참기름, 죽염 등)	2(25.0)	1(12.5)	2(25.0)	3(37.5)	8(1.8)
조리가공식품(사골곰탕, 참치캔 등)	3(12.0)	4(16.4)	9(36.0)	9(36.0)	25(5.7)
건강식품 및 건강보조식품 (인삼, 생식, 선식, 로얄제리, 버섯류)	10(16.4)	12(19.7)	15(24.6)	24(39.3)	61(13.8)

홈쇼핑을 통해 구입하는 식품을 다중으로 표시하게 한 결과는 위의 표와 같다. 식품 중 홈쇼핑을 통해 가장 많이 구입하는 식품은 수산물 및 수산가공품이었으며 그 다음이 육류 및 육가공품, 김치류, 건강식품 및 건강보조식품의 순으로 조사되었다. 계절별로 보았을 때도 조사한 식품군 모두 겨울철에 구입하는 빈도가 높았다.

#### 다. 홈쇼핑을 통해 구입한 식품의 요리방법

홈쇼핑을 통해 구입한 수산 및 축산물의 주 요리 형태를 조사한 결과는 다음 표와 같다. 쇠고기의 경우 주로 이용하는 형태는 국·탕, 볶음·조림, 구이의 순으로 조

사되었으며 계절별로 보았을 때 가을이나 겨울에 국·탕을 이용하는 비율이 봄, 여름에 비해 높았으나 통계적인 차이를 보이지 않았다. 닭고기는 찜, 볶음·조림, 국·탕의 순으로 조사되었으며 계절에 따라 이용하는 요리의 형태에 차이를 보이지 않았다.

돼지고기는 구이, 찌개, 볶음·조림의 순으로 이용하고 있으며, 고등어는 구이, 볶음·조림, 갈치는 구이, 볶음·조림 순으로 조사되었으며, 굴비와 옥돔은 구이를 이용하는 비율이 가장 높았다. 새우는 전·부침·튀김, 볶음·조림, 찌개, 구이 순으로 조사되어 다른 식품에 비해 이용하는 음식의 범위가 상당히 높았다.

#### 라. 함께 판매되기를 바라는 식품

홈쇼핑에서 판매되는 농수축산물 중 함께 판매되기를 바라는 식품을 조사한 결과는 다음 표와 같다. 육류 및 육가공품 중 함께 구성하기를 바라는 식품은 소갈비, 우족, 사골, 소불고기, 소등심 순이었고, 수산물 및 수산가공품은 굴비, 꽃게, 고등어, 갈치, 새우 및 김 순으로 조사되어 수산물 보다는 축산물과 함께 구성되기를 희망하는 비율이 높았다.

#### 마. 홈쇼핑을 통해 구입하는 상품의 품질 및 희망 가격

홈쇼핑을 통해 판매되는 식품 중 선호하는 상품의 품질을 보면 축산물과 수산물 모두 특상품이나 상품을 희망하는 것으로 조사되었으며, 계절별로 보았을 때 여름철이 봄, 가을 및 겨울보다 최상품을 더 선호하는 것으로 나타났다. 그러나 여름철에 최상품을 희망하는 비율이 높았으나 계절에 따른 유의적인 차이를 보이지는 않았다.

축산물과 수산물 이외에 과일류로 사과와 배를 보면 특상품보다는 상품을 희망하는 비율이 각각 47.3%, 45.6%로 가장 높았으며, 계절별로 보면 사과의 경우 겨울철에 상품을 희망하는 비율이 50.5%로 다른 계절에 비해 높았으나 상대적으로 최상품을 희망하는 비율은 39.7%로 낮았다. 오히려 최상품을 희망하는 비율이 높은 계절은 여름으로 조사되어 계절에 따라 희망하는 상품의 품질에 차이를 보였으나 통계적으로 유의적이지 않았다. 배의 경우는 상품을 희망하는 비율이 높은 계절은 봄(49.2%)이었으나 최상품을 희망하는 계절은 여름과 가을로 조사되어 계절에 따라 차이가 있는 것으로 보였으나 통계적인 차이는 아니었다.

표 2-40. 홈쇼핑에서 판매되는 상품으로 함께 구성되기를 바라는 제품

N(%)

		빈도			빈도
육류 및 육가공품	소갈비	365(64.2)	수산물 및 수산가공품	굴비	251(44.1)
	소불고기	151(26.5)		갈치	166(29.2)
	소등심	116(20.4)		고등어	167(29.4)
	소안심	100(17.7)		삼치	97(17.1)
	돼지삼겹살	104(18.3)		옥돔	123(21.6)
	돼지등심	45(7.9)		도루묵	24(4.2)
	돼지안심	64(11.3)		임연수	64(11.3)
	돼지목등심	79(13.9)		꽂치	61(10.7)
	우족, 사골	205(36.0)		가자미	56(9.8)
	오리	48(8.4)		새우	144(25.3)
	햄류	107(18.8)		오징어	90(15.8)
	닭고기	68(11.9)		꽃게	178(31.2)
	돼지양념고기류	77(13.5)		가오리	13(2.3)
	소양념고기류	105(18.4)		낙지	94(16.5)
	소민스(쇠갈은것)	28(4.9)		문어	43(7.5)
			김	144(25.3)	

홈쇼핑에서 판매되는 식품의 가격에 대한 인식정도를 보면 조사대상 식품의 가격이 적절하다고 응답한 비율이 주로 적절하다고 응답한 비율이 가장 높았으나, 고등어와 게장은 비싸다고 인식한 비율이 높았다. 계절별로 보았을 때 보신세트류를 제외한 축산물, 수산물 및 과일류는 계절에 따라 가격 인식정도에 차이를 보이지 않았다. 보신세트류를 보면 적절하다고 인식하는 비율이 겨울 76.2%, 가을 64.4%로 겨울이 가을에 비해 높았으며, 비싸다고 인식하는 비율은 가을이 22.2%, 겨울이 10.4%로 조사되어 보신세트류를 주로 이용하는 겨울철에는 비싸다고 인식한 비율이 낮은 반면 이용도가 낮은 봄, 여름, 가을철에는 비싸다고 인식한 비율이 높아 계절에 따라 차이가 있었다.

현재 홈쇼핑에서 판매되고 있는 식품류의 판매 단위를 기준으로 희망하는 수량을 조사한 결과 현재 판매되고 있는 단위가 적당하다고 응답한 비율이 가장 높았으며, 1.5를 희망하는 비율보다는 기준분량보다 적은 단위인 0.5배를 희망하는 비율이 더 높았다. 단 고등어는 예외적으로 1.5배 정도가 적당하다고 응답한 비율이 33.8%로 높은 비율을 차지하였다. 계절별로 보았을 때 봄철에 '적당하다'고 응답한 비율이 다른 계절에 비해 낮아 계절간에 유의적인 차이를 보였다. 양념 소갈비, 보신세트류, 새우, 배 역시 양념돼지갈비와 비슷한 양상을 보였으며 계절에 따라 유의적인 차이를 보였다.

그 외 갈치, 굴비, 옥돔, 게장 및 사과는 계절에 따라 판매하는 단위에 유의적인 차이를 보이지 않았다. 또한 판매하는 상품의 희망하는 평균 수량을 본 결과 보신세트류의 경우 가을이 1.19로 여름 1.08에 비해 유의적으로 높았으며, 고등어는 봄이 1.26으로 여름과 겨울에 비해 유의적으로 높은 양을 희망하였다. 그 외 축산물과 수산물은 계절에 따라 유의적인 차이를 보이지는 않았으나 평균적으로 희망하는 단위가 1를 넘는 것으로 조사되어 현재 판매하는 단위보다 좀 더 많은 양을 희망하는 것으로 조사되었다.

과일류 중 사과는 가을이 1.19로 여름 1.09에 비해 높았고, 배는 가을 1.20으로 겨울 1.11에 비해 유의적으로 높아 계절에 따라 희망하는 단위에 유의적인 차이를 보였다. 사과와 배 역시 축산물 및 수산물과 마찬가지로 현재 판매하는 단위보다 각각 1.14배, 1.15배를 희망하고 있어 현재 판매되는 수량보다 높은 수준을 희망하고 있었다.



표 2-41. 계절별로 흡소평을 통해서 상품 구입시 적당하다고 생각되는 가격 비교

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
양념돼지갈비 (예 : 4-5kg에 3만원 정도)	값이 싸다	6(5.2)	13(7.9)	20(11.0)	15(7.5)	54(8.1)	F=3.550 P=0.737
	적절하다	92(79.3)	128(78.1)	136(74.7)	157(78.1)	513(77.4)	
	비싸다	18(15.5)	23(14.0)	26(14.3)	29(14.4)	96(14.5)	
양념소갈비 (예 : 5kg에 6만원대 수준)	값이 싸다	17(14.7)	31(19.0)	21(11.6)	35(17.7)	104(15.8)	F=10.732 P=0.097
	적절하다	67(57.8)	105(64.4)	113(62.4)	127(64.1)	412(62.6)	
	비싸다	32(27.6)	27(16.6)	47(26.0)	36(18.2)	142(21.6)	
보신세트류 (예 : 한우꼬리세트 5kg에 6만원대)	값이 싸다	14(12.2)	32(19.6)	24(13.3)	26(13.5)	96(14.8)	F=14.689 P=0.023*
	적절하다	80(69.6)	108(66.3)	116(64.4)	147(76.2)	451(69.3)	
	비싸다	21(18.3)	23(14.1)	40(22.2)	20(10.4)	104(16.0)	
고등어 (예 : 4손(8마리)에 4만원, 두 마리에 700g 이상)	값이 싸다	6(5.2)	5(3.1)	10(5.5)	7(3.6)	28(4.3)	F=2.901 P=0.821
	적절하다	30(25.9)	49(30.1)	46(25.1)	58(29.6)	183(27.8)	
	비싸다	80(69.0)	109(66.9)	127(69.4)	131(66.8)	447(67.9)	
갈치 (예 : 3kg(7-8마리)에 4만원)	값이 싸다	12(10.4)	23(14.1)	21(11.7)	17(8.5)	73(11.1)	F=7.103 P=0.311
	적절하다	65(56.5)	97(59.5)	110(61.1)	110(55.3)	382(58.1)	
	비싸다	38(33.0)	43(26.4)	49(27.2)	72(36.2)	202(30.8)	
굴비 (예 : 3두릅(60마리, 19·20cm)에 5만원)	값이 싸다	24(20.9)	42(25.8)	38(21.0)	28(14.5)	132(20.3)	F=8.387 P=0.211
	적절하다	72(62.6)	93(57.1)	118(65.2)	132(68.4)	415(63.7)	
	비싸다	19(16.5)	28(17.2)	225(13.8)	33(17.1)	105(16.1)	

(계속)

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
(예 : 제주옥돔 2kg(14-16마리)에 4만원)	값이 싸다	23(220.9)	37(22.6)	39(21.9)	43(22.5)	142(22.1)	F=0.523 P=0.998
	적절하다	69(62.7)	105(64.0)	113(63.5)	120(62.8)	407(63.3)	
	비싸다	18(16.4)	22(13.4)	26(14.6)	28(14.7)	94(14.6)	
새우 (예 : 참새우 1.4kg(50마리내외, 18cm)에 40,000원 수준)	값이 싸다	14(12.4)	18(11.0)	29(15.9)	22(11.3)	83(12.7)	F=7.093 P=0.312
	적절하다	61(54.0)	107(65.6)	110(60.1)	117(60.0)	395(60.4)	
	비싸다	38(33.6)	38(23.3)	44(24.0)	56(28.7)	176(26.9)	
게장 (예 : 간장게장 2.5kg에 5만원대)	값이 싸다	9(8.0)	12(7.5)	10(5.5)	8(4.1)	39(6.0)	F=7.593 P=0.270
	적절하다	40(35.7)	76(47.2)	83(45.6)	96(49.5)	295(45.5)	
	비싸다	63(56.3)	73(45.3)	89(48.9)	90(46.4)	315(48.5)	
사과 (예 : 10kg(40개 내외)에 4만원)	값이 싸다	4(3.5)	11(6.7)	17(9.4)	14(7.0)	46(7.0)	F=11.580 P=0.072
	적절하다	59(50.9)	93(56.7)	100(55.3)	128(63.7)	380(57.4)	
	비싸다	53(45.7)	60(36.6)	64(35.4)	59(29.4)	236(35.7)	
배 (예 : 7.5kg(13개 내외)에 25,000원 수준)	값이 싸다	9(8.0)	20(12.2)	23(12.5)	19(9.5)	71(10.7)	F=7.117 P=0.310
	적절하다	83(73.5)	117(71.3)	122(66.3)	155(77.1)	477(72.1)	
	비싸다	21(18.6)	27(16.5)	39(21.2)	27(13.4)	114(17.2)	

바. 홈쇼핑에서 판매되는 식품의 사은품 증정, 브랜드 인지 및 인터넷 쇼핑 이용도

홈쇼핑에서 수산식품의 사은품 제공에 대한 필요성을 조사한 결과 필요하다고 응답한 비율이 46.4%, 생각해 본적이 없다 36.9%로 조사되어 조사대상자 중 50% 수준에 가까운 사람들이 사은품을 희망하는 것으로 나타났으며, 계절별로 보았을 때 여름철이 다른 계절에 비해 유의적으로 낮아 37.9%로 나타나 봄 55.6%에 비해 낮았으며, 생각해 본적이 없다고 응답한 비율은 여름철이 다른 계절에 비해 높아 계절에 따라 사은품을 필요도에 대한 인식에 유의적인 차이를 보였다.

식품의 브랜드에 대한 인식은 브랜드가 중요하다고 응답한 비율이 74.6%로 조사되어 브랜드를 중요시 여기는 것으로 나타났으며 계절별로 보면 여름과 가을이 다른 계절에 비해 낮았으나 계절에 따라 유의적인 차이를 보이지 않았다.

인터넷 쇼핑을 통해 식품을 구매하는 비율을 보면 아니오가 83.3%로 인터넷을 통해 식품을 구입하는 비율이 낮은 것으로 조사되었다. 계절별로 보면 가을과 겨울에 인터넷을 통해 식품을 구입하는 비율이 각각 20.5%, 20.6%로 높아 여름철 9.1%에 비해 상당히 높은 수준으로 나타나 계절에 따라 인터넷을 통해 식품을 구입하는 비율에 유의적인 차이가 있었다.

표 2-42. 계절별로 홈쇼핑에서 판매되는 식품의 사은품 증정, 브랜드 및 인터넷 쇼핑 이용에 관한 사항 비교

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
홈쇼핑을 통한 수산물 판매시 사은품을 제공하는 것에 대한 인지	필요하다	70(55.6)	66(37.9)	102(49.0)	99(45.2)	337(46.4)	F=12.894 P=0.045*
	필요하지 않다	22(17.5)	31(17.8)	36(17.3)	33(15.1)	122(16.8)	
	생각해 본적이 없다	34(27.0)	77(44.3)	70(33.7)	87(39.7)	268(36.9)	
식품의 브랜드가 중요하다고 생각하는가?	예	97(76.4)	127(73.0)	151(73.0)	164(76.3)	539(74.6)	F=1.067 P=0.785
	아니오	30(23.6)	47(27.0)	56(27.1)	51(23.7)	184(25.5)	
인터넷 쇼핑을 통해 식품을 구매하는가?	예	18(14.1)	14(9.1)	43(20.6)	45(20.5)	122(16.7)	F=12.328 P=0.006*
	아니오	110(85.9)	159(90.9)	166(79.4)	175(79.6)	610(83.3)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

### 제3절 24시간 식이회상법에 의한 농산물의 섭취량 조사

24시간 식이회상법에 의해 식품 및 영양소의 섭취량을 조사하였는데 17개 식품군별 섭취양상, 가정 내외식별 섭취양상, 기타 요인별 섭취양상은 다음과 같다.

#### 1. 연평균 식품군별 평균섭취량 및 영양소섭취량

##### 가. 연평균 식품군별 평균섭취량

본 연구 결과 조사대상자의 1인 1일 평균 식품총섭취량은 1291.3g로 나타났으며 곡류 및 그 제품의 경우 271.3g, 육류 및 그 제품의 경우 74.8g으로 조사되었다. 2001년 국민건강영양조사의 결과를 보면 우리 국민이 섭취하는 식품의 총량은 1인 1일 평균 1314.7g이었다고 보고하고 있으며 곡류 및 그 제품의 경우 310.5g이었으며 육류 및 그 제품의 경우 91.7g으로 보고되고 있다.

표 3-1. 식품군별 1인 1일 평균 섭취량 (g)

식품군(n)	본 조사	2001년 국민건강 영양조사(대상: 전국)
곡류 및 그 제품(738)	271.3±92.1 <sup>1)</sup>	310.5
감자 및 그 제품(339)	53.7±60.6	26.5
당류 및 그 제품(634)	8.9±7.1	10.9
두류 및 그 제품(522)	51.8±58.1	31.6
종실류 및 그 제품(368)	6.2±16.7	2.7
채소류 및 그 제품(737)	294.3±134.3	290.8
버섯류(131)	26.7±26.6	4.7
과실류 및 그 제품(573)	262.7±187.2	207.4
육류 및 그 제품(552)	74.8±79.4	91.7
난류(435)	45.0±35.2	21.1
어패류 및 그 제품(682)	65.4±51.7	64.1
해조류 및 그 제품(493)	7.4±13.5	84.6
우유류 및 그 제품(494)	173.4±131.3	9.0
유지류(725)	9.3±5.5	9.9
음료, 차류 및 주류(365)	127.7±197.7	112.7
조미료 및 향신료류(735)	31.5±17.2	31.2
기타(10)	6.9±2.5	5.3
총식품섭취량	1291.3±379.8	1314.7

1) Mean ± SD

### 나. 영양소 섭취 실태

본 연구 결과 조사대상자의 1인 1일 평균 에너지섭취량은 1653.7kcal로 나타났으며 단백질의 경우 67.8g이었으며 지질의 경우 43.6g, 당질의 경우 252.6g으로 조사되었다. 칼슘의 섭취량은 569.9mg, 철의 섭취량은 12.9mg, 비타민 A는 682.1RE, 비타민 C의 섭취량은 123.5mg으로 조사되었다. 2001년 국민건강영양조사의 결과를 보면 1인 1일 평균 에너지섭취량은 1975.8kcal로 나타났으며 단백질의 경우 71.6g이었으며 지질의 경우 41.6g, 당질의 경우 315.0g으로 조사되었다. 칼슘의 섭취량은 496.9mg, 철의 섭취량은 12.2mg, 비타민 A는 623.8RE, 비타민 C의 섭취량은 132.6mg으로 조사되었다.

표 3-2. 연평균 영양소 섭취량

	본 조사	2001년 국민건강 영양조사(대상: 전국)
에너지(kcal)	1653.7±409.3 <sup>1)</sup>	1975.8
총 단백질(g)	67.8±21.5	71.6
총 지질(g)	43.6±19.6	41.6
당질(g)	252.6±64.5	315.0
조섬유소(g)	6.8±2.7	6.6
총 칼슘(mg)	569.9±234.4	496.9
인(mg)	992.3±310.1	1168.9
총 철(mg)	12.861±4.343	12.2
나트륨(mg)	4697.1±1567.1	4903.4
칼륨(mg)	2685.9±897.5	2843.9
아연(mg)	8.246±5.283	-
비타민 A(RE)	682.1±480.5	623.8
비타민 B <sub>1</sub> (mg)	1.124±0.421	1.27
비타민 B <sub>2</sub> (mg)	1.070±0.392	1.13
비타민 B <sub>6</sub> (mg)	1.941±0.741	-
나이아신(mg NE)	14.495±5.969	16.9
비타민 C(mg)	123.5±94.7	132.6
엽산(μg)	246.9±101.3	-
비타민 E(mga-TE)	12.008±6.014	-
콜레스테롤(mg)	287.9±183.1	-

1) Mean ± SD

## 2. 계절에 따른 평균 식품군별 섭취량 및 영양소섭취량

계절적 요인에 대한 식이섭취의 영향은 일반적으로 영양소 섭취보다는 식품섭취에 더 크게 작용하고 또한 사회경제적 상태나 나라와 같은 집단의 특성에도 영향을 받는다. 또한 산업화가 덜 된 나라에서는 열량섭취에 뚜렷한 계절적 영향이 있으나 그 반면 산업화된 나라의 성인들에게서는 그 영향이 적었다(Gibson, R. S.: Principles of nutritional assessment. Oxford University Press, p.108(1990)고 보고하고 있다. 송운주와 백희영의 보고에 의하면 식품군별 평균 섭취량을 계산한 결과 과실류, 해조류, 조미료류에서 계절 간에 유의적인 차이를 보였는데 조미료류를 제외하고는 가을에서 가장 높았다. 2001 국민건강영양조사의 경우 계절에 따라 식물성섭취량이 차이가 나는 것으로 보고되었는데 봄에는 840.2g, 여름 153.1g, 가을 171.9g, 겨울에는 207.4g을 소비하는 것으로 보고되고 있다.

### 가. 사계절별 식품군별 섭취량

본 연구 결과 조사대상자의 1인 1일 평균 식품총섭취량은 계절에 따라 유의적인 차이를 보였는데 봄의 경우 1192.6g, 여름 1229.1g, 가을 1257.2g, 겨울 1425.0g으로 겨울에는 총식품섭취량이 높은 것으로 조사되었으며 이는 국민건강영양조사의 결과와 유사한 경향을 보였다.

표 3-3. 계절별 동식물성 식품의 섭취현황

(단위:g)

	봄 (n=126)	여름 (n=168)	가을 (n=221)	겨울 (n=223)	
동물성식품	263.9 ± 161.1 <sup>1)</sup>	281.7 ± 193.6	255.2 ± 164.5	242.6 ± 140.7	N.S
식물성식품	867.3 ± 302.9 <sup>a</sup>	855.5 ± 264.8 <sup>a</sup>	906.7 ± 235.0 <sup>a</sup>	1040.1 ± 325.8 <sup>b</sup>	***
기타식품	90.110 ± 174.6	86.533 ± 129.2	85.242 ± 104.8	112.4 ± 194.2	N.S
총계	1192.6 ± 376.9 <sup>a</sup>	1229.1 ± 354.7 <sup>a</sup>	1257.6 ± 335.4 <sup>a</sup>	1425.0 ± 409.0 <sup>b</sup>	***

1) Mean±SD

\*p<0.05, \*\*p<0.01, \*\*\*P<0.001

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at α=0.05 by Tukey's studentized range test

계절에 따른 식품군별 섭취량을 비교해 보면 곡류 및 그 제품의 경우 겨울의 평균섭취량은 286.8g으로 봄의 252.4g에 비해 유의적으로 높게 나타났다. 과실류의 경우

겨울의 섭취량은 306.7g으로 봄, 여름, 가을의 섭취량보다 유의적으로 높게 섭취하는 것으로 나타났다. 채소류 및 그 제품의 섭취량의 경우 여름 269.4g으로 봄의 345.0g, 겨울의 306.7g에 비해 유의적으로 높게 나타났다. 버섯류의 경우 여름의 14.9g에 비해 봄철의 섭취량인 38.6g이 유의적으로 높은 것으로 나타났다. 한편 난류의 경우 겨울 40.0g에 비해 봄철의 섭취량 53.2g으로 유의적으로 높게 나타났다.

표 3-4. 계절별 식품군별 섭취량

(단위 : g)

식품군	봄	n	여름	n	가을	n	겨울	n
곡류 및 그 제품	252.4±88.4 <sup>1b</sup>	126	265.4±92.9 <sup>ab</sup>	168	270.9±94.2 <sup>ab</sup>	221	286.8±89.2 <sup>a</sup>	223
감자 및 그 제품	62.5±96.7	47	58.4±59.7	98	45.6±37.8	104	53.2±58.4	90
당류 및 그 제품	9.2±7.7	112	8.0±6.9	150	9.0±6.8	189	9.4±7.3	183
두류 및 그 제품	53.0±63.8	82	48.4±53.4	112	54.1±57.4	169	51.2±59.4	159
종실류 및 그 제품	6.8±15.6	60	5.5±17.6	86	4.6±13.1	110	7.9±19.6	112
채소류 및 그 제품	315.0±161.4 <sup>a</sup>	125	269.4±122.4 <sup>b</sup>	168	289.0±128.4 <sup>ab</sup>	221	306.7±129.4 <sup>a</sup>	223
버섯류	38.6±26.5 <sup>a</sup>	15	14.9±15.4 <sup>b</sup>	40	29.8±28.7 <sup>ab</sup>	52	31.9±30.9 <sup>ab</sup>	24
과실류 및 그 제품	237.3±147.3 <sup>b</sup>	78	208.0±142.2 <sup>b</sup>	137	229.3±138.1 <sup>b</sup>	173	345.2±237.9 <sup>a</sup>	185
육류 및 그 제품	74.0±87.8 <sup>ab</sup>	99	92.2±107.5 <sup>a</sup>	131	71.7±66.3 <sup>ab</sup>	169	63.8±52.5 <sup>b</sup>	153
난류	53.2±48.9 <sup>a</sup>	82	42.1±27.5 <sup>ab</sup>	102	47.1±33.5 <sup>ab</sup>	122	40.0±30.7 <sup>b</sup>	129
어패류 및 그 제품	61.5±49.7 <sup>ab</sup>	110	58.1±51.0 <sup>b</sup>	157	63.6±49.0 <sup>ab</sup>	211	74.7±54.5 <sup>a</sup>	204
해조류 및 그 제품	8.1±13.9	87	5.1±7.9	99	8.1±13.5	138	7.9±15.8	169
우유류 및 그 제품	182.8±119.9	81	188.2±154.7	116	171.9±127.9	146	158.5±120.0	151
유지류	10.3±6.1	125	9.1±5.1	165	9.2±5.8	218	9.1±5.1	217
음료, 차류 및 주류	134.9±244.9	53	108.0±160.2	87	116.5±125.8	99	147.0±240.8	126
조미료 및 향신료류	33.5±21.2	125	30.6±15.3	167	33.0±17.2	221	29.4±15.9	222
기타	8.0±0.0	2	6.1±3.0	6	8.0±0.0	1	8.0±0.0	1

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

#### 나. 사계절별 영양소 섭취량

사계절에 따른 영양소 섭취량을 비교해보면 식물성단백질의 경우 여름의 33.1g에 비해 겨울의 섭취량 36.5g이 유의적으로 높은 것으로 나타났다. 겨울의 당질 섭취량은 269.8g, 섬유소는 7.5g으로 타 계절에 비해 섭취량이 유의적으로 높은 것으로 나타났다. 철 섭취량의 경우 여름은 12.0mg, 겨울은 13.3mg으로 겨울의 섭취량이 유의적으

로 높게 나타났다. 비타민 A의 경우 봄의 섭취량은 810.1R.E, 가을의 경우 658.0R.E로 가을에 비해 봄의 섭취량이 유의적으로 높은 것으로 나타났다. 계절별 비타민 B<sub>1</sub>의 섭취량을 비교해보면 다른 계절에 비해 겨울의 섭취량이 유의적으로 높게 나타났다. 비타민 C의 경우 겨울이 유의적으로 가장 높았으며 여름에 비해 봄과 가을의 섭취량이 유의적으로 낮게 조사되었다. 한편 엽산의 경우 겨울의 섭취량이 여름에 비해 유의적으로 높은 것으로 조사되었다.

표 3-5. 계절별 영양소 섭취량

(단위: g)

	봄(n=125)	여름(n=166)	가을(n=218)	겨울(n=222)
에너지(kcal)	1627.4±445.6 <sup>1)</sup>	1630.3±417.7	1620.4±388.1	1718.6±397.2
총 단백질(g)	67.891±25.842	67.120±22.198	68.608±21.309	67.374±18.407
식물성 단백질(g)	35.425±11.652 <sup>ab</sup>	33.065±10.020 <sup>b</sup>	34.024±10.055 <sup>ab</sup>	36.525±10.621 <sup>a</sup>
동물성 단백질(g)	32.466±19.509	34.055±19.124	34.584±17.663	30.849±14.034
총 지질(g)	46.063±22.108	43.838±19.903	42.759±20.586	42.967±16.613
식물성 지질(g)	23.795±13.959	21.139±10.873	21.485±12.389	23.388±10.795
동물성 지질(g)	22.268±15.775	22.700±15.423	21.275±12.799	19.579±11.514
당질(g)	243.1±62.866 <sup>b</sup>	243.8±64.454 <sup>b</sup>	247.1±58.750 <sup>b</sup>	269.8±67.676 <sup>a</sup>
섬유소(g)	6.427±2.703 <sup>b</sup>	6.175±2.309 <sup>b</sup>	6.741±2.620 <sup>b</sup>	7.531±2.895 <sup>a</sup>
회분(g)	20.287±7.818 <sup>ab</sup>	19.390±6.476 <sup>b</sup>	20.307±7.021 <sup>ab</sup>	22.381±9.204 <sup>a</sup>
총 칼슘(mg)	572.0±248.7	550.6±245.3	584.3±228.9	568.9±223.5
식물성 칼슘(mg)	305.7±129.1 <sup>a</sup>	253.7±92.408 <sup>b</sup>	294.2±104.8 <sup>a</sup>	317.9±124.5 <sup>a</sup>
동물성 칼슘(mg)	266.3±195.9	297.0±216.1	290.1±179.0	251.1±169.9
인(mg)	986.1±340.3	983.9±326.7	989.7±305.0	1004.7±285.2
총 철(mg)	12.876±4.692 <sup>ab</sup>	11.966±3.667 <sup>b</sup>	13.051±4.483 <sup>ab</sup>	13.335±4.395 <sup>a</sup>
식물성 철(mg)	9.767±4.084 <sup>ab</sup>	8.984±3.145 <sup>b</sup>	9.441±3.518 <sup>b</sup>	10.552±4.061 <sup>a</sup>
동물성 철(mg)	3.109±1.718 <sup>ab</sup>	2.982±1.555 <sup>b</sup>	3.610±2.258 <sup>a</sup>	2.783±1.693 <sup>b</sup>
나트륨(mg)	4606.6±1770.0 <sup>ab</sup>	4391.1±1447.7 <sup>b</sup>	4654.4±1488.4 <sup>ab</sup>	5018.7±1559.9 <sup>a</sup>
칼륨(mg)	2653.8±989.6 <sup>ab</sup>	2523.3±790.6 <sup>b</sup>	2641.5±832.9 <sup>ab</sup>	2869.2±952.6 <sup>a</sup>
아연(mg)	7.902±2.968	7.777±2.599	8.249±4.409	8.787±7.912
비타민 A(R.E)	810.1±655.8 <sup>a</sup>	598.8±309.9 <sup>b</sup>	658.0±378.9 <sup>b</sup>	696.0±541.8 <sup>ab</sup>
비타민 B <sub>1</sub> (mg)	1.065±0.443 <sup>b</sup>	1.100±0.397 <sup>b</sup>	1.072±0.389 <sup>b</sup>	1.227±0.439 <sup>a</sup>
비타민 B <sub>2</sub> (mg)	1.074±0.439	1.072±0.395	1.046±0.391	1.091±0.362
비타민 B <sub>6</sub> (mg)	1.891±0.772 <sup>ab</sup>	1.847±0.663 <sup>b</sup>	1.911±0.746 <sup>ab</sup>	2.070±0.762 <sup>a</sup>
나이아신(mg NE)	14.776±7.323	14.475±6.727	14.484±5.358	14.362±5.056
비타민 C(mg)	104.9±64.8 <sup>b</sup>	77.536±37.5 <sup>c</sup>	118.0±67.2 <sup>b</sup>	173.7±132.0 <sup>a</sup>
엽산(μg)	254.0±109.5 <sup>ab</sup>	222.5±82.847 <sup>c</sup>	235.4±95.334 <sup>bc</sup>	272.5±108.9 <sup>a</sup>
비타민 E(mg α-TE)	12.188±6.104	11.283±5.331	11.827±5.926	12.627±6.482

1) Mean±SD



a b c: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

계절별 지방산 섭취양상을 보면 계절간 섭취량 사이에 유의적인 차이를 나타내지 않았으며 4계절 평균 총지방산섭취량은 23.6mg으로 포화지방산은 7.7mg, 단일포화지방산은 8.6mg, 다중불포화지방산은 7.3mg이었다.

표 3-6. 계절별 지방산 섭취양상

(단위: g)

	봄(n=125)	여름(n=166)	가을(n=218)	겨울(n=222)	전체
총지방산(g)	23.918±14.254 <sup>1)</sup>	23.067±13.563	23.472±15.051	23.978±14.213	23.6±14.3
포화지방산(g)	7.783±6.154	7.837±6.029	7.670±6.031	7.711±5.754	7.7±6.0
단일포화지방산(g)	8.596±5.488	8.322±5.447	8.543±6.517	8.858±6.175	8.6±6.0
다중불포화지방산(g)	7.535±3.953	6.908±3.653	7.259±3.801	7.410±3.774	7.3±3.8

1) Mean±SD

조사대상자의 평균 열량영양소 구성비는 60.2 : 16.4 : 23.4이었으며 봄에는 58.6 : 16.5 : 24.9, 여름 59.7 : 16.5 : 23.8, 가을 59.8 : 16.9 : 23.3, 겨울 62.0 : 15.7 : 22.2로 나타났다. 겨울의 경우 탄수화물에 의한 열량섭취량이 다른 계절에 비해 가장 높은 것으로 나타났으며, 가을은 단백질에 의한 열량섭취량이 다른 계절에 비해 가장 높게 나타났으며, 여름의 경우 다른 계절에 비해 지방에 의한 열량섭취량이 다른 계절에 비해 가장 높게 나타났다. 한편 2001 국민건강영양조사에 의하면 열량영양소 구성비는 탄수화물 : 단백질 : 지방의 비가 14.9 : 19.5 : 65.6으로 나타났으며 남자의 경우 65.6 : 15.1 : 19.3이었고, 여성의 경우는 67.9 : 14.4 : 17.8로 나타났다.

표 3-7. 조사대상자의 열량비

(%)

	탄수화물 : 단백질 : 지방비
전체 평균	60.2 : 16.4 : 23.4
봄(n=125)	58.6 : 16.5 : 24.9
여름(n=166)	59.7 : 16.5 : 23.8
가을(n=218)	59.8 : 16.9 : 23.3
겨울(n=222)	62.0 : 15.7 : 22.2

4계절 평균 권장량에 대한 영양소의 섭취 비율을 조사한 결과를 보면, 열량의 경우 권장량의 83.3%를 섭취하는 것으로 조사되었으며 단백질은 권장량의 123.2%를, 칼슘 81.4%, 철분 84.3%, 비타민 A 97.4%, 비타민 B<sub>2</sub> 89.2%, 비타민 C는 176.4%를 섭취하는 것으로 나타났다. 사계절별 권장량에 대한 영양소 섭취 비율을 보면 권장량에 대한 열량의 섭취 비율이 겨울의 경우가 가을에 비해 유의적으로 높게 나타났으며 철의 경우 여름과 가을의 섭취비율에 비해 겨울의 섭취비율이 유의적으로 높게 나타났다. 또한 비타민 B<sub>1</sub>, 비타민 C의 경우에도 겨울의 섭취비율이 유의적으로 높은 것으로 나타났다. 한편 MAR(mean adequacy ratio, 평균섭취적정도)의 경우 4계절 평균값이 0.853으로 나타났으며 계절간에 차이가 유의적이지 않은 것으로 조사되었다. 이와 같은 결과로 보아 식품 및 영양소의 섭취는 계절에 의한 영향을 많이 받는 것으로 나타났으며 식품의 소비양상의 파악을 위한 식품섭취조사에서 계절에 의한 요인을 중요하게 반영하여야 할 것이다.

표 3-8. 대상자의 권장량에 대한 영양소 섭취비율

(%)

	봄 (n= 125)	여름 (n=166)	가을 (n=218)	겨울 (n=222)	전체
열량	81.939±22.864 <sup>1)ab</sup>	82.338±21.063 <sup>ab</sup>	81.021±19.405 <sup>b</sup>	87.057±20.361 <sup>a</sup>	83.310 ± 20.806
단백질	123.4±46.985	122.0±40.360	124.7±38.744	122.5±33.467	123.2 ± 39.111
칼슘	81.714±35.532	78.661±35.042	83.473±32.694	81.277±31.933	81.412 ± 33.488
인	140.9±48.616	140.6±46.665	141.4±43.569	143.5±40.745	141.8 ± 44.295
철	83.973±33.347 <sup>ab</sup>	79.799±26.736 <sup>b</sup>	81.566±28.022 <sup>b</sup>	90.640±34.736 <sup>a</sup>	84.332 ± 31.116
비타민 A	115.7±93.688 <sup>a</sup>	85.547±44.272 <sup>b</sup>	94.004±54.122 <sup>b</sup>	99.424±77.401 <sup>ab</sup>	97.445 ± 68.648
비타민 B <sub>1</sub>	106.5±44.273 <sup>b</sup>	110.0±39.736 <sup>b</sup>	107.2±38.919 <sup>b</sup>	122.7±43.905 <sup>a</sup>	112.4 ± 42.088
비타민 B <sub>2</sub>	89.495±36.588	89.292±32.930	87.185±32.622	90.424±77.401	89.2 ± 32.667
비타민 B <sub>6</sub>	1.891±0.772	1.847±0.663	1.911±0.746	2.070±0.762	1.941 ± 0.741
나이아신	113.7±56.327	111.3±51.743	111.4±41.212	110.5±38.895	111.5 ± 45.914
비타민 C	149.8±92.551 <sup>b</sup>	110.8±53.540 <sup>c</sup>	168.6±95.977 <sup>b</sup>	248.1±188.5 <sup>a</sup>	176.4 ± 135.2

1) Mean±SD

a b c: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

표 3-9. 대상자의 평균섭취적정도

	MAR
전체	0.853±0.133 <sup>1)</sup>
봄	0.846±0.148
여름	0.838±0.123
가을	0.851±0.134
겨울	0.868±0.130

1) Mean±SD

### 3. 가정내/외식별 농산물 섭취 양상

2001년 국민건강영양조사 심층연계분석에 의하면 우리 국민의 외식 섭취빈도는 1일 2회 이상이 5.1%, 1일 1회가 28.1%로 나타나 3세 이상 국민의 1/3이 매일 외식하는 것으로 나타났다. 성별로 보면 남자에서는 외식을 거의 안한다는 비율이 17.4%에 비해 여자는 25.5%로 남자의 외식 비율이 높은 것으로 나타났다. 본 조사는 24시간 회상법에 의한 식이조사시 외식과 내식을 구분하여 식품섭취양상을 조사하였으며 끼니별 내식과 외식별 섭취양상을 분석하였다.

#### 가. 끼니별 외식과 내식의 비율

본 조사대상의 끼니별 외식의 비율을 보면 아침 4.3%, 점심 49.1%, 저녁 17.4%, 간식 21.0%, 전체 평균은 22.9%로 나타나 점심의 외식비율이 가장 높은 것으로 조사되었다. 1일 평균 외식 비율을 보면 대상자의 22.9%가 외식을 하는 것으로 나타나 우리의 식사에서 외식의 비율이 점차 늘어가는 최근 현상을 반영하고 있다. 또 외식에 농산물 소비 양상의 파악은 농산물 소비 증진을 위한 중요한 연구자료가 될 것이라 사료된다.

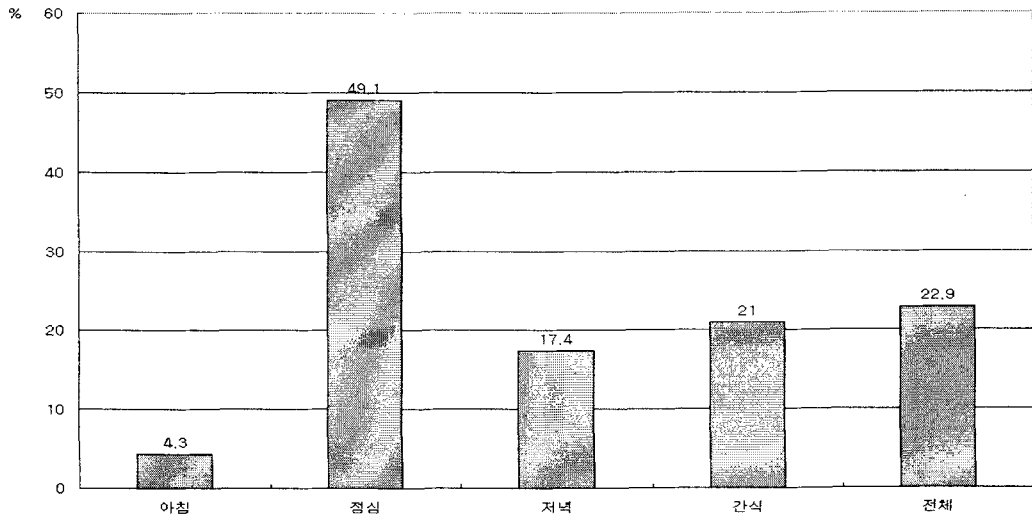


그림 3-1. 끼니별 외식비율

#### 나. 외식으로 인한 식품섭취량

내식과 외식의 1회 평균 식품군별 섭취량을 비교해본 결과 곡류 및 그 제품, 육류 및 그 제품, 어패류 및 그 제품, 해조류 및 그 제품, 음료, 차류 및 주류, 조미료 및 향신료류의 섭취량이 외식에 비해 내식시 유의적으로 낮은 것으로 나타났다. 반면 감자 및 그 제품, 과일류 및 그 제품의 섭취량이 외식에 비해 내식시 유의적으로 높은 것으로 나타났다. 또한 총동물성식품섭취량과 총식품섭취량의 경우에도 내식에 비해 외식의 경우 섭취량이 유의적으로 높게 나타났다.

표 3-10. 내식과 외식의 식품군별 섭취량

	내식시		외식시		T-test	
	n	섭취량(g)	n	섭취량(g)	F-value	
곡류 및 그 제품	1577	82.3±37.9 <sup>1)</sup>	440	101.6±57.2	2.28	***
감자 및 그 제품	244	36.7±33.5	97	28.8±27.7	1.47	*
당류 및 그 제품	669	4.6±4.0	226	4.6±4.9	1.53	***
두류 및 그 제품	595	29.0±35.7	99	41.3±39.9	1.25	N.S.
종실류 및 그 제품	331	3.8±12.6	84	4.7±12.7	1.03	N.S.
채소류 및 그 제품	1294	106.3±58.0	373	109.8±66.3	1.31	***
버섯류	93	24.5±20.8	29	17.4±19.3	1.16	N.S.
과실류 및 그 제품	282	194.1±167.4	103	142.5±137.5	1.48	*
육류 및 그 제품	486	41.2±48.5	203	54.8±66.9	1.90	***
난류	326	33.0±20.8	149	28.1±20.9	1.01	N.S.
어패류 및 그 제품	851	34.2±32.4	212	40.9±38.9	1.44	***
해조류 및 그 제품	519	5.3±10.6	89	6.7±13.5	1.62	**
우유류 및 그 제품	220	147.0±102.3	63	133.5±93.5	1.20	N.S.
유지류	1084	4.0±3.1	302	4.5±3.1	1.02	N.S.
음료, 차류 및 주류	207	97.6±165.2	77	115.0±207.1	1.57	*
조미료 및 향신료류	1210	12.1±9.1	358	13.4±10.3	1.28	**
기타	2	5.9±3.0	4	8.0±0.0	-	***
식물성식품	331	255.5±92.9	84	279.4±102.8	1.22	N.S.
동물성식품	2459	37.5±61.9	731	44.3±68.2	1.22	***
기타	2459	14.2±55.0	731	18.7±76.3	1.92	***
총식품섭취량	331	325.4±115.0	84	377.0±140.3	1.49	*

1) Mean±SD

\* p<0.05, \*\* p<0.01, \*\*\* p<0.001

#### 다. 외식으로 인한 영양소 섭취량

내식과 외식의 1회 평균 영양소 섭취량을 비교해 본 결과 열량, 단백질(식물성, 동물성), 동물성 철분, 아연, 비타민 A, 비타민 B<sub>1</sub>, 비타민 B<sub>6</sub>, 나이아신, 콜레스테롤, 총 지방산, 포화지방산, 단일불포화지방산, 다중불포화지방산의 섭취량은 내식에 비해 외식시 유의적으로 높게 섭취하는 것으로 나타났다. 반면 식물성 철분, 비타민 C는 외식에 비해 내식시 섭취량이 유의적으로 높았다. 섬유질, 칼슘(식물성, 동물성), 칼륨, 엽산은 유의적이지는 않았으나 외식에 비해 내식시 더 높은 것으로 나타났고, 지방(식물성, 동물성), 당질, 인, 철분, 나트륨, 비타민 E의 섭취량은 유의적이지 않았으나 외식에 비해 내식시 더 낮은 것으로 나타났다. 이상의 결과를 종합해 보면 외식의 경우

내식에 비해 동물성식품과 열량 공급 식품의 섭취가 증가되는 것으로 조사되었으며 내식과 외식의 식품소비패턴에 유의적인 차이를 보이는 것으로 나타났다. 외식이 전체 식사에 차지하는 비율은 상당히 큰 것으로 나타나는 상황에서 외식으로 인해 발생 되는 건강위험요인에 대한 면밀한 연구가 필요하다고 사료된다.

표 3-11. 내식과 외식의 영양소 섭취량

	내식	외식	F-Value	
열량(kcal)	423.5±188.6 <sup>1)</sup>	482.9±236.7	1.57	***
단백질(g)	17.0±11.1	19.9±13.7	1.51	***
식물성 단백질(g)	8.9±5.3	9.6±6.3	1.40	***
동물성 단백질(g)	8.1±8.8	10.2±11.3	1.66	***
지방(g)	10.9±9.0	14.4±12.8	2.03	N.S.
식물성 지방(g)	5.7±5.3	7.1±8.9	2.89	N.S.
동물성 지방(g)	5.2±7.0	7.3±8.8	1.58	N.S.
당질(g)	65.7±28.3	70.2±33.6	1.41	N.S.
섬유질(g)	1.8±1.2	1.7±1.2	1.01	N.S.
회분(g)	5.4±4.0	5.5±3.8	1.07	N.S.
칼슘(mg)	154.5±106.6	145.7±103.1	1.07	N.S.
식물성 칼슘(mg)	76.9±55.0	75.3±52.8	1.09	N.S.
동물성 칼슘(mg)	77.6±94.8	70.3±93.7	1.02	N.S.
인(mg)	259.4±148.5	268.6±150.4	1.03	N.S.
철(mg)	3.3±2.3	3.5±2.2	1.13	N.S.
식물성 철(mg)	2.6±1.9	2.5±1.7	1.17	*
동물성 철(mg)	0.8±1.0	1.0±1.1	1.17	*
나트륨(mg)	1166.4±898.1	1284.0±942.2	1.10	N.S.
칼륨(mg)	725.1±397.5	699.6±389.9	1.04	N.S.
아연(mg)	2.1±2.8	2.3±1.5	3.39	***
비타민 A(R.E)	171.7±229.6	205.5±303.6	1.75	***
비타민 B <sub>1</sub> (mg)	0.3±0.2	0.3±0.2	1.42	***
비타민 B <sub>2</sub> (mg)	0.3±0.2	0.3±0.2	1.11	N.S.
비타민 B <sub>6</sub> (mg)	0.5±0.4	0.6±0.4	1.33	***
나이아신(mg)	3.7±3.0	4.1±3.9	1.67	***
비타민 C(mg)	36.4±59.0	30.6±45.5	1.68	***
엽산(μg)	65.9±48.8	62.0±47.9	1.04	N.S.
비타민 E(mg α-TE)	3.0±3.2	3.3±3.3	1.04	N.S.
콜레스테롤(mg)	69.5±91.4	85.5±99.6	1.19	*

1) Mean±SD

\* p<0.05, \*\* p<0.01, \*\*\* p<0.001

## 4. 기타 요인별 식품 및 영양소 섭취량

### 가. 가족수에 따른 식품 및 영양소 섭취량

2001년 국민건강영양조사 심층연계분석에 의하면 가족수에 따른 1인당은 총식품 섭취량은 1인의 경우 1251.1g, 2인 1350.6g, 3인 1356.5g, 4인 1323.8g, 5인 1235.7g, 6인 1216.5g으로 2-4인 가족에서 가장 높게 나타났다.

본 조사에서는 동물성 식품의 섭취량은 4인 가족에서 가장 많았고 3인 가족, 5인 가족의 순서였다. 또한 식물성 식품의 섭취량은 1-3가족에서 높게 나타났으며 동물성 식품의 섭취비율은 4-5인 가족에서 가장 높고 1-2인 가족에서 가장 낮았다. 본 조사에서는 4인의 곡류 및 그 제품의 섭취량은 5인 이상인 가족에 비해 유의적으로 높은 것으로 나타났으며, 버섯류의 경우 5인 이상인 경우가 4인에 비해 유의적으로 높았고 3인 이하인 과일류 및 그 제품의 섭취량은 5인 이상의 경우보다 유의적으로 높게 섭취하는 것으로 나타났다. 3인 이하의 우유류 및 그 제품의 섭취량은 5인 이상의 경우보다 유의적으로 높게 섭취하는 것으로 나타났다.

가족수에 따른 1인 1일 영양소 섭취량을 보면 비타민 B<sub>1</sub>의 경우 3인 이하의 영양소 섭취량이 5인 이상의 경우보다 유의적으로 높게 나타난 것 이외에 3인 이하, 4인, 5인 이상의 가족의 영양소 섭취량이 유의적인 차이가 없는 것으로 나타났다.

표 3-12. 가족수에 따른 식품군 및 동·식물성 분류별 섭취량

(단위: g)

식품군	3인 이하(n=195)	4인(n=375)	5인 이상(n=168)
곡류 및 그 제품	271.4±94.9 <sup>1)ab</sup>	278.5±86.0 <sup>a</sup>	255.6±78.8 <sup>b</sup>
감자 및 그 제품	56.2±62.1	50.4±47.1	58.9±79.4
당류 및 그 제품	8.7±6.8	8.8±6.4	9.0±7.0
두류 및 그 제품	55.0±51.1	48.3±50.9	56.3±67.9
종실류 및 그 제품	7.9±19.4	5.8±14.0	4.3±9.6
채소류 및 그 제품	285.8±135.3	291.5±130.2	311.5±141.5
버섯류	25.7±22.5 <sup>ab</sup>	21.2±21.6 <sup>b</sup>	36.3±30.8 <sup>a</sup>
과실류 및 그 제품	296.9±218.1 <sup>a</sup>	252.8±160.6 <sup>ab</sup>	244.7±162.0 <sup>b</sup>
육류 및 그 제품	78.1±75.5	72.4±70.9	72.7±78.0
난류	46.6±32.9	44.8±35.1	39.7±22.3
어패류 및 그 제품	61.1±47.5	64.6±49.3	69.9±49.4
해조류 및 그 제품	5.7±10.5	9.3±17.1	5.9±9.1
우유류 및 그 제품	190.5±152.0 <sup>a</sup>	175.6±115.2 <sup>ab</sup>	152.9±112.0 <sup>b</sup>
유지류	9.4±5.5	9.2±5.0	9.6±5.6
음료, 차류 및 주류	109.2±169.2	142.8±236.3	123.9±161.9
조미료 및 향신료류	31.2±17.0	30.9±15.8	33.2±18.0
기타	0.2±1.3	0.1±0.9	0.1±1.1
식물성 식품	88.2±334.5	869.6±277.1	865.6±301.0
동물성 식품	283.6±178.9	274.7±153.3	257.3±158.2
기타 식품	90.5±137.8	111.3±190.6	102.3±137.0
합계	1262.4±416.4	1255.6±381.0	1225.2±396.9

1) Mean±SD

a, b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test



표 3-13. 가족수에 따른 1인 1일 영양소 섭취량

	3인 이하 (n=204)	4인 (n=392)	5인 이상 (n=171)
에너지(kcal)	1679.6±411.4 <sup>1)</sup>	1645.2±388.0	1627.6±423.1
총 단백질(g)	68.6±22.0	67.1±18.7	68.3±25.11
총 지질(g)	44.9±20.4	44.1±19.0	42.2±19.0
당질(g)	255.2±61.9	250.2±62.6	248.4±64.7
섬유소(g)	6.8±2.889	6.6±2.4	6.9±2.6
총 칼슘(mg)	584.6±253.7	565.7±224.5	555.4±224.0
인(mg)	1014.1±322.5	979.4±273.9	987.6±346.1
총 철(mg)	12.846±4.265	12.778±4.066	12.840±4.498
나트륨(mg)	4655.6±1577.6	4697.9±1524.7	4639.0±1600.2
칼륨(mg)	2713.0±924.4	2638.0±824.9	2728.4±951.9
아연(mg)	8.609±6.729	8.073±5.109	8.119±3.289
비타민 A(R.E)	703.2±546.0	657.1±355.1	712.6±544.0
비타민 B <sub>1</sub> (mg)	1.194±0.479 <sup>a</sup>	1.116±0.399 <sup>ab</sup>	1.047±0.376 <sup>b</sup>
비타민 B <sub>2</sub> (mg)	1.112±0.438	1.070±0.364	1.027±0.373
비타민 B <sub>6</sub> (mg)	1.944±0.693	1.930±0.722	1.950±0.782
나이아신(mg)	14.882±6.470	14.140±5.096	14.855±6.656
비타민 C(mg)	134.0±111.8	122.6±92.6	111.4±73.7
엽산(µg)	249.4±102.1	243.1±94.3	245.9±102.2
비타민 E(mg α-TE)	12.259±6.193	11.708±5.573	12.241±6.062
콜레스테롤(mg)	289.2±186.2	297.4±179.2	271.0±169.3

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at α=0.05 by Tukey's studentized range test

표 3-14. 가족수에 따른 1인 1일 지방산 섭취량

	3인 이하 (n=204)	4인 (n=392)	5인 이상 (n=171)
총 지방(g)	23.862±14.816 <sup>1)</sup>	23.939±14.315	23.842±14.009
포화 지방산(g)	8.017±6.297	7.855±5.961	7.588±5.465
단일 불포화지방산(g)	8.767±6.347	8.739±6.127	8.686±5.700
다중 불포화지방산(g)	7.078±3.785	7.344±3.572	7.567±4.020

1) Mean±SD

#### 나. 수입에 따른 식품 및 영양소 섭취량

2001년 국민건강영양조사 심층연계분석에 의하면 수입에 따른 1인당 식품섭취량은 동물성 식품의 경우 최상(최저 생계비 대비 300% 이상), 상(최저 생계비 대비 200-299%), 중(최저 생계비 대비 100-199%), 하(최저 생계비 대비 100% 미만)의 순으로 섭취량이 감소하는 경향을 보였으며 총 식품섭취량은 하, 상, 중, 최상 수준의 순으로 증가되는 경향을 보였다.

본 조사에서는 300만원에서 450만원 이상의 감자 및 그 제품의 섭취량은 300만원 이하의 섭취량에 비해 유의적으로 낮았으며, 300-450만원의 어패류 및 그 제품의 섭취량은 300만원 이하의 섭취량에 비해 유의적으로 높게 나타났고 해조류 및 그 제품의 경우 300-450만원의 섭취량이 450만원 이상의 섭취량에 비해 유의적으로 높게 나타났다.

수입에 따른 영양소 섭취량을 보면 식물성 단백질과 단백질의 경우, 450만원 이상의 섭취량은 300만원 이하와 300-400만원의 섭취량에 비해 유의적으로 높은 것으로 나타났다. 또한 동물성 지질의 경우 450만원 이상의 섭취량이 300만원 이하의 섭취량에 비해 유의적으로 높게 나타났다. 또한 동물성 칼슘과 비타민 E의 경우 450만원 이상의 섭취량이 300만원 이하의 섭취량에 비해 유의적으로 높게 나타났다. 동물성 지방산의 경우 450만원 이상의 섭취량이 300-450만원의 섭취량에 비해 유의적으로 높게 나타났다. 단일불포화지방산의 경우 450만원 이상의 섭취량이 300-450만원의 섭취량에 비해 유의적으로 높게 나타났다. 다중불포화지방산의 경우 450만원 이상의 섭취량이 300만원 이하의 섭취량에 비해 유의적으로 높게 나타났다.

표 3-15. 수입별 식품군 및 동·식물성 분류별 섭취량

(단위 : g)

식품군	300만원 이하 (n=372)	300만원~450만원 (n=220)	450만원 이상 (n=146)
곡류 및 그 제품	272.7±87.3 <sup>1)</sup>	271.9±77.2	267.3±100.8
감자 및 그 제품	47.5±43.1 <sup>b</sup>	66.2±80.6 <sup>a</sup>	52.6±59.5 <sup>ab</sup>
당류 및 그 제품	8.8±6.8	8.6±6.2	9.1±7.0
두류 및 그 제품	52.2±47.0	50.9±59.0	53.0±69.0
종실류 및 그 제품	6.3±17.2	5.5±13.1	5.9±11.2
채소류 및 그 제품	301.4±140.3	290.4±130.8	283.3±123.3
버섯류	29.1±25.1	25.1±27.0	21.8±22.2
과실류 및 그 제품	260.6±171.1	280.1±209.2	241.7±144.2
육류 및 그 제품	76.2±78.7	64.8±53.5	82.4±85.7
난류	47.5±35.3	38.5±25.3	44.6±33.2
어패류 및 그 제품	57.8±44.8 <sup>b</sup>	72.9±51.1 <sup>a</sup>	70.1±52.6 <sup>a</sup>
해조류 및 그 제품	7.4±15.8 <sup>ab</sup>	9.8±14.9 <sup>a</sup>	4.8±5.4 <sup>b</sup>
우유류 및 그 제품	176.6±125.0	171.6±126.4	172.4±126.9
유지류	9.0±5.2	9.3±5.2	10.0±5.3
음료, 차류 및 주류	134.6±251.3	108.0±109.0	148.1±173.7
조미료 및 향신료류	31.9±16.3	32.2±18.6	29.2±14.3
기타	0.1±1.0	0.2±1.1	0.2±1.1
식물성 식품	873.6±293.5	886.5±324.9	854.3±268.4
동물성 식품	270.8±164.6	261.5±150.3	296.3±168.5
기타 식품	108.5±200.9	89.3±98.1	113.6±151.0
합계	1252.9±414.2	1237.2±377.9	1264.1±365.7

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

표 3-16. 수입에 따른 1인 1일 영양소 섭취량

	300만원 이하 (n=378)	300만원~450만원 (n=228)	450만원 이상 (n=161)
에너지(kcal)	1636.5±403.4 <sup>d)</sup>	1653.0±382.8	1679.8±428.3
총 단백질(g)	66.3±20.8	67.8±18.7	71.4±25.1
식물성 단백질(g)	34.9±10.5	35.1±10.1	33.7±10.7
동물성 단백질(g)	31.4±16.1 <sup>b)</sup>	32.7±15.4 <sup>b)</sup>	37.7±20.1 <sup>a)</sup>
총 지질(g)	42.8±20.1 <sup>b)</sup>	42.6±17.5 <sup>b)</sup>	48.5±19.7 <sup>a)</sup>
식물성 지질(g)	21.6±12.3	22.4±12.0	24.3±10.6
동물성 지질(g)	21.2±13.5 <sup>ab)</sup>	20.2±11.1 <sup>b)</sup>	24.2±15.5 <sup>a)</sup>
당질(g)	251.8±62.407	254.5±63.0	244.6±63.7
섬유소(g)	6.7±2.5	6.9±3.0	6.6±2.4
총 칼슘(mg)	565.0±232.6	562.5±232.1	585.5±233.5
식물성 칼슘(mg)	295.5±108.7	295.1±116.1	281.8±106.7
동물성 칼슘(mg)	269.5±185.6 <sup>b)</sup>	267.3±185.6 <sup>ab)</sup>	303.7±193.0 <sup>a)</sup>
인(mg)	971.8±302.2	991.4±291.8	1034.6±326.3
총 철(mg)	12.639±4.159	13.055±4.468	12.859±3.968
나트륨(mg)	4628.5±1531.2	4716.6±1654.2	4716.3±1462.5
칼륨(mg)	2633.9±865.6	2734.2±955.2	2704.2±805.4
아연(mg)	7.727±2.408	8.842±8.248	8.522±4.503
비타민 A(R.E)	674.7±461.4	699.3±520.2	674.5±345.6
비타민 B <sub>1</sub> (mg)	1.125±0.447	1.120±0.413	1.114±0.358
비타민 B <sub>2</sub> (mg)	1.051±0.416	1.056±0.341	1.140±0.376
비타민 B <sub>6</sub> (mg)	1.907±0.699	1.931±0.741	2.023±0.773
나이아신(mg)	14.201±5.762	14.385±5.285	15.391±6.807
비타민 C(mg)	124.7±91.8	127.3±111.1	113.4±72.1
엽산(µg)	241.7±98.3	247.2±101.7	251.9±92.8
비타민 E(mg α-TE)	11.397±5.850 <sup>b)</sup>	12.252±5.878 <sup>ab)</sup>	12.961±5.710 <sup>a)</sup>
콜레스테롤(mg)	283.2±182.3	283.6±165.9	311.8±188.8

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at α=0.05 by Tukey's studentized range test

표 3-17. 수입 분류별 1인 1일 지방산 섭취량

	300만원 이하 (n=378)	300만원~450만원 (n=228)	450만원 이상 (n=161)
총 지방산 (g)	23.920±15.578 <sup>1)ab</sup>	22.418±12.465 <sup>b</sup>	26.010±13.742 <sup>a</sup>
포화 지방산(g)	8.067±6.528	7.069±4.928	8.418±5.741
단일 불포화지방산(g)	8.792±6.698 <sup>ab</sup>	8.067±5.013 <sup>b</sup>	9.578±5.901 <sup>a</sup>
다중 불포화지방산(g)	7.061±3.715 <sup>b</sup>	7.281±3.703 <sup>ab</sup>	8.013±3.763 <sup>a</sup>

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

#### 다. 가구주의 학력에 따른 식품 및 영양소 섭취량

표 3-18에는 가구주의 학력에 따른 식품군별 섭취량이 나타나 있다. 감자 및 그 제품의 섭취량은 대졸 이상의 경우 중졸 이하의 대상자의 섭취량에 비해 유의적으로 높게 섭취하는 것으로 나타났다. 또한 17개 식품군중 인삼류나 건강식품류에 해당하는 기타 식품의 섭취량은 중졸이하의 대상자의 경우고졸과 대졸이상의 대상자에 비해 유의적으로 높게 섭취하는 것으로 나타났다.

한편 가구주의 학력에 따른 영양소 섭취량을 비교해 보면 동물성철분, 칼륨, 비타민 B<sub>6</sub>의 경우 중졸이하의 영양소 섭취량에 비해 대졸의 영양소섭취수준이 유의적으로 높은 것으로 나타났다.

표 3-18. 가구주의 학력에 따른 식품군별 섭취량

(단위: g)

식품군	중졸 이하(n=87)	고졸(n=300)	대졸 이상(n=470)
곡류 및 그 제품	230.2±121.7 <sup>1)</sup>	238.6±122.9	231.2±125.2
감자 및 그 제품	14.080±29.451 <sup>c</sup>	21.919±037.825 <sup>ab</sup>	27.902±55.959 <sup>a</sup>
당류 및 그 제품	6.446±6.138	6.525±7.121	6.771±6.921
두류 및 그 제품	27.862±36.271	34.230±46.875	33.648±55.288
종실류 및 그 제품	1.681±7.848	2.475±11.928	3.229±10.050
채소류 및 그 제품	249.2±178.3	262.1±155.5	248.4±161.5
버섯류	4.655±12.361	4.106±13.808	5.107±15.503
과실류 및 그 제품	166.2±171.0	177.5±184.5	185.8±199.5
육류 및 그 제품	49.799±67.586	46.427±60.818	52.629±75.537
난류	24.063±36.467	26.694±35.061	22.687±29.880
어패류 및 그 제품	46.052±53.257	55.345±53.825	51.982±48.318
해조류 및 그 제품	2.687±5.224	5.593±14.835	4.487±10.126
우유류 및 그 제품	100.4±139.0	107.4±116.6	110.1±136.8
유지류	7.725±6.284	7.657±5.912	8.073±5.779
음료, 차류 및 주류	63.233±106.6	54.652±145.0	66.931±170.1
조미료 및 향신료류	25.928±19.387	27.449±18.046	26.905±19.450
기타	0.368±1.685 <sup>a</sup>	0.0617±0.561 <sup>b</sup>	0.119±0.970 <sup>b</sup>
식물성 식품	710.8±398.5	760.7±405.3	754.6±415.3
동물성 식품	220.3±184.9	235.9±160.1	237.4±186.1
기타 식품	89.529±110.5	82.163±147.9	93.955±172.5
합계	1020.7±551.5	1078.7±559.2	1086.0±574.2

1) Mean±SD

a b c: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

표 3-19. 가구주의 학력에 따른 영양소 섭취량

식품군	중졸 이하(n=87)	고졸(n=300)	대졸 이상(n=470)
에너지(kcal)	1583.0±444.0 <sup>1)</sup>	1635.4±412.4	1672.1±387.1
총 단백질(g)	63.374±23.546	66.787±20.676	69.215±20.927
총 지질(g)	40.497±19.972	41.810±20.010	45.767±18.735
동물성지질(g)	18.5±12.8 <sup>b</sup>	20.8±12.8 <sup>ab</sup>	22.5±13.7 <sup>b</sup>
당질(g)	245.6±64.533	253.8±64.236	250.6±61.769
섬유소(g)	6.510±2.845	6.596±2.427	6.885±2.666
총 칼슘(mg)	560.4±252.7	554.2±216.4	578.4±237.8
총 인(mg)	950.5±348.0	958.6±294.8	1017.2±300.0
철분(mg)	12.111±4.636 <sup>b</sup>	12.823±4.291 <sup>ab</sup>	12.935±4.082 <sup>a</sup>
동물성철분(mg)	2.6±1.6 <sup>b</sup>	3.1±1.6 <sup>ab</sup>	3.3±1.9 <sup>b</sup>
칼륨(mg)	2498.5±887.0 <sup>b</sup>	2610.6±835.6 <sup>ab</sup>	2753.1±901.5 <sup>b</sup>
비타민 A(mg)	597.3±328.3	712.8±554.6	679.8±414.3
비타민 B <sub>1</sub> (mg)	1.090±0.405	1.123±0.462	1.126±0.396
비타민 B <sub>2</sub> (mg)	1.018±0.432	1.050±0.400	1.094±0.370
비타민 B <sub>6</sub> (mg)	1.764±0.689 <sup>b</sup>	1.895±0.726 <sup>ab</sup>	1.996±0.731 <sup>a</sup>
나이아신(mg)	13.550±5.690	14.238±5.804	14.837±5.923
비타민 C(mg)	113.7±72.921	125.0±85.593	123.8±103.0
엽산(mg)	231.7±102.1	235.4±92.705	254.0±99.905
비타민 E(mg α-TE)	11.790±6.314	11.525±6.044	12.281±5.645
콜레스테롤(mg)	262.2±195.8	292.9±184.1	292.1±172.5
총지방산(g)	21.563±15.028	23.242±14.816	24.725±13.922
포화지방산(g)	7.089±6.024	7.640±6.233	8.096±5.739
단일불포화지방산(g)	7.708±5.999	8.448±6.335	9.098±5.931
다중불포화지방산(g)	6.766±4.366	7.154±3.675	7.529±3.633
탄수화물:단백질:지방(n)	61.8:15.8:22.4	61.2:16.3:22.5	59.0:16.6:24.4

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at α=0.05 by Tukey's studentized range test

#### 라. 식품군별 섭취량과 영양소 섭취량의 상관관계

다음은 식품군별 섭취량과 영양소 섭취량과의 상관관계를 나타낸 것이다. 곡류 및 그 제품과 에너지와의 피어슨 상관계수는 0.314( $p < 0.001$ )이었으며 다른 영양소와도 양의 상관관계를 보였다. 채소류 및 그 제품의 섭취량의 경우 에너지, 단백질, 당질, 칼슘, 철분, 나트륨, 비타민A, 비타민 C, 비타민 E, 콜레스테롤과 양의 상관관계를 보였다. 육류 및 그제품의 경우 에너지, 단백질, 지방, 철분, 콜레스테롤과 양의 상관관계를 보였다. 우유류 및 그 제품의 경우 에너지, 단백질, 지방, 칼슘과 양의 상관관계를 보였으며 난류의 경우 에너지, 단백질, 지방, 철분, 비타민 A, 비타민 E, 콜레스테롤과 양의 상관관계를 보인 것으로 나타났다. 이러한 결과로 보아 곡류의 경우 우리 국민의 주식으로 대부분의 영양소를 공급하고 있으며 채소류 및 그 제품의 경우 지방을 제외한 여러 영양소를 공급하여 곡류와 채소의 영양공급 기여도가 큰점을 볼 수 있다.



표 3-20. 식품군별 섭취량과 영양소섭취량과의 상관관계

변수	에너지	단백질	지방	당질	칼슘	철분	나트륨	비타민A	비타민C	비타민E	콜레스테롤
곡류 및 그 제품	0.31418***	0.19176***	0.20369***	0.36639***	0.15248***	0.20114***	0.29811***	0.09492*	0.10368**	0.16954***	0.15523***
감자 및 그 제품	0.02158	-0.04171	-0.03358	0.06314	0.00734	0.02391	-0.01646	0.03040	0.06068	-0.00663	-0.05089
당류 및 그 제품	0.10355***	0.12389***	0.08838*	0.07904*	0.17660***	0.14386***	0.10494**	0.05895	0.02628	0.13691***	0.07978*
두류 및 그 제품	0.02230**	0.10947	0.02108	-0.00469	0.12176***	0.18976***	0.09396*	0.02687*	0.06664	0.04609	-0.02462
종실류 및 그 제품	0.02402	0.00680	0.03024	0.02188	0.02148	0.04640	0.05198	0.09359*	0.03091	0.05862	-0.02007
채소류 및 그 제품	0.15402***	0.24224***	0.05909	0.16232***	0.28359***	0.40503***	0.49734***	0.40531***	0.30883***	0.18384***	0.08702*
버섯류	-0.04682	-0.00150	-0.06220	-0.03919	-0.02553	0.01038	0.00523	-0.03314	-0.03265	-0.00920	-0.04839
과실류 및 그 제품	0.10581**	0.03843	-0.03502	0.18995***	0.07621*	0.16356***	0.09728**	0.01947	0.70756***	0.06741	-0.00451
육류 및 그 제품	0.14678***	0.31962***	0.36646***	-0.03524	-0.06323	0.10011**	-0.01333	0.06318	-0.03604	-0.02890	0.13045***
난류	0.08479*	0.07623*	0.14164***	0.03667	0.03013	0.08572*	0.05639	0.11832**	-0.00379	0.09175*	0.60133***
어패류 및 그 제품	0.17338***	0.31813***	0.13045**	0.11619**	0.20969***	0.23521***	0.31857***	0.15598***	0.13962***	0.30717***	0.20612***
해조류 및 그 제품	0.00838	0.01051	-0.00351	0.01736	0.08195*	0.10627**	0.11333**	0.02254	0.10857**	0.00806	0.03341
우유류 및 그 제품	0.07616*	0.08060*	0.14031***	0.03805	0.43163***	0.00053	-0.00732	0.07207	-0.00659	0.03125	0.06668
유지류	0.22435***	0.23532***	0.31588***	0.13232**	0.18609***	0.21445***	0.25946***	0.20793***	0.07525*	0.62950***	0.24826***
음료, 차류 및 주류	-0.02052	-0.02052	-0.00948	-0.06438	-0.08596*	-0.05647	-0.11074**	-0.07336*	-0.00787	-0.00915	-0.00056
조미료 및 향신료류	0.21060***	0.28945***	0.21603**	0.20486***	0.31032***	0.37876***	0.38077***	0.32201***	0.19090***	0.19278***	0.12469***
기타	0.02247	0.15574***	0.07861*	-0.05736	-0.04073	0.02859	-0.00171	0.01683	-0.01690	-0.06324	0.06801
식물성 식품	0.24308***	0.21132***	0.06613	0.31779***	0.25707***	0.40260***	0.40502***	0.24324***	0.66240***	0.20067***	0.07250*
동물성 식품	0.19767***	0.31778***	0.34233***	0.06109	0.40586***	0.13445***	0.10004**	0.16066***	0.02228	0.12957***	0.30214***
기타 식품	0.00051	-0.02274	0.00146	-0.04430	-0.05529	-0.01867	-0.07279*	-0.04121	0.01094	0.00956	0.01221
합계	0.26708***	0.28248***	0.19265***	0.24791***	0.39190***	0.35401***	0.31803***	0.23371***	0.51827***	0.21055***	0.18555***

\*p<0.05, \*\*p<0.01, \*\*\*P<0.001

## 5. 우리나라 주요 농산물(쌀, 고추, 마늘, 양파, 쇠고기, 돼지고기, 닭고기)별 1회 섭취 분량 및 영양소 기여도

### 가. 주요 식품별 1인 1회 평균 섭취량 및 에너지 공급량

다음은 주요 식품별 평균섭취량을 나타낸 것으로 쌀의 경우 평균 165.0g을 섭취하고, 고추의 경우 11.9g, 마늘의 경우 6.4g, 양파의 경우 25.2g, 쇠고기의 경우 48.9g, 돼지고기의 경우 52.9g, 닭고기의 경우 116.4g을 섭취하는 것으로 나타났다.

표 3-21. 주요 식품별 1인 1회 평균섭취량 및 에너지 공급량

식품명(n)	무게(g)	에너지(kcal)	단백질
쌀(730)	165.0±66.9 <sup>1)</sup>	568.5±229.0	11.2±4.9
기타곡류(105)	106.2±58.5	353.2±241.6	9.1±7.0
고추(503)	11.9±13.1	3.1±3.6	0.2±0.3
마늘(722)	6.4±6.3	7.1±5.2	0.5±0.4
양파(571)	25.2±16.1	8.9±6.1	0.3±0.2
과일-국내(539)	239.0±177.3	105.3±78.5	1.5±1.3
과일-수입(140)	155.1±79.5	49.6±51.7	1.2±0.7
쇠고기(318)	48.9±59.2	94.6±142.9	10.2±11.6
돼지고기(265)	52.9±40.1	140.9±129.3	11.0±8.4
닭고기(65)	116.4±129.6	206.7±223.9	22.1±23.9

1) Mean±SD

1) 계절별 쌀 및 기타 곡류의 섭취량

다음은 계절별 주요 식품별 평균섭취량을 나타낸 것으로 쌀의 경우 여름에 비해 가을의 섭취량이 유의적으로 높게 조사되었다.

표 3-22. 쌀 및 기타 곡류의 섭취량

		봄	여름	가을	겨울
쌀류	무게(g)	166.5±64.1 <sup>1)ab</sup>	154.6±66.4 <sup>b</sup>	175.0±71.4 <sup>a</sup>	162.0±63.1 <sup>ab</sup>
	에너지(kcal)	577.8±223.7	536.9±231.1	596.7±243.2	558.3±213.0
	명	124	163	221	222
기타 곡류	무게(g)	106.2±83. <sup>b</sup>	126.8±86.0 <sup>ab</sup>	117.8±94.3 <sup>ab</sup>	141.3±92.8 <sup>a</sup>
	에너지(kcal)	332.5±248.2	359.9±245.3	309.8±221.2	398.4±246.4
	명	105	153	180	198

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

2) 계절별 양념채소(고추·마늘·양파)의 섭취량 및 에너지 공급량

마늘의 경우 가을에 비해 겨울의 섭취량이 유의적으로 높은 것으로 조사되었으며 고추와 양파의 경우 계절에 따른 섭취량의 차이가 나타나지 않았다.

표 3-23. 고추, 마늘, 양파의 계절별 섭취량 및 에너지 공급량

		봄	여름	가을	겨울
고추	무게(g)	12.3±13.7 <sup>1)</sup>	13.473±16.0	11.4±10.3	10.7±12.6
	에너지(kcal)	3.4±4.0	3.5±4.0	3.0±3.3	2.6±3.1
	명	80	127	163	133
마늘	무게(g)	7.7±9.3 <sup>a</sup>	6.2±5.6 <sup>ab</sup>	5.6±3.6 <sup>b</sup>	6.6±6.7 <sup>ab</sup>
	에너지(kcal)	8.3±7.7	6.7±4.6	6.5±3.6	7.3±5.2
	명	121	165	218	218
양파	무게(g)	26.7±15.1	26.5±19.0	26.4±16.3	21.7±13.2
	에너지(kcal)	9.4±5.3	9.3±6.6	9.5±6.9	7.6±4.6
	명	91	140	175	165

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

### 3) 계절별 과일류의 섭취분량 및 에너지 공급량

국내산 과일의 섭취량은 겨울은 봄, 여름, 가을에 비해 섭취량이 유의적으로 높게 나타났다.

표 3-24. 과일류의 1일 1회 섭취량 및 에너지 공급량

		봄	여름	가을	겨울
국내산 과일	무게(g)	203.1±137.5 <sup>1)b</sup>	184.4±125.0 <sup>b</sup>	211.0±129.7 <sup>b</sup>	318.0±227.3 <sup>a</sup>
	에너지(kcal)	75.5±58.9	76.0±50.4	100.4±62.9	142.6±97.5
	명	67	133	160	179
수입산 과일	무게(g)	169.1±58.5	127.9±83.5	147.9±80.1	173.3±84.6
	에너지(kcal)	85.9±47.3	63.0±39.6	70.8±59.3	86.1±53.3
	명	29	31	40	40

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

### 4) 계절별 육류의 섭취량 및 에너지 공급량

쇠고기, 돼지고기, 닭고기의 섭취량을 계절별로 비교해 보면 소고기, 돼지고기, 닭고기의 경우 모두 여름철의 섭취량이 높은 경향을 보였으나 통계적으로 유의적인 차를 보이지 않았다.

표 3-25. 쇠고기, 돼지고기, 닭고기의 1일 1회 섭취량 및 에너지 공급량

		봄	여름	가을	겨울
쇠고기	무게(g)	45.370±34.910 <sup>1)</sup>	59.736±92.066	44.856±44.802	44.358±38.211
	에너지(kcal)	85.150±79.667	120.8±229.6	87.178±101.4	81.531±83.977
	명	54	86	104	74
돼지고기	무게(g)	57.560±33.714	53.094±35.930	51.139±49.141	52.389±36.820
	에너지(kcal)	152.3±108.9	141.6±114.7	135.0±156.7	140.6±121.0
	명	40	56	79	90
닭고기	무게(g)	130.0±139.1	146.6±163.8	80.463±80.240	157.5±165.2
	에너지(kcal)	224.0±241.2	261.2±281.9	147.2±141.0	272.5±285.7
	명	14	19	27	5

1) Mean±SD

나. 요인별 주요식품별 1회 섭취 분량(수입, 가족수)

1) 가족수에 따른 주요 식품별 평균섭취량

가족수에 따른 국내산과일의 섭취량을 비교해보면 3인 이하의 과일 섭취량이 5인 이상에 비해 유의적으로 더 높게 나타났다.

표 3-26. 가족에 따른 주요 식품별 평균섭취량 (g)

	3인 이하	4인	5인 이상
쌀	165.8±64.395 <sup>1)</sup>	161.9±66.307	169.7±64.845
고추	11.286±11.330	11.625±11.412	11.940±12.437
마늘	6.123±6.002	6.328±5.918	7.131±7.720
양파	25.114±15.809	25.225±15.885	24.593±14.601
과일-국내	279.2±218.3 <sup>a</sup>	233.7±160.1 <sup>ab</sup>	216.0±162.7 <sup>b</sup>
과일-수입	181.3±89.072 <sup>a</sup>	144.6±65.320 <sup>ab</sup>	136.1±65.565 <sup>b</sup>
쇠고기	50.428±52.713	50.250±71.344	43.134±30.433
돼지고기	53.845±40.351	53.626±43.889	51.009±31.038
닭고기	116.9±123.3	95.125±100.3	173.2±179.5

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

2) 수입에 따른 주요 식품별 평균섭취량

수입에 따른 쌀의 섭취량을 비교해보면 300만원 이하, 300-450만원의 섭취량에 비해 450만원 이상의 섭취량이 유의적으로 더 낮은 것으로 나타났다.

표 3-27. 수입에 따른 주요 식품별 평균섭취량 (g)

	300만원 이하 (n=378)	300만원-450만원 (n=228)	450만원 이상 (n=161)
쌀	172.6±62.7 <sup>1)a</sup>	163.7±66.8 <sup>a</sup>	147.2±66.7 <sup>b</sup>
고추	12.7±13.4	10.6±9.5	10.4±9.6
마늘	6.4±6.5	6.7±6.8	6.2±5.4
양파	25.239±15.9	24.1±14.2	25.9±16.7
과일-국내	243.0±170.9	255.7±210.7	215.7±143.3
과일-수입	164.4±77.6	149.2±76.6	135.3±65.9
쇠고기	53.2±80.0	42.±31.2	48.8±45.1
돼지고기	59.7±46.8	45.8±28.5	46.9±33.2
닭고기	93.3±97.9	132.5±138.4	166.7±173.0

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

### 3) 가구주의 학력에 따른 주요 식품별 평균섭취량

가구주의 학력에 따른 쌀의 섭취량을 비교해보면 대졸 이상의 섭취량에 비해 중졸이하, 중졸-고졸의 쌀 섭취량이 유의적으로 더 높게 섭취하는 것으로 나타났다. 한편 고졸과 대졸 이상의 섭취량에 비해 중졸 이하의 수입산 과일의 섭취량이 유의적으로 더 높게 나타났다.

표 3-28. 가구주의 학력에 따른 주요 식품별 평균섭취량 (g)

	중졸 이하(n=87)	고졸(n=300)	대졸 이상(n=470)
쌀	173.8±60.5 <sup>1)a</sup>	176.6±63.9 <sup>ab</sup>	155.9±66.0 <sup>b</sup>
고추	14.4±13.3	12.3±11.5	10.8±11.4
마늘	6.0±6.1	7.1±7.7	6.1±5.5
양파	20.7±11.6	25.8±17.0	25.3±15.2
과일-국내	250.6±134.5	253.1±165.4	232.8±190.3
과일-수입	196.4±84.3 <sup>a</sup>	148.4±68.0 <sup>b</sup>	148.5±75.4 <sup>b</sup>
쇠고기	440.8±33.0	41.4±32.5	52.7±70.9
돼지고기	66.4±43.1	56.4±47.6	49.2±34.2
닭고기	129.3±163.2	89.4±81.7	134.0±144.5

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

#### 4) 주요식품과 기타 요인과의 상관관계

다음은 주요 식품과 기타 요인과의 상관관계를 나타낸 것이다. 쌀은 수입과 남편의 학력과 음의 상관관계를 보였으며, 국내산 과일과 수입산 과일의 경우 가족수에 비해 음의 상관관계를 보였다. 고추의 경우 남편의 학력과 약한 음의 상관관계를 보였으며 돼지고기의 경우 가족의 수입, 남편의 학력과 음의 상관관계를 보였다.

표 3-29. 주요 식품의 섭취량과 기타 요인과의 상관관계

	가족수	수입	남편의 학력
쌀	0.019	-0.146***	-0.133***
고추	0.020	-0.086	-0.093*
마늘	0.054	-0.008	-0.030
양파	-0.011	0.008	0.052
과일-국내	-0.118***	-0.049	-0.048
과일-수입	-0.232***	-0.155	-0.148
쇠고기	-0.043	-0.038	0.830
돼지고기	-0.024	-0.148*	-0.129*
닭고기	0.113	0.234	0.086

1) Mean±SD

\* p<0.05, \*\* p<0.01, \*\*\* p<0.001

#### 5) 분류별 식품의 1회 섭취량

다음 표에는 곡류, 서류, 견과 및 종실류, 과일류, 채소류, 수산물 및 축산물와 기타 식품에 관한 1회 섭취량 및 에너지, 단백질, 지방, 당질의 제공량 평균이 나타나 있다.

표 3-30. 분류별 1회 섭취량 및 에너지, 단백질, 지방, 당질의 공급량

분류	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
곡류	쌀	711(6.59) <sup>1)</sup>	157.92±65.12 <sup>2)</sup>	545.88±227.11	10.76±4.84	0.76±0.41	120.25±50.12
	보리	141(1.31)	15.85±9.82	55.27±34.10	1.71±1.10	0.18±0.16	12.08±7.50
	옥수수	44(0.41)	25.93±15.29	29.29±20.01	1.01±1.16	0.63±1.06	5.75±4.46
	수수	95(0.88)	13.59±7.15	49.37±26.10	1.30±0.68	0.36±0.19	10.04±5.28
	조	10(0.09)	12.83±6.61	46.97±25.75	1.25±0.64	0.53±0.28	9.27±5.00
	차조	98(0.91)	13.55±6.94	49.17±25.20	1.26±0.65	0.41±0.21	9.92±5.08
	밀가루	203(1.88)	24.06±26.41	79.93±87.25	2.61±2.87	0.40±0.42	17.78±19.51
	참쌀	81(0.75)	18.58±27.62	69.26±101.33	1.54±3.20	0.28±1.16	14.92±21.54
	쌀, 현미	56(0.52)	105.49±50.69	373.44±179.43	7.01±3.60	2.96±1.52	79.12±38.02
서류 및 두류	감자	255(2.36)	44.51±44.50	28.21±43.97	1.13±1.16	0.26±1.75	5.63±7.47
	전분	102(0.95)	14.52±22.83	49.33±76.30	0.02±0.04	0.02±0.03	12.17±18.84
	고구마	51(0.47)	109.04±71.25	127.85±97.04	1.27±0.86	0.21±0.15	29.91±22.76
	검정콩	249(2.31)	16.46±9.35	64.19±36.79	5.80±3.31	2.86±1.61	4.53±2.71
	완두콩	22(0.20)	7.45±6.85	8.92±8.25	0.59±0.55	0.05±0.04	1.35±1.25
	강남콩	13(0.12)	14.16±14.02	42.32±42.01	2.52±2.49	0.22±0.22	7.47±7.42
	붉은팥	79(0.73)	13.61±10.69	41.46±31.74	2.79±2.14	0.18±0.14	7.42±5.69
	녹두	11(0.10)	22.50±16.70	52.54±26.19	3.08±1.94	0.19±0.13	9.59±4.40
	땅콩	23(0.21)	17.87±10.64	101.61±60.52	4.63±2.75	8.73±5.19	2.90±1.87
두부	342(3.17)	46.66±36.81	34.58±24.37	3.53±2.39	1.67±1.25	1.31±1.54	
견과 및 종실류	밤	15(0.14)	9.88±7.99	16.83±14.42	0.31±0.24	0.05±0.03	3.75±3.26
	도토리	18(0.17)	65.14±31.65	28.01±13.61	0.13±0.06	0.13±0.06	6.58±3.20
	참깨,	311(2.88)	0.80±0.54	4.59±3.06	0.15±0.10	0.42±0.28	0.13±0.09
	들깨	71(0.66)	0.85±0.46	4.45±2.41	0.15±0.08	0.40±0.22	0.14±0.07
채소류	무	360(3.34)	45.99±33.64	9.12±8.70	0.48±0.61	0.07±0.25	1.91±1.82
	배추	65(0.60)	63.42±33.49	7.57±4.05	0.89±0.47	0.06±0.03	1.38±0.75
	양배추	127(1.18)	27.84±24.19	8.63±7.50	0.39±0.34	0.06±0.05	2.03±1.77
	파	714(6.62)	13.36±9.96	2.46±1.70	0.21±0.15	0.02±0.02	0.48±0.34
	생강	215(1.99)	1.17±0.83	0.62±0.44	0.02±0.01	0.00±0.00	0.14±0.10
	양파	571(5.29)	25.14±16.13	8.88±6.05	0.26±0.19	0.06±0.17	1.99±1.29
	마늘	722(6.69)	6.39±6.27	7.11±5.19	0.54±0.38	0.01±0.02	1.44±1.07
	오이	245(2.27)	39.35±41.18	4.36±6.72	0.35±0.53	0.06±0.28	0.92±1.68
	호박	285(2.64)	33.72±24.45	14.79±35.43	0.80±1.63	0.18±0.22	3.10±8.39
	시금치	153(1.42)	45.82±30.06	13.09±8.99	1.44±0.94	0.20±0.16	2.25±1.56
토마토	39(0.36)	152.69±103.99	20.98±14.52	1.33±0.93	0.15±0.10	4.35±3.01	



채 소 류	고추가루	506(4.69)	2.63±2.26	7.15±6.15	0.42±0.36	0.33±0.28	0.95±0.82
	상추	124(1.15)	26.60±19.21	4.53±3.38	0.32±0.23	0.07±0.06	0.89±0.66
	표고버섯	83(0.77)	13.87±12.92	7.99±5.46	0.51±0.40	0.08±0.06	1.41±1.06
	느타리버섯	32(0.30)	22.58±20.93	5.64±5.23	0.69±0.69	0.05±0.05	1.04±0.96
	팽이버섯	27(0.25)	19.40±11.27	6.21±3.61	0.58±0.34	0.06±0.04	1.22±0.71
	양송이버섯	26(0.24)	40.19±26.06	6.83±4.43	1.63±1.13	0.13±0.09	0.56±0.36
	더덕	275(2.55)	16.60±21.32	5.78±8.22	0.18±0.33	0.03±0.04	1.31±1.74
	취나물	31(0.29)	50.24±23.37	15.58±7.24	1.66±0.77	0.20±0.09	2.71±1.26
	김치,	703(6.52)	129.76±71.05	25.49±14.24	2.56±1.38	0.62±0.37	4.00±2.41
	콩나물	233(2.16)	49.04±29.20	14.71±8.76	2.43±1.44	0.67±0.40	0.86±0.56
	들깨잎	107(0.99)	11.15±9.32	3.23±2.70	0.44±0.36	0.06±0.05	0.49±0.41
	고사리	61(0.57)	31.37±16.26	9.96±7.16	1.13±0.66	0.09±0.05	1.33±0.92
	부추	51(0.47)	27.54±21.60	7.70±6.41	1.07±0.92	0.11±0.09	0.97±0.77
	고춧잎	50(0.46)	3.69±2.42	1.85±1.21	0.16±0.11	0.05±0.03	0.29±0.19
	도라지	35(0.32)	32.57±17.52	25.83±13.02	0.69±0.56	0.16±0.17	6.01±3.02
	숙주나물	32(0.30)	27.97±15.56	3.06±1.73	0.62±0.34	0.03±0.02	0.36±0.21
	우영	27(0.25)	17.59±19.89	10.91±12.33	0.55±0.62	0.04±0.04	2.38±2.68
	연근	12(0.11)	37.50±10.66	25.13±7.14	0.79±0.22	0.04±0.01	5.85±1.66
	체리토마토	11(0.10)	50.68±36.91	8.11±5.91	1.11±1.00	0.12±0.11	1.67±1.22
	아욱	10(0.09)	58.50±21.74	11.70±4.35	2.11±0.78	0.35±0.13	0.99±0.37
	인삼	10(0.09)	6.88±2.46	6.74±2.41	0.31±0.11	0.02±0.01	1.39±0.50
	참외	32(0.30)	155.86±63.58	48.32±19.71	1.59±0.66	0.16±0.07	11.38±4.64
	수박	62(0.57)	193.16±83.36	59.88±25.84	1.37±0.57	0.39±0.16	14.49±6.25
	딸기	42(0.39)	106.12±90.25	39.32±20.30	0.83±0.74	0.11±0.09	9.62±4.98
	미나리	18(0.17)	18.43±20.51	2.95±3.28	0.28±0.31	0.02±0.02	0.61±0.68
	가지	16(0.15)	45.63±27.92	7.30±4.47	0.37±0.22	0.05±0.03	1.69±1.03
	숙갓	114(1.06)	7.69±8.55	1.46±1.62	0.21±0.23	0.02±0.03	0.22±0.24
	고추	503(4.66)	11.86±13.06	3.07±3.57	0.23±0.29	0.05±0.06	0.38±0.44
	야채샐러드	15(0.14)	54.00±23.08	28.08±12.00	1.84±0.78	0.43±0.18	5.56±2.38
	피망	24(0.22)	10.51±11.66	1.92±2.33	0.08±0.12	0.02±0.03	0.42±0.50
과 실 류	사과	248(2.30)	141.09±86.84	77.32±49.20	0.45±0.29	0.18±0.14	20.59±13.22
	배	103(0.95)	84.70±83.22	33.17±32.47	0.28±0.28	0.09±0.09	8.75±8.57
	감	53(0.49)	95.92±61.90	59.93±51.49	0.62±0.48	0.10±0.06	15.71±13.69
	포도	67(0.62)	105.49±72.66	64.00±39.47	0.41±0.22	0.67±0.52	15.62±9.96
	복숭아	37(0.34)	126.76±73.52	42.66±25.11	1.14±0.75	0.25±0.15	10.26±6.02
	귤	191(1.77)	235.99±184.86	89.68±70.25	1.89±1.48	0.47±0.37	22.18±17.38
	오렌지	102(0.95)	162.99±79.67	65.92±32.59	1.14±0.57	0.26±0.16	16.53±8.15
	바나나	24(0.22)	146.88±80.11	136.59±74.50	1.76±0.96	0.29±0.16	35.40±19.31
후르츠카테일	12(0.11)	41.38±28.24	30.86±20.96	0.11±0.09	0.12±0.12	7.76±5.31	

	키위	10(0.09)	63.00±41.65	34.02±22.49	0.57±0.37	0.32±0.21	8.25±5.46
	파인애플	10(0.09)	102.50±52.03	43.25±30.93	0.37±0.18	0.13±0.07	11.37±8.20
수 산 물 및 축 산 물	고등어	120(1.11)	66.40±20.26	179.35±54.90	12.88±3.93	13.75±4.22	0.13±0.04
	꽃게	23(0.21)	50.83±24.14	62.01±29.45	9.10±4.32	2.54±1.21	0.05±0.02
	멸치	510(4.73)	9.94±8.76	25.65±20.34	4.78±3.79	0.58±0.47	0.01±0.01
	오징어	137(1.27)	30.64±18.57	39.93±32.18	8.04±6.47	0.59±0.57	0.23±0.64
	어묵	81(0.75)	40.91±18.75	57.12±26.10	4.85±2.17	0.97±0.41	7.11±3.47
	명태	79(0.73)	41.78±25.22	68.60±36.34	14.51±7.80	0.73±0.41	0.03±0.03
	새우젓	69(0.64)	4.56±3.70	2.29±1.86	0.49±0.40	0.03±0.02	0.00±0.01
	조개살	62(0.57)	10.40±4.84	10.82±5.03	1.59±0.74	0.30±0.14	0.30±0.14
	다랑어	60(0.56)	27.08±13.68	39.45±23.62	6.80±3.48	1.13±1.62	0.20±0.68
	조기	51(0.47)	71.37±24.21	106.18±34.41	13.59±4.67	5.33±1.98	0.07±0.02
	바지락	45(0.42)	15.37±7.35	10.37±4.93	2.07±1.25	0.19±0.15	0.13±0.08
	새우	44(0.41)	19.24±16.17	27.43±23.02	5.13±3.99	0.29±0.23	0.76±2.76
	갈치	35(0.32)	68.50±11.52	99.33±16.71	12.33±2.07	5.14±0.86	0.07±0.01
	멸치젓	33(0.31)	2.87±4.03	3.24±4.55	0.39±0.54	0.17±0.24	0.01±0.02
	홍합	24(0.22)	19.52±11.28	14.25±8.24	2.00±1.15	0.33±0.19	0.68±0.39
	삼치	21(0.19)	61.19±11.74	108.92±20.90	11.81±2.27	6.49±1.24	0.06±0.01
	명란젓	17(0.16)	20.00±12.14	24.04±14.55	4.09±2.49	0.60±0.37	0.56±0.33
	맛살	14(0.13)	10.89±5.34	4.58±2.24	0.73±0.36	0.10±0.05	0.14±0.07
	낙지	12(0.11)	48.63±27.37	25.77±14.51	5.40±3.04	0.24±0.14	0.10±0.05
	굴	11(0.10)	50.34±36.11	44.68±32.90	5.13±3.51	1.09±0.75	3.44±2.59
	꽁치	11(0.10)	80.00±44.05	209.60±115.40	16.16±8.90	15.52±8.54	0.08±0.04
	모시조개	10(0.09)	23.75±11.38	11.64±5.58	1.69±0.81	0.17±0.08	0.69±0.33
	쇠고기	318(2.95)	48.85±59.24	94.61±142.90	10.07±11.62	7.68±11.83	0.10±0.16
돼지고기	265(2.46)	52.95±40.15	140.91±129.29	10.98±8.39	10.74±12.45	0.12±0.16	
닭고기	65(0.60)	116.38±129.56	206.69±223.90	22.05±23.89	12.28±13.60	0.68±3.01	
기 타 식 품	콩기름	666(6.17)	5.73±4.25	50.62±37.60	0.00±0.00	5.73±4.25	0.00±0.00
	참기름	665(6.17)	4.03±2.96	35.67±26.14	0.00±0.00	4.03±2.96	0.00±0.00
	마요네즈	65(0.60)	11.17±4.01	73.27±26.33	0.21±0.08	7.92±2.85	0.26±0.09
	마가린	26(0.24)	5.14±1.34	37.09±9.65	0.01±0.00	4.19±1.09	0.01±0.00
	계란	427(3.96)	42.51±28.87	67.16±45.64	5.42±3.69	4.70±3.21	0.42±0.29
	메추리알	15(0.14)	23.33±16.41	39.67±27.90	2.94±2.07	2.82±1.99	0.37±0.26
	우유	297(2.75)	227.91±95.13	137.48±57.46	7.38±3.19	7.27±3.24	11.34±5.46
	크림	181(1.68)	12.79±6.55	25.96±13.29	0.35±0.18	2.47±1.26	0.47±0.24
	요구르트	91(0.84)	116.04±50.86	89.38±38.86	2.42±1.49	1.06±1.49	18.23±7.47
	아이스크림	43(0.40)	103.37±43.74	226.03±104.15	3.89±2.00	14.10±7.83	22.47±10.71
	치즈	14(0.13)	18.57±3.06	70.68±16.14	4.31±0.94	5.67±1.34	0.35±0.27

1) N(%)

2) Mean±SD

## 6. 다빈도 및 다소비 식품 섭취 현황

2001년 국민건강영양조사 심층연계분석에 의하면 식품섭취량 결과에서 섭취된 빈도에 따라 내림차순으로 정리한 연간 다빈도 식품은 백미, 마늘, 파, 배추김치, 소금이었다. 또한 우리 국민의 연평균식품섭취량에 근거해 조사한 다소비 식품은 백미, 우유, 꿀, 배추김치, 맥주로 나타난 것으로 보고하고 있다.

### 가. 연간 다빈도 식품 및 다소비 식품

#### 1) 다빈도 식품

본 연구에서 조사된 식품 항목을 섭취빈도를 정리·조사하여 순위별 다빈도 식품의 항목을 다음 표에 나타내었다. 순위별 다빈도 식품을 보면 마늘, 소금, 파, 쌀, 김치, 간장, 콩기름, 참기름, 양파 및 설탕의 순이었다.

표 3-31. 연간 다빈도 식품

순위	식품명	빈도	순위	식품명	빈도
1	마늘	722(3.59) <sup>1)</sup>	51	배	103(0.51)
2	소금	718(3.57)	52	전분	102(0.51)
3	파	714(3.55)	53	오렌지	102(0.51)
4	쌀	709(3.53)	54	차조	98(0.49)
5	김치	703(3.50)	55	수수	95(0.47)
6	간장	667(3.32)	56	요구르트	91(0.45)
7	콩기름	666(3.31)	57	표고버섯	83(0.41)
8	참기름	665(3.31)	58	참쌀	81(0.40)
9	양파	571(2.84)	59	어묵	81(0.40)
10	설탕	560(2.78)	60	붉은팥	79(0.39)
11	멸치	510(2.54)	61	명태	79(0.39)
12	고추가루	506(2.52)	62	라면	73(0.36)
13	고추	503(2.50)	63	들깨	71(0.35)
14	계란	427(2.12)	64	새우젓	69(0.34)
15	김	387(1.92)	65	포도	67(0.33)
16	고추장	384(1.91)	66	배추	65(0.32)
17	된장	372(1.85)	67	닭고기	65(0.32)
18	무	360(1.79)	68	마요네즈	65(0.32)
19	두부	342(1.70)	69	국수	63(0.31)

20	후추	331(1.65)	70	수박	62(0.31)
21	깨소금	329(1.64)	71	조개살	62(0.31)
22	롤빵	325(1.62)	72	다시마	62(0.31)
23	쇠고기	318(1.58)	73	고사리	61(0.30)
24	참깨	311(1.55)	74	다랑어	60(0.30)
25	우유	297(1.48)	75	쌀, 현미	56(0.28)
26	호박	285(1.42)	76	케찹	55(0.27)
27	옛	281(1.40)	77	감	53(0.26)
28	더덕	275(1.37)	78	칼국수	51(0.25)
29	돼지고기	265(1.32)	79	고구마	51(0.25)
30	감자	255(1.27)	80	부추	51(0.25)
31	검정콩	249(1.24)	81	소시지	51(0.25)
32	사과	248(1.23)	82	조기	51(0.25)
33	오이	245(1.22)	83	고춧잎	50(0.25)
34	콩나물	233(1.16)	84	바지락	45(0.22)
35	생강	215(1.07)	85	옥수수	44(0.22)
36	밀가루	203(1.01)	86	새우	44(0.22)
37	커피	200(0.99)	87	아이스크림	43(0.21)
38	꿀	191(0.95)	88	다시다	43(0.21)
39	크림	181(0.90)	89	딸기	42(0.21)
40	미역	168(0.84)	90	겨자	42(0.21)
41	시금치	153(0.76)	91	토마토	39(0.19)
42	보리	141(0.70)	92	녹차	38(0.19)
43	오징어	137(0.68)	93	복숭아	37(0.18)
44	양배추	127(0.63)	94	젤라틴	36(0.18)
45	상추	124(0.62)	95	도라지	35(0.17)
46	고등어	120(0.60)	96	갈치	35(0.17)
47	식초	118(0.59)	97	멸치젓	33(0.16)
48	청주	116(0.58)	98	우동	32(0.16)
49	숙갓	114(0.57)	99	숙주나물	32(0.16)
50	들깨잎	107(0.53)	100	느타리버섯	32(0.16)

1) n(%)

2) 식품별 연간 총섭취량 산출에 따른 연간 다소비 식품

다음은 식품별 연간 총섭취량을 산출하고 전체식품섭취량에 대한 비율을 구하여 순위별 다소비식품을 정리한 결과이다. 항목을 보면 쌀, 김치, 우유, 꿀, 사과, 빵, 커피, 계란, 오렌지, 무, 두부, 쇠고기, 양파, 돼지고기 및 수박의 순으로 나타났다.

표 3-32. 연간 다소비 식품

순위	식품명	빈도	1회 섭취분량(g)	총섭취량 (g)	섭취 비율 (%)	순위	식품명	빈도	1회 섭취분량(g)	총섭취량 (g)	섭취 비율 (%)
1	쌀	709(3.30) <sup>1)</sup>	157.92±65.12 <sup>2)</sup>	111,963.25	12.50	51	콩기름	666(3.10)	5.73±4.25	3,813.34	0.43
2	김치	703(3.27)	129.76±71.05	91,222.55	10.19	52	조기	51(0.24)	71.37±24.21	3,640.00	0.41
3	우유	297(1.38)	227.91±95.13	67,690.00	7.56	53	양배추	127(0.59)	27.84±24.19	3,536.00	0.39
4	굴	191(0.89)	235.99±184.86	45,075.00	5.03	54	바나나	24(0.11)	146.88±80.11	3,525.00	0.39
5	사과	248(1.15)	141.09±86.84	34,991.50	3.91	55	콜라	19(0.09)	176.32±48.21	3,350.00	0.37
6	빵	325(1.51)	89.31±61.24	29,024.25	3.24	56	설탕	560(2.60)	5.92±4.87	3,316.17	0.37
7	커피	200(0.93)	131.13±65.71	26,225.00	2.93	57	어묵	81(0.38)	40.91±18.75	3,314.00	0.37
8	계란	427(1.98)	42.51±28.87	18,153.85	2.03	58	명태	79(0.37)	41.78±25.22	3,300.75	0.37
9	오렌지 쥬스	102(0.47)	162.99±79.67	16,625.00	1.86	59	상추	124(0.58)	26.60±19.21	3,298.25	0.37
10	무	360(1.67)	45.99±33.64	16,555.00	1.85	60	고추장	384(1.78)	8.55±6.05	3,285.10	0.37
11	두부	342(1.59)	46.66±36.81	15,956.40	1.78	61	스파 게티	14(0.07)	207.54±114.6 3	2,905.50	0.32
12	쇠고기	318(1.48)	48.85±59.24	15,534.80	1.73	62	만두	25(0.12)	111.00±46.95	2,775.00	0.31
13	양파	571(2.65)	25.14±16.13	14,353.60	1.60	63	참기름	665(3.09)	4.03±2.96	2,683.00	0.30
14	돼지 고기	265(1.23)	52.95±40.15	14,030.65	1.57	64	갈치	35(0.16)	68.50±11.52	2,397.50	0.27
15	수박	62(0.29)	193.16±83.36	11,976.00	1.34	65	크림	181(0.84)	12.79±6.55	2,315.00	0.26
16	콩나물	233(1.08)	49.04±29.20	11,425.60	1.28	66	메밀 냉면	27(0.13)	84.17±16.02	2,272.50	0.25
17	감자	255(1.19)	44.51±44.50	11,350.60	1.27	67	보리	141(0.66)	15.85±9.82	2,235.48	0.25
18	요구 르트	91(0.42)	116.04±50.86	10,560.00	1.18	68	미역	168(0.78)	12.86±18.29	2,160.50	0.24
19	오이	245(1.14)	39.35±41.18	9,641.50	1.08	69	소금	718(3.34)	2.97±1.72	2,135.58	0.24
20	호박	285(1.32)	33.72±24.45	9,609.00	1.07	70	고사리	61(0.28)	31.37±16.26	1,913.70	0.21
21	파	714(3.32)	13.36±9.96	9,540.40	1.07	71	옛	281(1.31)	5.94±3.72	1,669.00	0.19
22	배	103(0.48)	84.70±83.22	8,724.00	0.97	72	스프	9(0.04)	182.78±94.44	1,645.00	0.18
23	맥주	12(0.06)	714.58±510.84	8,575.00	0.96	73	다랑어	60(0.28)	27.08±13.68	1,625.00	0.18
24	고등어	120(0.56)	66.40±20.26	7,967.50	0.89	74	취나물	31(0.14)	50.24±23.37	1,557.50	0.17
25	닭고기	65(0.30)	116.38±129.56	7,565.00	0.84	75	참쌀	81(0.38)	18.58±27.62	1,505.03	0.17
26	라면	73(0.34)	99.43±34.82	7,258.50	0.81	76	전분	102(0.47)	14.52±22.83	1,481.25	0.17
27	칼국수	51(0.24)	141.18±24.95	7,200.00	0.80	77	부추	51(0.24)	27.54±21.60	1,404.50	0.16

28	포도	67(0.31)	105.49±72.66	7,067.50	0.79	78	탄산 음료	8(0.04)	171.25±107.10	1,370.00	0.15
29	시금치	153(0.71)	45.82±30.06	7,010.00	0.78	79	고추 가루	506(2.35)	2.63±2.26	1,329.91	0.15
30	간장	667(3.10)	10.33±6.85	6,892.60	0.77	80	차조	98(0.46)	13.55±6.94	1,327.50	0.15
31	된장	372(1.73)	17.09±9.58	6,355.65	0.71	81	수수	95(0.44)	13.59±7.15	1,290.63	0.14
32	고추	503(2.34)	11.86±13.06	5,967.75	0.67	82	삼치	21(0.10)	61.19±11.74	1,285.00	0.14
33	토마토	39(0.18)	152.69±103.99	5,955.00	0.66	83	시리얼	17(0.08)	75.29±22.72	1,280.00	0.14
34	쌀, 현미	56(0.26)	105.49±50.69	5,907.50	0.66	84	인절미	16(0.07)	76.25±37.35	1,220.00	0.14
35	고구마	51(0.24)	109.04±71.25	5,561.25	0.62	85	들깨잎	107(0.50)	11.15±9.32	1,193.30	0.13
36	감	53(0.25)	95.92±61.90	5,084.00	0.57	86	도토리	18(0.08)	65.14±31.65	1,172.50	0.13
37	멸치	510(2.37)	9.94±8.76	5,068.00	0.57	87	꽃게	23(0.11)	50.83±24.14	1,169.00	0.13
38	참외	32(0.15)	155.86±63.58	4,987.50	0.56	88	표고 버섯	83(0.39)	13.87±12.92	1,151.25	0.13
39	밀가루	203(0.94)	24.06±26.41	4,884.25	0.55	89	옥수수	44(0.20)	25.93±15.29	1,141.13	0.13
40	두유	24(0.11)	200.00±51.08	4,800.00	0.54	90	도라지	35(0.16)	32.57±17.52	1,140.00	0.13
41	복숭아	37(0.17)	126.76±73.52	4,690.00	0.52	91	소시지	51(0.24)	21.23±12.79	1,082.50	0.12
42	마늘	722(3.36)	6.39±6.27	4,615.13	0.52	92	붉은팔	79(0.37)	13.61±10.69	1,075.00	0.12
43	더덕	275(1.28)	16.60±21.32	4,564.30	0.51	93	계란샌 드위치	6(0.03)	176.00±0.00	1,056.00	0.12
44	딸기	42(0.20)	106.12±90.25	4,457.00	0.50	94	참쌀떡	12(0.06)	87.50±19.94	1,050.00	0.12
45	아이스 크림	43(0.20)	103.37±43.74	4,445.00	0.50	95	양송이 버섯	26(0.12)	40.19±26.06	1,045.00	0.12
46	우동	32(0.15)	131.41±30.78	4,205.00	0.47	96	파인 애플	10(0.05)	102.50±52.03	1,025.00	0.11
47	오징어	137(0.64)	30.64±18.57	4,197.75	0.47	97	햄	30(0.14)	32.83±23.55	985.00	0.11
48	국수	63(0.29)	66.39±35.33	4,182.50	0.47	98	사이다	7(0.03)	140.71±75.08	985.00	0.11
49	배추	65(0.30)	63.42±33.49	4,122.50	0.46	99	식혜	7(0.03)	135.71±47.56	950.00	0.11
50	검정콩	249(1.16)	16.46±9.35	4,099.53	0.46	100	샌드 위치	6(0.03)	154.33±10.61	926.00	0.10

1) n(%)

2) Mean±SD

### 3) 식품군별 다빈도 식품

식품군별 다빈도 식품을 조사한 결과를 보면 곡류 및 제품의 경우 백미, 빵, 밀가루, 보리, 차조, 수수, 찹쌀, 라면, 국수, 현미 순으로 나타났다. 또한 두류 및 그 제품의 경우 된장, 두부, 검정콩, 붉은 팥, 두유 순으로 나타났으며 종실류의 경우 참깨, 들깨, 땅콩, 밥, 검정깨 순으로 나타났다. 또 채소의 경우 순위별 다빈도 식품을 살펴보면 마늘, 파, 김치, 양파, 고추로 나타났으며 과일의 경우 사과, 귤, 배, 오렌지, 포도, 수박, 딸기, 복숭아, 참외, 바나나로 나타났다.

표 3-33. 곡류 및 그 제품의 다빈도 식품

	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	백미	709(3.30) <sup>1)</sup>	157.92±65.12 <sup>2)</sup>	545.88±227.11	10.76±4.84	0.76±0.41	120.25±50.12
2	빵	325(1.51)	89.31±61.24	264.94±173.96	6.52±5.47	6.83±7.64	44.69±28.50
3	밀가루	203(0.94)	24.06±26.41	79.93±87.25	2.61±2.87	0.40±0.42	17.78±19.51
4	보리	141(0.66)	15.85±9.82	55.27±34.10	1.71±1.10	0.18±0.16	12.08±7.50
5	차조	98(0.46)	13.55±6.94	49.17±25.20	1.26±0.65	0.41±0.21	9.92±5.08
6	수수	95(0.44)	13.59±7.15	49.37±26.10	1.30±0.68	0.36±0.19	10.04±5.28
7	찹쌀	81(0.38)	18.58±27.62	69.26±101.33	1.54±3.20	0.28±1.16	14.92±21.54
8	라면	73(0.34)	99.43±34.82	378.83±132.67	8.55±2.99	14.02±4.91	61.05±21.38
9	국수	63(0.29)	66.39±35.33	244.12±130.36	7.76±4.14	0.33±0.18	49.42±26.39
10	현미	56(0.26)	105.49±50.69	373.44±179.43	7.01±3.60	2.96±1.52	79.12±38.02
11	칼국수	51(0.24)	141.18±24.95	186.35±32.94	4.94±0.87	1.41±0.25	41.36±7.31
12	우동	32(0.15)	131.41±30.78	358.99±92.25	8.72±2.24	1.67±0.42	73.07±18.81
13	메밀냉면	27(0.13)	84.17±16.02	287.01±54.64	8.84±1.68	1.18±0.22	62.20±11.84
14	만두	25(0.12)	111.00±46.95	235.30±101.31	10.57±4.54	11.13±5.19	23.32±9.69
15	미숫가루	17(0.08)	10.94±1.03	43.87±4.13	0.98±0.09	0.19±0.02	9.10±0.86
16	시리얼	17(0.08)	75.29±22.72	293.35±87.21	5.65±2.54	3.38±2.67	62.35±19.89
17	인절미	16(0.07)	76.25±37.35	165.46±81.05	3.74±1.83	1.30±0.63	33.93±16.62
18	스파케티	14(0.07)	207.54±114.63	280.06±122.01	10.61±4.77	7.26±4.54	46.40±25.40
19	율무	12(0.06)	20.86±24.06	52.67±24.53	2.00±1.08	0.86±0.44	9.17±4.16
20	찹쌀떡	12(0.06)	87.50±19.94	206.67±46.73	4.17±1.02	1.24±0.25	43.70±9.88
21	조	10(0.05)	12.83±6.61	46.97±25.75	1.25±0.64	0.53±0.28	9.27±5.00
22	곰보빵	9(0.04)	61.67±21.79	231.87±81.95	5.43±1.92	8.14±2.88	34.60±12.23
23	기장	7(0.03)	14.64±7.96	51.54±28.03	1.99±1.05	0.33±0.16	10.31±5.61
24	메밀국수	7(0.03)	77.14±21.96	245.31±69.83	7.87±2.24	1.16±0.33	50.84±14.47
25	식혜	7(0.03)	135.71±47.56	126.29±40.91	2.63±1.34	0.14±0.05	27.89±8.76
26	도우넛	6(0.03)	116.67±69.76	480.67±287.42	8.52±5.09	30.33±18.14	47.13±28.18

27	샌드위치	6(0.03)	154.33±10.61	384.56±56.48	21.65±0.86	18.00±5.15	34.69±1.20
28	마카로니	5(0.02)	29.00±5.48	50.69±9.78	1.75±0.30	0.30±0.05	10.04±2.73
29	쌀가공	4(0.02)	228.75±142.50	171.27±89.45	3.28±1.85	1.38±0.97	34.80±21.61
30	차수수	4(0.02)	15.00±5.77	53.10±20.44	1.58±0.61	0.29±0.11	10.82±4.16
31	건빵	2(0.01)	26.25±5.30	108.94±22.01	2.28±0.46	2.47±0.50	19.29±3.90
32	쌀, 멥쌀	2(0.01)	100.00±0.00	220.00±0.00	4.40±0.00	0.80±0.00	43.70±0.00
33	쌀, 찹쌀	2(0.01)	100.00±0.00	259.00±0.00	3.50±0.00	2.80±0.00	53.90±0.00
34	전통떡	2(0.01)	27.50±10.61	83.60±32.24	3.77±1.45	6.16±2.38	3.27±1.26
35	핫도그	2(0.01)	73.50±34.65	181.55±85.58	7.79±3.67	10.88±5.13	13.52±6.38
36	양갱이	1(0.00)	25.00±0.00	68.25±0.00	0.80±0.00	0.08±0.00	16.83±0.00
37	짜장면	1(0.00)	234.00±0.00	893.88±0.00	21.06±0.00	33.70±0.00	142.04±0.00
38	졸면	1(0.00)	20.00±0.00	67.82±0.00	1.32±0.00	0.16±0.00	11.22±0.00
39	크로켓	1(0.00)	77.50±0.00	229.40±0.00	4.65±0.00	14.11±0.00	22.71±0.00
40	팝콘	1(0.00)	40.00±0.00	201.20±0.00	3.04±0.00	12.24±0.00	22.40±0.00

1) n(%)

2) Mean±SD

표 3-34. 감자 및 전분류, 당류, 두류, 종실류의 다빈도 식품

감자및전분류							
	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	감자	255(1.19) <sup>1)</sup>	44.51±44.50 <sup>2)</sup>	28.21±43.97	1.13±1.16	0.26±1.75	5.63±7.47
2	전분	102(0.47)	14.52±22.83	49.33±76.30	0.02±0.04	0.02±0.03	12.17±18.84
3	고구마	51(0.24)	109.04±71.25	127.85±97.04	1.27±0.86	0.21±0.15	29.91±22.76
4	옥수수	44(0.20)	25.93±15.29	29.29±20.01	1.01±1.16	0.63±1.06	5.75±4.46
당류 및 그 제품							
	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	설탕	560(2.60)	5.92±4.87	22.87±18.80	0.00±0.00	0.00±0.00	5.91±4.86
2	엿	281(1.31)	5.94±3.72	17.47±11.25	0.01±0.02	0.00±0.01	4.51±2.90
3	초코렛	10(0.05)	26.00±13.08	140.09±67.62	1.33±0.79	7.76±3.60	16.24±9.05
4	꿀	7(0.03)	18.04±8.78	53.03±25.80	0.04±0.02	0.00±0.00	14.37±6.99
5	사탕	4(0.02)	16.63±7.76	62.21±29.41	0.07±0.11	0.12±0.25	15.39±8.18
6	젤리	3(0.01)	23.67±7.51	77.39±24.54	0.00±0.00	0.02±0.01	19.31±6.12
7	시럽	3(0.01)	13.00±14.73	33.80±38.30	0.00±0.00	0.03±0.03	8.74±9.90
8	캐러멜	1(0.00)	2.00±0.00	8.22±0.00	0.49±0.00	2.89±0.00	1.60±0.00



두류 및 그 제품							
	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	된장	372(1.73)	17.09±9.58	27.74±15.70	2.05±1.18	0.83±0.50	3.01±1.71
2	두부	342(1.59)	46.66±36.81	34.58±24.37	3.53±2.39	1.67±1.25	1.31±1.54
3	검정콩	249(1.16)	16.46±9.35	64.19±36.79	5.80±3.31	2.86±1.61	4.53±2.71
4	붉은팥	79(0.37)	13.61±10.69	41.46±31.74	2.79±2.14	0.18±0.14	7.42±5.69
5	두유	24(0.11)	200.00±51.08	117.67±28.79	6.04±1.71	6.56±1.52	8.45±2.35
6	청국장	24(0.11)	19.38±5.58	34.49±9.93	3.74±1.14	1.75±0.53	1.24±0.36
7	완두콩	22(0.10)	7.45±6.85	8.92±8.25	0.59±0.55	0.05±0.04	1.35±1.25
8	강남콩	13(0.06)	14.16±14.02	42.32±42.01	2.52±2.49	0.22±0.22	7.47±7.42
9	녹두	11(0.05)	22.50±16.70	52.54±26.19	3.08±1.94	0.19±0.13	9.59±4.40
10	녹색완두콩	6(0.03)	10.42±5.10	9.39±4.08	0.63±0.15	0.04±0.01	1.33±0.80
11	콩가루	5(0.02)	22.00±29.92	86.61±122.02	5.90±6.96	3.77±6.23	8.70±12.19
12	노란콩	5(0.02)	80.00±0.00	140.00±0.00	14.24±0.00	6.16±0.00	7.60±0.00
13	팥, 검은팥	1(0.00)	13.30±0.00	44.82±0.00	2.71±0.00	0.09±0.00	7.14±0.00
종실류 및 그 제품							
	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	참깨	311(1.45)	0.80±0.54	4.59±3.06	0.15±0.10	0.42±0.28	0.13±0.09
2	들깨	71(0.33)	0.85±0.46	4.45±2.41	0.15±0.08	0.40±0.22	0.14±0.07
3	땅콩	23(0.11)	17.87±10.64	101.61±60.52	4.63±2.75	8.73±5.19	2.90±1.87
4	밤	15(0.07)	9.88±7.99	16.83±14.42	0.31±0.24	0.05±0.03	3.75±3.26
5	검정깨	7(0.03)	15.71±10.18	88.79±57.50	3.21±2.08	7.97±5.16	2.69±1.74
6	잣	3(0.01)	4.50±4.77	29.56±32.03	0.66±0.70	2.98±3.33	0.55±0.44
7	호두	3(0.01)	12.00±1.73	78.24±11.29	1.85±0.27	8.00±1.16	1.18±0.17
8	들깨	2(0.01)	22.50±10.61	121.50±57.28	3.98±1.17	8.90±4.17	4.55±2.14
9	은행	2(0.01)	11.50±2.12	19.88±2.23	0.55±0.01	0.17±0.00	4.05±0.52
10	아몬드	1(0.00)	13.00±0.00	77.48±0.00	2.59±0.00	7.20±0.00	2.02±0.00

1) n(%)

2) Mean±SD

표 3-35. 채소류의 다빈도 식품

	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	마늘	722(3.36) <sup>1)</sup>	6.39±6.27 <sup>2)</sup>	7.11±5.19	0.54±0.38	0.01±0.02	1.44±1.07
2	파	714(3.32)	13.36±9.96	2.46±1.70	0.21±0.15	0.02±0.02	0.48±0.34
3	김치	703(3.27)	129.76±71.05	25.49±14.24	2.56±1.38	0.62±0.37	4.00±2.41
4	양파	571(2.65)	25.14±16.13	8.88±6.05	0.26±0.19	0.06±0.17	1.99±1.29
5	고추	503(2.34)	11.86±13.06	3.07±3.57	0.23±0.29	0.05±0.06	0.38±0.44
6	무	360(1.67)	45.99±33.64	9.12±8.70	0.48±0.61	0.07±0.25	1.91±1.82
7	호박	285(1.32)	33.72±24.45	14.79±35.43	0.80±1.63	0.18±0.22	3.10±8.39

8	더덕	275(1.28)	16.60±21.32	5.78±8.22	0.18±0.33	0.03±0.04	1.31±1.74
9	오이	245(1.14)	39.35±41.18	4.36±6.72	0.35±0.53	0.06±0.28	0.92±1.68
10	콩나물	233(1.08)	49.04±29.20	14.71±8.76	2.43±1.44	0.67±0.40	0.86±0.56
11	생강	215(1.00)	1.17±0.83	0.62±0.44	0.02±0.01	0.00±0.00	0.14±0.10
12	시금치	153(0.71)	45.82±30.06	13.09±8.99	1.44±0.94	0.20±0.16	2.25±1.56
13	양배추	127(0.59)	27.84±24.19	8.63±7.50	0.39±0.34	0.06±0.05	2.03±1.77
14	상추	124(0.58)	26.60±19.21	4.53±3.38	0.32±0.23	0.07±0.06	0.89±0.66
15	쭈갓	114(0.53)	7.69±8.55	1.46±1.62	0.21±0.23	0.02±0.03	0.22±0.24
16	들깻잎	107(0.50)	11.15±9.32	3.23±2.70	0.44±0.36	0.06±0.05	0.49±0.41
17	배추	65(0.30)	63.42±33.49	7.57±4.05	0.89±0.47	0.06±0.03	1.38±0.75
18	고사리	61(0.28)	31.37±16.26	9.96±7.16	1.13±0.66	0.09±0.05	1.33±0.92
19	감	53(0.25)	95.92±61.90	59.93±51.49	0.62±0.48	0.10±0.06	15.71±13.69
20	부추	51(0.24)	27.54±21.60	7.70±6.41	1.07±0.92	0.11±0.09	0.97±0.77
21	고춧잎	50(0.23)	3.69±2.42	1.85±1.21	0.16±0.11	0.05±0.03	0.29±0.19
22	토마토	39(0.18)	152.69±103.99	20.98±14.52	1.33±0.93	0.15±0.10	4.35±3.01
23	녹차	38(0.18)	1.45±0.89	4.77±2.72	0.42±0.28	0.07±0.05	0.76±0.42
24	도라지	35(0.16)	32.57±17.52	25.83±13.02	0.69±0.56	0.16±0.17	6.01±3.02
25	숙주나물	32(0.15)	27.97±15.56	3.06±1.73	0.62±0.34	0.03±0.02	0.36±0.21
26	취나물	31(0.14)	50.24±23.37	15.58±7.24	1.66±0.77	0.20±0.09	2.71±1.26
27	우영	27(0.13)	17.59±19.89	10.91±12.33	0.55±0.62	0.04±0.04	2.38±2.68
28	피망	24(0.11)	10.51±11.66	1.92±2.33	0.08±0.12	0.02±0.03	0.42±0.50
29	도토리	18(0.08)	65.14±31.65	28.01±13.61	0.13±0.06	0.13±0.06	6.58±3.20
30	미나리	18(0.08)	18.43±20.51	2.95±3.28	0.28±0.31	0.02±0.02	0.61±0.68
31	가지	16(0.07)	45.63±27.92	7.30±4.47	0.37±0.22	0.05±0.03	1.69±1.03
32	야채샐러드	15(0.07)	54.00±23.08	28.08±12.00	1.84±0.78	0.43±0.18	5.56±2.38
33	대추	13(0.06)	4.84±2.17	12.73±6.71	0.23±0.11	0.09±0.05	3.12±1.65
34	연근	12(0.06)	37.50±10.66	25.13±7.14	0.79±0.22	0.04±0.01	5.85±1.66
35	체리토마토	11(0.05)	50.68±36.91	8.11±5.91	1.11±1.00	0.12±0.11	1.67±1.22
36	아욱	10(0.05)	58.50±21.74	11.70±4.35	2.11±0.78	0.35±0.13	0.99±0.37
37	인삼	10(0.05)	6.88±2.46	6.74±2.41	0.31±0.11	0.02±0.01	1.39±0.50
38	브로콜리	9(0.04)	28.89±14.31	8.24±3.93	1.42±0.73	0.08±0.05	1.09±0.50
39	토란대	6(0.03)	16.67±6.83	2.95±1.29	0.11±0.05	0.00±0.00	0.75±0.34
40	근대	4(0.02)	96.25±33.51	16.36±5.70	2.31±0.80	0.39±0.13	2.21±0.77
41	나라쓰께	3(0.01)	6.67±2.89	1.73±0.75	0.09±0.04	0.01±0.01	0.31±0.14
42	죽순	3(0.01)	7.67±4.04	2.68±1.41	0.25±0.13	0.02±0.01	0.36±0.19
43	치커리	3(0.01)	13.33±5.77	12.23±15.77	0.54±0.22	0.05±0.03	2.96±4.35

44	감잎차	2(0.01)	1.50±0.71	4.40±2.07	0.18±0.09	0.04±0.02	0.83±0.39
45	냉이	2(0.01)	55.00±21.21	17.05±6.58	2.59±1.00	0.39±0.15	2.09±0.81
46	당귀	2(0.01)	30.00±0.00	8.10±0.00	0.99±0.00	0.12±0.00	1.29±0.00
47	땅두릅	2(0.01)	50.00±0.00	6.50±0.00	0.30±0.00	0.00±0.00	1.35±0.00
48	쑥	2(0.01)	40.00±0.00	7.20±0.00	2.00±0.00	0.20±0.00	0.20±0.00
49	토란	2(0.01)	50.00±0.00	20.00±0.00	1.15±0.00	0.10±0.00	3.90±0.00
50	호박잎	2(0.01)	25.00±21.21	4.43±3.75	0.18±0.15	0.03±0.02	1.23±1.04
51	갓	1(0.00)	10.00±0.00	2.60±0.00	0.25±0.00	0.03±0.00	0.49±0.00
52	깨나물	1(0.00)	5.00±0.00	1.60±0.00	0.17±0.00	0.02±0.00	0.28±0.00
53	돌미나리	1(0.00)	20.00±0.00	3.20±0.00	2.96±0.00	1.09±0.00	0.52±0.00
54	두릅	1(0.00)	50.00±0.00	10.50±0.00	1.85±0.00	0.20±0.00	1.15±0.00
55	마늘분말	1(0.00)	4.00±0.00	13.00±0.00	0.73±0.00	0.04±0.00	2.77±0.00
56	머위	1(0.00)	35.00±0.00	9.45±0.00	1.23±0.00	0.14±0.00	1.51±0.00
57	밥취나물	1(0.00)	10.00±0.00	24.10±0.00	2.10±0.00	0.40±0.00	4.38±0.00
58	비름	1(0.00)	35.00±0.00	10.50±0.00	1.16±0.00	0.28±0.00	1.51±0.00
59	씀바귀	1(0.00)	35.00±0.00	19.25±0.00	0.88±0.00	0.21±0.00	3.92±0.00
60	원추리	1(0.00)	10.00±0.00	3.50±0.00	0.27±0.00	0.03±0.00	0.72±0.00
61	청경채	1(0.00)	17.50±0.00	2.45±0.00	0.23±0.00	0.05±0.00	0.40±0.00
62	롯데	1(0.00)	50.00±0.00	12.00±0.00	0.65±0.00	0.15±0.00	2.55±0.00

1) n(%)

2) Mean±SD

표 3-36. 버섯류와 과실류의 다빈도 식품

버섯류							
	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	표고버섯	83(0.39) <sup>1)</sup>	13.87±12.92 <sup>2)</sup>	7.99±5.46	0.51±0.40	0.08±0.06	1.41±1.06
2	느타리버섯	32(0.15)	22.58±20.93	5.64±5.23	0.69±0.69	0.05±0.05	1.04±0.96
3	팽이버섯	27(0.13)	19.40±11.27	6.21±3.61	0.58±0.34	0.06±0.04	1.22±0.71
4	양송이버섯	26(0.12)	40.19±26.06	6.83±4.43	1.63±1.13	0.13±0.09	0.56±0.36
5	송이버섯	1(0.00)	50.00±0.00	14.00±0.00	1.20±0.00	0.20±0.00	2.65±0.00
과실류							
	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	사과	248(1.15)	141.09±86.84	77.32±49.20	0.45±0.29	0.18±0.14	20.59±13.22
2	귤	191(0.89)	235.99±184.86	89.68±70.25	1.89±1.48	0.47±0.37	22.18±17.38
3	배	103(0.48)	84.70±83.22	33.17±32.47	0.28±0.28	0.09±0.09	8.75±8.57

4	오렌지	102(0.47)	162.99±79.67	65.92±32.59	1.14±0.57	0.26±0.16	16.53±8.15
5	포도	67(0.31)	105.49±72.66	64.00±39.47	0.41±0.22	0.67±0.52	15.62±9.96
6	수박	62(0.29)	193.16±83.36	59.88±25.84	1.37±0.57	0.39±0.16	14.49±6.25
7	딸기	42(0.20)	106.12±90.25	39.32±20.30	0.83±0.74	0.11±0.09	9.62±4.98
8	복숭아	37(0.17)	126.76±73.52	42.66±25.11	1.14±0.75	0.25±0.15	10.26±6.02
9	참외	32(0.15)	155.86±63.58	48.32±19.71	1.59±0.66	0.16±0.07	11.38±4.64
10	바나나	24(0.11)	146.88±80.11	136.59±74.50	1.76±0.96	0.29±0.16	35.40±19.31
11	후르츠카테일	12(0.06)	41.38±28.24	30.86±20.96	0.11±0.09	0.12±0.12	7.76±5.31
12	키위	10(0.05)	63.00±41.65	34.02±22.49	0.57±0.37	0.32±0.21	8.25±5.46
13	파인애플	10(0.05)	102.50±52.03	43.25±30.93	0.37±0.18	0.13±0.07	11.37±8.20
14	자몽	7(0.03)	128.57±48.80	42.14±14.10	0.64±0.24	0.19±0.12	10.71±3.51
15	멜론	6(0.03)	116.67±40.82	44.33±15.51	1.63±0.57	0.12±0.04	10.62±3.72
16	망고	4(0.02)	100.00±0.00	68.00±0.00	0.60±0.00	0.10±0.00	17.60±0.00
17	석류	3(0.01)	100.00±0.00	67.00±0.00	0.60±0.00	0.20±0.00	16.80±0.00
18	자두	2(0.01)	100.00±0.00	34.00±0.00	0.60±0.00	0.20±0.00	8.40±0.00
19	블루베리	1(0.00)	10.00±0.00	8.75±0.00	0.06±0.00	0.03±0.00	2.20±0.00

1) n(%)

2) Mean±SD

표 3-37. 육류, 난류, 어패류, 해조류, 우유류, 유지류, 음료 및 주류, 조미료류, 기타의 다변도 식품

육류 및 그 제품							
	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	쇠고기	318(1.48) <sup>1)</sup>	48.85±59.24 <sup>2)</sup>	94.61±142.90	10.07±11.62	7.68±11.83	0.10±0.16
2	돼지고기	265(1.23)	52.95±40.15	140.91±129.29	10.98±8.39	10.74±12.45	0.12±0.16
3	닭고기	65(0.30)	116.38±129.56	206.69±223.90	22.05±23.89	12.28±13.60	0.68±3.01
4	소시지	51(0.24)	21.23±12.79	58.24±33.28	3.04±1.71	4.57±2.95	1.20±1.29
5	햄	30(0.14)	32.83±23.55	45.85±30.80	5.62±3.90	1.78±1.40	1.80±1.46
6	스팸	11(0.05)	25.00±12.45	64.92±24.03	4.34±2.68	5.15±1.61	0.85±0.64
7	오리고기	3(0.01)	31.00±42.58	41.54±57.06	5.67±7.79	1.86±2.55	0.00±0.00
8	햄버거	3(0.01)	98.00±22.07	262.12±91.45	12.04±3.19	13.46±9.20	24.27±8.44
9	동그랑땡	2(0.01)	70.00±42.43	119.00±72.12	9.31±5.64	3.29±1.99	7.21±4.37
10	베이컨	2(0.01)	25.00±21.21	134.20±146.23	6.96±7.42	11.12±12.11	0.19±0.07
11	개고기	1(0.00)	60.00±0.00	157.20±0.00	11.40±0.00	12.12±0.00	0.06±0.00
12	미트볼	1(0.00)	40.00±0.00	97.60±0.00	4.68±0.00	6.56±0.00	4.88±0.00

난류							
	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	계란	427(1.98)	42.51±28.87	67.16±45.64	5.42±3.69	4.70±3.21	0.42±0.29
2	메추리알	15(0.07)	23.33±16.41	39.67±27.90	2.94±2.07	2.82±1.99	0.37±0.26
3	계란샌드위치	6(0.03)	176.00±0.00	411.84±0.00	18.83±0.00	23.41±0.00	30.98±0.00
어패류							
	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	멸치	510(2.37)	9.94±8.76	25.65±20.34	4.78±3.79	0.58±0.47	0.01±0.01
2	오징어	137(0.64)	30.64±18.57	39.93±32.18	8.04±6.47	0.59±0.57	0.23±0.64
3	고등어	120(0.56)	66.40±20.26	179.35±54.90	12.88±3.93	13.75±4.22	0.13±0.04
4	어묵	81(0.38)	40.91±18.75	57.12±26.10	4.85±2.17	0.97±0.41	7.11±3.47
5	명태	79(0.37)	41.78±25.22	68.60±36.34	14.51±7.80	0.73±0.41	0.03±0.03
6	새우젓	69(0.32)	4.56±3.70	2.29±1.86	0.49±0.40	0.03±0.02	0.00±0.01
7	조개살	62(0.29)	10.40±4.84	10.82±5.03	1.59±0.74	0.30±0.14	0.30±0.14
8	다랑어	60(0.28)	27.08±13.68	39.45±23.62	6.80±3.48	1.13±1.62	0.20±0.68
9	조기	51(0.24)	71.37±24.21	106.18±34.41	13.59±4.67	5.33±1.98	0.07±0.02
10	바지락	45(0.21)	15.37±7.35	10.37±4.93	2.07±1.25	0.19±0.15	0.13±0.08
11	새우	44(0.20)	19.24±16.17	27.43±23.02	5.13±3.99	0.29±0.23	0.76±2.76
12	갈치	35(0.16)	68.50±11.52	99.33±16.71	12.33±2.07	5.14±0.86	0.07±0.01
13	멸치젓	33(0.15)	2.87±4.03	3.24±4.55	0.39±0.54	0.17±0.24	0.01±0.02
14	홍합	24(0.11)	19.52±11.28	14.25±8.24	2.00±1.15	0.33±0.19	0.68±0.39
15	꽃게	23(0.11)	50.83±24.14	62.01±29.45	9.10±4.32	2.54±1.21	0.05±0.02
16	삼치	21(0.10)	61.19±11.74	108.92±20.90	11.81±2.27	6.49±1.24	0.06±0.01
17	명란젓	17(0.08)	20.00±12.14	24.04±14.55	4.09±2.49	0.60±0.37	0.56±0.33
18	맛살	14(0.07)	10.89±5.34	4.58±2.24	0.73±0.36	0.10±0.05	0.14±0.07
19	낙지	12(0.06)	48.63±27.37	25.77±14.51	5.40±3.04	0.24±0.14	0.10±0.05
20	굴	11(0.05)	50.34±36.11	44.68±32.90	5.13±3.51	1.09±0.75	3.44±2.59
21	꽁치	11(0.05)	80.00±44.05	209.60±115.40	16.16±8.90	15.52±8.54	0.08±0.04
22	모시조개	10(0.05)	23.75±11.38	11.64±5.58	1.69±0.81	0.17±0.08	0.69±0.33
23	대구	8(0.04)	59.06±41.51	50.36±32.84	10.48±6.69	0.60±0.42	0.18±0.05
24	조개젓	7(0.03)	11.14±5.24	7.47±3.51	1.11±0.52	0.12±0.06	0.39±0.18
25	게맛살	6(0.03)	12.29±4.64	13.87±5.27	1.43±0.59	0.09±0.03	1.79±0.66
26	아귀	6(0.03)	70.00±0.00	42.00±0.00	9.03±0.00	0.35±0.00	0.14±0.00
27	어육햄	6(0.03)	26.88±7.65	51.06±14.54	4.57±1.30	2.69±0.77	1.61±0.46
28	점줄우럭	6(0.03)	90.42±59.00	90.42±59.00	17.45±11.39	1.72±1.12	0.09±0.06
29	가자미	5(0.02)	70.00±0.00	90.30±0.00	15.47±0.00	2.59±0.00	0.21±0.00
30	날치	5(0.02)	32.00±17.54	30.72±16.83	24.19±13.26	0.70±0.39	2.66±1.46

31	대합	5(0.02)	19.50±10.06	29.84±15.40	4.54±2.34	1.11±0.57	0.04±0.02
32	우럭	5(0.02)	56.00±19.17	55.44±18.98	9.13±3.12	1.12±0.38	1.51±0.52
33	취치	5(0.02)	11.70±6.04	38.84±20.04	4.89±2.52	0.27±0.14	4.01±2.07
34	우렁	4(0.02)	20.00±0.00	14.60±0.00	2.10±0.00	0.28±0.00	0.76±0.00
35	전복	4(0.02)	6.88±3.75	5.43±2.96	0.89±0.48	0.05±0.03	0.32±0.18
36	꼬막	3(0.01)	73.33±11.55	59.40±9.35	10.63±1.67	1.10±0.17	1.03±0.16
37	꽃뚜기	3(0.01)	18.33±2.89	48.48±27.57	7.71±5.43	1.41±0.99	0.74±1.15
38	돔	3(0.01)	64.17±10.10	61.60±9.70	12.71±2.00	0.83±0.13	0.00±0.00
39	매끈이	3(0.01)	27.92±20.63	24.01±17.74	4.16±3.07	0.20±0.14	1.14±0.85
40	문어	3(0.01)	12.67±4.62	26.23±32.62	5.00±5.97	0.24±0.28	0.67±1.12
41	병어	3(0.01)	70.00±0.00	114.80±0.00	10.36±0.00	7.77±0.00	0.07±0.00
42	새조개	3(0.01)	9.00±9.53	22.19±31.53	4.58±6.62	0.14±0.13	0.38±0.57
43	연어알	3(0.01)	3.33±1.44	7.93±3.44	0.83±0.36	0.50±0.22	0.03±0.01
44	장어	3(0.01)	30.83±18.76	68.76±41.84	4.44±2.70	5.27±3.21	0.09±0.06
45	주꾸미	3(0.01)	50.00±0.00	23.50±0.00	4.50±0.00	0.40±0.00	0.15±0.00
46	꽁치통조림	2(0.01)	40.00±28.28	91.60±64.77	5.60±3.96	7.52±5.32	0.00±0.00
47	명태	2(0.01)	29.00±15.56	103.82±55.69	22.07±11.84	0.93±0.50	0.26±0.14
48	미꾸라지	2(0.01)	75.00±7.07	80.25±7.57	11.70±1.10	3.15±0.30	0.45±0.04
49	새우	2(0.01)	80.00±0.00	74.40±0.00	15.12±0.00	1.04±0.00	0.16±0.00
50	갈치	1(0.00)	15.00±0.00	27.60±0.00	1.56±0.00	2.24±0.00	0.00±0.00
51	가리비	1(0.00)	80.00±0.00	64.00±0.00	10.40±0.00	0.80±0.00	3.04±0.00
52	감오징어	1(0.00)	30.00±0.00	17.10±0.00	3.42±0.00	0.27±0.00	0.03±0.00
53	대게	1(0.00)	10.00±0.00	31.40±0.00	6.67±0.00	0.26±0.00	0.20±0.00
54	미더덕	1(0.00)	20.00±0.00	4.60±0.00	0.44±0.00	0.06±0.00	0.52±0.00
55	민어	1(0.00)	108.00±0.00	343.44±0.00	42.98±0.00	1.62±0.00	38.02±0.00
56	뱅어	1(0.00)	6.00±0.00	21.72±0.00	3.62±0.00	0.66±0.00	0.07±0.00
57	보리새우	1(0.00)	5.00±0.00	3.55±0.00	0.76±0.00	0.04±0.00	0.01±0.00
58	소라	1(0.00)	20.00±0.00	15.80±0.00	2.98±0.00	0.16±0.00	0.40±0.00
59	양미리	1(0.00)	40.00±0.00	83.60±0.00	11.96±0.00	3.40±0.00	0.48±0.00
60	양장피	1(0.00)	50.00±0.00	176.00±0.00	1.05±0.00	0.70±0.00	41.50±0.00
61	연어	1(0.00)	30.00±0.00	48.30±0.00	6.18±0.00	2.43±0.00	0.03±0.00
62	임연수	1(0.00)	52.50±0.00	87.15±0.00	10.34±0.00	4.62±0.00	0.00±0.00
63	창관젓	1(0.00)	15.00±0.00	16.65±0.00	1.46±0.00	0.33±0.00	1.94±0.00
<b>해조류</b>							
	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	김	387(1.80)	2.03±1.14	5.10±2.87	0.77±0.44	0.03±0.02	0.79±0.44
2	미역	168(0.78)	12.86±18.29	13.41±12.18	0.88±0.38	0.27±1.16	2.48±1.03

3	다시마	62(0.29)	3.21±4.32	5.07±4.67	0.19±0.18	0.04±0.09	1.08±1.00
4	파래	15(0.07)	31.33±9.15	8.15±2.38	1.03±0.30	0.22±0.06	0.94±0.27
5	해파리	2(0.01)	12.50±10.61	0.75±0.64	0.16±0.14	0.00±0.00	0.01±0.01

**우유류 및 그 제품**

	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	우유	297(1.38)	227.91±95.13	137.48±57.46	7.38±3.19	7.27±3.24	11.34±5.46
2	크림	181(0.84)	12.79±6.55	25.96±13.29	0.35±0.18	2.47±1.26	0.47±0.24
3	요구르트	91(0.42)	116.04±50.86	89.38±38.86	2.42±1.49	1.06±1.49	18.23±7.47
4	아이스크림	43(0.20)	103.37±43.74	226.03±104.15	3.89±2.00	14.10±7.83	22.47±10.71
5	치즈	14(0.07)	18.57±3.06	70.68±16.14	4.31±0.94	5.67±1.34	0.35±0.27
6	연유	2(0.01)	10.00±7.07	32.40±22.91	0.79±0.56	0.81±0.57	5.66±4.00
7	샤베트	1(0.00)	100.00±0.00	124.00±0.00	1.00±0.00	1.00±0.00	28.70±0.00
8	쉐이크	1(0.00)	291.00±0.00	328.83±0.00	9.89±0.00	8.15±0.00	55.00±0.00

**유지류**

	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	콩기름	666(3.10)	5.73±4.25	50.62±37.60	0.00±0.00	5.73±4.25	0.00±0.00
2	마요네즈	65(0.30)	11.17±4.01	73.27±26.33	0.21±0.08	7.92±2.85	0.26±0.09
3	마가린	26(0.12)	5.14±1.34	37.09±9.65	0.01±0.00	4.19±1.09	0.01±0.00
4	쇠기름	9(0.04)	5.55±1.34	52.20±12.60	0.01±0.00	5.54±1.34	0.00±0.00
5	버터	6(0.03)	8.33±4.08	62.25±30.50	0.04±0.02	7.04±3.45	0.04±0.02
6	땅콩버터	1(0.00)	15.00±0.00	95.70±0.00	3.21±0.00	7.37±0.00	3.47±0.00

**음료 및 주류**

	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	커피	200(0.93)	131.13±65.71	3.93±1.97	0.13±0.07	0.00±0.00	0.52±0.26
2	청주	116(0.54)	4.47±1.61	4.78±1.72	0.03±0.01	0.00±0.00	0.19±0.07
3	콜라	19(0.09)	176.32±48.21	70.53±19.29	0.00±0.00	0.00±0.00	17.63±4.82
4	울무차	16(0.07)	12.50±4.47	50.00±17.89	0.95±0.34	0.93±0.33	9.48±3.39
5	맥주	12(0.06)	714.58±510.84	267.31±192.18	2.91±2.21	0.00±0.00	20.88±15.30
6	탄산음료	8(0.04)	171.25±107.10	80.81±49.73	0.00±0.00	0.00±0.00	20.80±12.68
7	유자차	7(0.03)	20.00±0.00	50.20±0.00	0.04±0.00	0.04±0.00	12.40±0.00
8	사이다	7(0.03)	140.71±75.08	56.29±30.03	0.00±0.00	0.00±0.00	14.21±7.58
9	소주	6(0.03)	81.04±57.78	114.27±81.48	0.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00
10	카테일	6(0.03)	150.00±54.77	37.50±13.69	0.00±0.00	0.00±0.00	9.45±3.45
11	코코아	4(0.02)	100.00±0.00	50.00±0.00	1.50±0.00	0.60±0.00	10.80±0.00
12	우롱차	4(0.02)	100.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00
13	홍차	4(0.02)	125.25±95.31	31.24±33.23	0.13±0.09	0.00±0.00	7.56±8.13

14	쌍화차	1(0.00)	30.00±0.00	111.60±0.00	0.75±0.00	0.36±0.00	26.31±0.00
15	현미녹차	1(0.00)	100.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00
<b>조미료류</b>							
	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	소금	718(3.34)	2.97±1.72	0.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00
2	간장	667(3.10)	10.33±6.85	5.49±3.64	0.80±0.53	0.03±0.02	0.51±0.34
3	참기름	665(3.09)	4.03±2.96	35.67±26.14	0.00±0.00	4.03±2.96	0.00±0.00
4	고추가루	506(2.35)	2.63±2.26	7.15±6.15	0.42±0.36	0.33±0.28	0.95±0.82
5	고추장	384(1.78)	8.55±6.05	18.45±12.88	0.52±0.41	0.22±0.21	3.63±2.51
6	후추	331(1.54)	0.30±0.29	0.91±0.88	0.03±0.03	0.01±0.01	0.17±0.16
7	깨소금	329(1.53)	0.80±0.66	4.75±3.93	0.15±0.12	0.45±0.38	0.07±0.06
8	식초	118(0.55)	3.41±3.46	0.38±0.38	0.01±0.01	0.00±0.00	0.00±0.00
9	케찹	55(0.26)	6.12±3.84	7.03±4.47	0.10±0.07	0.01±0.01	1.63±1.04
10	다시다	43(0.20)	1.73±0.99	3.71±2.13	0.18±0.10	0.02±0.04	0.71±0.41
11	겨자	42(0.20)	1.86±2.60	7.70±9.49	0.43±0.27	0.62±1.72	0.60±1.07
12	카레	23(0.11)	29.35±3.13	29.05±3.10	1.17±0.13	1.58±0.17	2.82±0.30
13	짜장	19(0.09)	28.42±4.73	30.13±5.01	1.42±0.24	1.19±0.20	3.41±0.57
14	들기름	4(0.02)	3.13±4.66	27.63±41.21	0.00±0.00	3.13±4.66	0.00±0.00
15	화이트소스	1(0.00)	5.00±0.00	24.30±0.00	0.55±0.00	1.34±0.00	2.5±0.002
<b>기타</b>							
	식품명	빈도	섭취량(g)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	젤라틴	36(0.17)	1.75±0.42	6.56±1.58	0.14±0.03	0.00±0.00	1.58±0.38
2	스프	9(0.04)	182.78±94.44	37.38±20.55	1.48±0.60	1.36±0.99	4.83±2.86

- 1) n(%)
- 2) Mean±SD

## 나. 계절별 다소비 및 다빈도 식품

### 1) 계절별 다빈도 식품

다음은 계절별 다빈도 식품을 비교하여 정리한 결과이다. 다빈도 식품은 계절에 상관없이 양념채소가 가장 자주 소비되는 것으로 조사되었으며 겨울의 파를 제외하고는 마늘이 가장 자주 이용되는 것으로 나타났다.



표 3-38. 계절별 다빈도 식품

n(%)

순 위	봄		여름		가을		겨울	
	식품명	빈도	식품명	빈도	식품명	빈도	식품명	빈도
1	소금	123(3.45)	마늘	165(3.28)	마늘	218(3.37)	파	220(3.41)
2	쌀	121(3.39)	소금	164(3.26)	김치	216(3.34)	소금	219(3.39)
3	마늘	121(3.39)	쌀	161(3.21)	파	216(3.34)	마늘	218(3.38)
4	파	120(3.36)	파	158(3.15)	소금	212(3.28)	쌀	216(3.34)
5	간장	116(3.25)	김치	157(3.13)	쌀	211(3.26)	김치	216(3.34)
6	참기름	116(3.25)	참기름	152(3.03)	콩기름	205(3.17)	간장	203(3.14)
7	김치	114(3.20)	간장	151(3.01)	참기름	198(3.06)	콩기름	201(3.11)
8	콩기름	114(3.20)	콩기름	146(2.91)	간장	197(3.05)	참기름	199(3.08)
9	설탕	95(2.66)	양파	140(2.79)	양파	175(2.71)	양파	165(2.55)
10	양파	91(2.55)	설탕	133(2.65)	멸치	169(2.61)	설탕	164(2.54)
11	고추가루	89(2.49)	멸치	127(2.53)	설탕	168(2.60)	고추가루	156(2.42)
12	계란	80(2.24)	고추	127(2.53)	고추	163(2.52)	김	147(2.28)
13	고추	80(2.24)	고추가루	113(2.25)	고추가루	148(2.29)	멸치	136(2.11)
14	멸치	78(2.19)	계란	97(1.93)	고추장	125(1.93)	고추	133(2.06)
15	무	68(1.91)	된장	94(1.87)	계란	122(1.89)	계란	128(1.98)
16	된장	65(1.82)	고추장	92(1.83)	두부	120(1.86)	롤빵	121(1.87)
17	김	64(1.79)	호박	88(1.75)	된장	115(1.78)	깨소금	112(1.73)
18	더덕	63(1.77)	쇠고기	86(1.71)	무	114(1.76)	굴	110(1.70)
19	고추장	61(1.71)	감자	83(1.65)	김	108(1.67)	무	108(1.67)
20	두부	58(1.63)	롤빵	73(1.45)	후추	105(1.62)	고추장	106(1.64)
21	후추	58(1.63)	오이	72(1.43)	쇠고기	104(1.61)	두부	99(1.53)
22	오이	55(1.54)	후추	71(1.41)	깨소금	100(1.55)	사과	99(1.53)
23	쇠고기	54(1.51)	옛	71(1.41)	옛	99(1.53)	된장	98(1.52)
24	참깨	54(1.51)	우유	70(1.39)	참깨	96(1.48)	후추	97(1.50)
25	우유	53(1.49)	무	70(1.39)	우유	92(1.42)	참깨	93(1.44)
26	깨소금	53(1.49)	김	68(1.35)	사과	90(1.39)	돼지고기	90(1.39)
27	롤빵	49(1.37)	참깨	68(1.35)	호박	86(1.33)	검정콩	84(1.30)
28	호박	45(1.26)	두부	65(1.29)	더덕	83(1.28)	우유	82(1.27)
29	옛	45(1.26)	깨소금	64(1.27)	롤빵	82(1.27)	커피	80(1.24)
30	돼지고기	40(1.12)	더덕	59(1.17)	감자	82(1.27)	쇠고기	74(1.15)
31	감자	38(1.07)	밀가루	58(1.15)	검정콩	80(1.24)	콩나물	74(1.15)
32	미역	38(1.07)	돼지고기	56(1.11)	돼지고기	79(1.22)	시금치	70(1.08)

33	콩나물	37(1.04)	검정콩	53(1.06)	굴	76(1.18)	더덕	70(1.08)
34	밀가루	35(0.98)	콩나물	51(1.02)	콩나물	71(1.10)	크림	69(1.07)
35	생강	33(0.92)	포도	46(0.92)	생강	71(1.10)	생강	69(1.07)
36	검정콩	32(0.90)	수박	45(0.90)	오이	64(0.99)	호박	66(1.02)
37	보리	29(0.81)	사과	43(0.86)	밀가루	55(0.85)	엿	66(1.02)
38	상추	28(0.78)	미역	42(0.84)	커피	55(0.85)	밀가루	55(0.85)
39	식초	28(0.78)	생강	42(0.84)	크림	51(0.79)	오이	54(0.84)
40	시금치	26(0.73)	커피	41(0.82)	미역	48(0.74)	감자	52(0.81)
41	양배추	26(0.73)	크림	38(0.76)	시금치	45(0.70)	오징어	42(0.65)
42	오렌지	24(0.67)	오징어	35(0.70)	고등어	44(0.68)	미역	40(0.62)
43	커피	24(0.67)	복숭아	35(0.70)	보리	40(0.62)	보리	39(0.60)
44	오징어	23(0.64)	청주	34(0.68)	상추	39(0.60)	배	39(0.60)
45	참외	23(0.64)	보리	33(0.66)	오징어	37(0.57)	썩갓	38(0.59)
46	크림	23(0.64)	양배추	30(0.60)	들깨잎	37(0.57)	참쌀	36(0.56)
47	차조기	19(0.53)	들깨잎	28(0.56)	썩갓	37(0.57)	양배추	36(0.56)
48	청주	19(0.53)	새우젓	27(0.54)	청주	37(0.57)	고등어	35(0.54)
49	고등어	18(0.50)	식초	27(0.54)	식초	36(0.56)	명태	33(0.51)
50	썩갓	18(0.50)	상추	26(0.52)	양배추	35(0.54)	수수	33(0.51)

## 2) 계절별 식품군별 다빈도 식품

곡류 및 그 제품별 다빈도 식품을 살펴보면 사계절 모두 쌀, 빵, 밀가루, 보리 순으로 많이 소비되는 것으로 나타났고 여름에는 옥수수가 자주 섭취되는 것으로 나타났다. 과일류의 다소비식품을 계절별로 비교해 보면 봄에는 오렌지, 여름에는 포도, 가을에는 사과, 겨울에는 굴이 가장 자주 섭취되는 것으로 나타나 계절적인 차이를 보였다.

표 3-39. 곡류 및 그 제품의 계절별 다빈도 식품

순위	봄			여름			가을			겨울		
	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)
1	쌀	121(3.39) <sup>1)</sup>	162.71±64.96 <sup>2)</sup>	쌀	161(3.21)	148.37±65.59	쌀	211(3.26)	168.75±66.26	쌀	216(3.34)	151.76±62.33
2	빵	49(1.37)	85.41±43.58	빵	73(1.45)	87.72±70.07	빵	82(1.27)	77.16±51.64	빵	121(1.87)	100.07±66.31
3	밀가루	35(0.98)	20.34±18.64	밀가루	58(1.15)	22.49±23.14	밀가루	55(0.85)	20.60±29.12	밀가루	55(0.85)	31.54±29.92
4	보리	29(0.81)	14.53±8.95	보리	33(0.66)	19.67±13.39	보리	40(0.62)	14.23±8.90	보리	39(0.60)	15.28±6.85
5	차조	19(0.53)	12.76±5.20	국수	20(0.40)	75.50±34.71	수수	30(0.46)	12.35±6.26	잡쌀	36(0.56)	17.77±19.53
6	수수	16(0.45)	12.81±5.15	차조	19(0.38)	12.50±6.97	차조	29(0.45)	12.50±6.23	수수	33(0.51)	15.61±8.43
7	라면	14(0.39)	97.89±33.09	옥수수	17(0.34)	26.56±14.39	잡쌀	23(0.36)	23.10±45.40	라면	31(0.48)	97.98±38.57
8	붉은팥	11(0.31)	12.27±4.67	수수	16(0.32)	12.50±7.25	붉은팥	23(0.36)	11.85±6.92	차조	31(0.48)	15.65±8.22
9	국수	10(0.28)	66.75±35.24	붉은팥	15(0.30)	13.33±11.25	칼국수	21(0.32)	142.14±25.82	붉은팥	30(0.46)	15.58±13.97
10	메밀냉면	9(0.25)	90.00±0.00	잡쌀	14(0.28)	14.82±8.11	쌀, 현미	18(0.28)	104.86±47.85	쌀, 현미	20(0.31)	109.25±51.89
11	잡쌀	8(0.22)	15.81±10.18	라면	13(0.26)	99.19±31.22	국수	17(0.26)	64.71±36.76	국수	16(0.25)	56.56±35.06
12	쌀, 현미	8(0.22)	103.75±58.11	메밀냉면	13(0.26)	83.08±19.23	라면	15(0.23)	104.07±34.13	만두	16(0.25)	106.25±17.08
13	울무	4(0.11)	13.75±4.79	칼국수	13(0.26)	139.62±25.53	우동	13(0.20)	124.23±35.64	칼국수	14(0.22)	139.29±27.24
14	칼국수	3(0.08)	150.00±0.00	쌀, 현미	10(0.20)	100.50±54.80	잡쌀떡	7(0.11)	92.86±18.90	옥수수	12(0.19)	24.71±18.45
15	시리얼	3(0.08)	90.00±0.00	우동	8(0.16)	148.75±8.35	만두	6(0.09)	130.00±89.44	우동	10(0.15)	125.00±33.00
16	스파게티	3(0.08)	167.50±94.11	미숫가루	7(0.14)	11.14±1.07	시리얼	5(0.08)	66.50±25.35	녹두	6(0.09)	20.00±5.48
17	인절미	2(0.06)	100.00±0.00	시리얼	6(0.12)	67.92±27.13	곰보빵	4(0.06)	68.75±22.50	미숫가루	6(0.09)	10.33±0.82
18	옥수수	2(0.06)	25.00±21.21	메밀국	5(0.10)	90.00±0.00	미숫가루	4(0.06)	11.50±1.00	인절미	6(0.09)	95.83±33.23
19	녹두	2(0.06)	40.00±42.43	인절미	5(0.10)	44.00±37.15	조	4(0.06)	15.00±10.00	조	6(0.09)	11.38±3.52
20	기장	2(0.06)	10.00±0.00	곰보빵	4(0.08)	50.00±20.00	마카로니	3(0.05)	31.67±2.89	스파게티	4(0.06)	220.00±60.00

1) n(%)

2) Mean±SD

표 3-40. 감자류 및 그 제품별 다빈도 식품

계절	봄			여름			가을			겨울			
	순위	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)
	1	감자	38(1.07) <sup>1)</sup>	68.77±92.28 <sup>2)</sup>	감자	83(1.65)	41.83±29.98	감자	82(1.27)	38.84±27.40	감자	52(0.81)	40.00±22.87
	2	전분	15(0.42)	13.17±7.10	전분	25(0.50)	19.74±42.58	전분	29(0.45)	11.98±12.05	전분	33(0.51)	13.42±10.34
	3	고구마	1(0.03)	75.00±0.00	고구마	20(0.40)	103.88±78.54	고구마	13(0.20)	85.29±46.09	고구마	17(0.26)	135.29±75.16

1) n(%)

2) Mean±SD

172

표 3-41. 당류 및 그 제품별 다빈도 식품

계절	봄			여름			가을			겨울			
	순위	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)
	1	설탕	95(2.66) <sup>1)</sup>	5.94±4.77 <sup>2)</sup>	설탕	133(2.65)	5.41±4.36	설탕	168(2.60)	5.83±4.82	설탕	164(2.54)	6.42±5.34
	2	엿	45(1.26)	6.62±3.13	엿	71(1.41)	5.22±3.28	아이스크림	12(0.19)	101.67±17.49	엿	66(1.02)	7.02±3.82
	3	꿀	2(0.06)	18.13±16.79	시럽	2(0.04)	4.50±0.71	초코렛	3(0.05)	23.33±20.21	꿀	3(0.05)	15.00±0.00

1) n(%)

2) Mean±SD

표 3-42. 두류 및 그 제품별 다빈도 식품

계절	봄			여름			가을			겨울			
	순위	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)
	1	된장	65(1.82) <sup>1)</sup>	17.96±10.60 <sup>2)</sup>	된장	94(1.87)	15.40±7.80	두부	120(1.86)	50.38±39.99	두부	99(1.53)	48.64±38.09
	2	두부	58(1.63)	47.80±38.28	두부	65(1.29)	35.75±23.79	된장	115(1.78)	18.26±9.62	된장	98(1.52)	16.75±10.23
	3	검정콩	32(0.90)	18.83±10.55	검정콩	53(1.06)	14.60±8.61	검정콩	80(1.24)	15.68±8.73	검정콩	84(1.30)	17.49±9.73
	4	완두콩	4(0.11)	6.25±2.50	두유	8(0.16)	187.50±35.36	옥수수	13(0.20)	26.39±14.48	땅콩	13(0.20)	21.77±12.10
	5	두유	3(0.08)	233.33±152.75	완두콩	8(0.16)	7.38±9.25	청국장	10(0.15)	19.00±3.16	청국장	10(0.15)	19.00±3.16
	6	강남콩	2(0.06)	7.50±3.54	노란콩	5(0.10)	80.00±0.00	두유	7(0.11)	200.00±0.00	두유	6(0.09)	200.00±0.00
	7	청국장	2(0.06)	17.50±3.54	강남콩	4(0.08)	26.88±21.35	완두콩	7(0.11)	9.29±7.32	강남콩	4(0.06)	9.15±3.46
	8	콩가루	2(0.06)	10.00±7.07	땅콩	4(0.08)	10.25±8.03	땅콩	5(0.08)	14.80±3.03	완두콩	3(0.05)	5.00±0.00
	9	녹색완두콩	1(0.03)	5.00±0.00	청국장	2(0.04)	25.00±21.21	녹색완두콩	4(0.06)	11.88±5.54	녹색완두콩	1(0.02)	10.00±0.00
	10	땅콩	1(0.03)	13.00±0.00	콩가루	1(0.02)	10.00±0.00	강남콩	3(0.05)	8.33±1.44			

- 1) n(%)  
2) Mean±SD

표 3-43. 종실류 및 그 제품별 다빈도 식품

계절	봄			여름			가을			겨울			
	순위	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)
	1	참깨	54(1.51) <sup>1)</sup>	0.82±0.56 <sup>2)</sup>	참깨	68(1.35)	0.67±0.44	참깨	96(1.48)	0.77±0.52	참깨	93(1.44)	0.92±0.58
	2	들깨	6(0.17)	0.80±0.00	들깨	17(0.34)	0.82±0.42	들깨	27(0.42)	0.73±0.51	들깨	21(0.33)	1.04±0.45
	3	검정깨	4(0.11)	16.25±9.46	밥	9(0.18)	9.79±8.62	도토리	5(0.08)	56.00±22.82	도토리	6(0.09)	70.00±36.71
	4	도토리	4(0.11)	56.88±16.75	도토리	3(0.06)	81.67±53.46	검정깨	1(0.02)	30.00±0.00	밥	3(0.05)	10.00±8.66
	5	밥	2(0.06)	12.50±10.61	잣	3(0.06)	4.50±4.77	밥	1(0.02)	5.00±0.00	호두	2(0.03)	13.00±0.00
	6				검정깨	2(0.04)	7.50±3.54	은행	1(0.02)	13.00±0.00	아몬드	1(0.02)	13.00±0.00
	7				호두	1(0.02)	10.00±0.00				은행	1(0.02)	10.00±0.00

- 1) n(%)  
2) Mean±SD

표 3-44. 채소류 및 그 제품별 다빈도 식품

계절	봄			여름			가을			겨울			
	순위	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)
	1	파	120(3.36) <sup>1)</sup>	12.92±7.76 <sup>2)</sup>	파	158(3.15)	11.89±10.01	김치	216(3.34)	132.73±63.52	파	220(3.41)	14.04±10.14
	2	김치	114(3.20)	120.26±75.27	김치	157(3.13)	104.12±57.42	파	216(3.34)	14.00±10.74	김치	216(3.34)	150.44±78.16
	3	양파	91(2.55)	26.74±15.07	양파	140(2.79)	26.50±18.99	양파	175(2.71)	26.44±16.33	양파	165(2.55)	21.72±13.21
	4	고추	80(2.24)	12.31±13.68	고추	127(2.53)	13.47±15.95	고추	163(2.52)	11.36±10.32	고추	133(2.06)	10.68±12.60
	5	무	68(1.91)	43.47±32.90	호박	88(1.75)	32.78±24.62	무	114(1.76)	43.61±32.07	무	108(1.67)	54.03±39.27
	6	더덕	63(1.77)	19.86±30.26	오이	72(1.43)	41.48±43.53	옛	99(1.53)	5.42±4.01	콩나물	74(1.15)	53.38±28.53
	7	오이	55(1.54)	53.55±58.51	무	70(1.39)	39.89±24.63	호박	86(1.33)	33.38±23.99	더덕	70(1.08)	16.47±26.02
	8	호박	45(1.26)	37.43±23.16	더덕	59(1.17)	14.19±9.26	더덕	83(1.28)	15.94±13.54	시금치	70(1.08)	50.54±29.64
	9	콩나물	37(1.04)	50.47±27.35	콩나물	51(1.02)	41.05±28.73	생강	71(1.10)	1.20±0.99	생강	69(1.07)	1.05±0.60
	10	생강	33(0.92)	1.26±0.74	수박	45(0.90)	189.47±87.82	콩나물	71(1.10)	49.50±30.59	호박	66(1.02)	32.86±25.94
	11	상추	28(0.78)	28.08±17.73	생강	42(0.84)	1.23±0.92	오이	64(0.99)	29.69±25.63	오이	54(0.84)	33.52±25.25
	12	시금치	26(0.73)	40.43±35.09	양배추	30(0.60)	24.95±14.18	시금치	45(0.70)	46.92±28.54	썩갓	38(0.59)	8.39±9.13
	13	양배추	26(0.73)	32.96±44.30	들깻잎	28(0.56)	10.23±6.74	상추	39(0.60)	22.94±14.47	양배추	36(0.56)	23.65±15.33
	14	참외	23(0.64)	175.00±53.83	상추	26(0.52)	29.90±22.80	들깻잎	37(0.57)	9.53±6.88	상추	31(0.48)	27.10±22.42
	15	썩갓	18(0.50)	12.13±15.20	썩갓	21(0.42)	5.64±2.82	썩갓	37(0.57)	5.97±3.82	들깻잎	25(0.39)	12.32±7.86
	16	들깻잎	17(0.48)	14.49±16.68	토마토	20(0.40)	144.50±102.88	양배추	35(0.54)	30.83±16.01	고사리	24(0.37)	34.48±19.66
	17	수박	17(0.48)	202.94±71.74	고사리	16(0.32)	27.50±14.24	배추	23(0.36)	62.39±24.87	딸기	23(0.36)	112.39±75.77
	18	부추	13(0.36)	32.88±28.43	가지	14(0.28)	44.64±29.05	고춧잎	19(0.29)	2.95±1.43	배추	22(0.34)	75.34±44.27
	19	우엉	12(0.34)	10.00±4.13	부추	13(0.26)	23.46±16.91	고사리	13(0.20)	34.71±14.44	부추	17(0.26)	23.79±14.92
	20	토마토	12(0.34)	176.25±94.13	배추	12(0.24)	45.21±21.12	도라지	11(0.17)	25.00±15.33	고춧잎	15(0.23)	4.97±3.37
	21	취나물	11(0.31)	63.64±21.11	시금치	12(0.24)	25.83±16.38	피망	11(0.17)	11.25±13.73	취나물	13(0.20)	48.46±21.62
	22	딸기	10(0.28)	164.50±109.05	도라지	11(0.22)	34.77±21.08	부추	8(0.12)	33.44±28.12	도라지	11(0.17)	34.77±15.14
	23	고춧잎	9(0.25)	3.83±2.47	숙주나물	10(0.20)	24.75±11.21	미나리	6(0.09)	13.33±10.80	숙주나물	10(0.15)	20.50±7.25

24	고사리	8(0.22)	24.38±7.76	대추	8(0.16)	4.73±2.84	숙주나물	6(0.09)	37.92±21.70	우영	7(0.11)	26.07±34.33
25	배추	8(0.22)	60.94±26.59	참외	8(0.16)	95.31±55.88	연근	6(0.09)	35.42±12.29	미나리	4(0.06)	11.88±3.75
26	숙주나물	6(0.17)	35.83±19.60	고춧잎	7(0.14)	2.79±0.37	토마토	6(0.09)	141.67±142.04	피망	4(0.06)	10.00±7.07
27	야채샐러드	5(0.14)	72.00±26.83	피망	7(0.14)	11.21±13.03	브로콜리	5(0.08)	29.00±15.17	아욱	3(0.05)	61.67±23.63
28	체리토마토	5(0.14)	63.00±40.87	인삼	6(0.12)	6.13±3.03	우영	5(0.08)	21.50±10.98	야채샐러드	3(0.05)	45.00±25.98
29	가지	2(0.06)	52.50±24.75	딸기	5(0.10)	13.40±7.57	딸기	4(0.06)	40.00±40.62	연근	3(0.05)	33.33±7.22
30	당귀	2(0.06)	30.00±0.00	미나리	4(0.08)	11.06±13.18	아욱	4(0.06)	61.25±17.50	근대	2(0.03)	122.50±24.75

1) n(%)

2) Mean±SD

175 표 3-45. 버섯류 및 그 제품별 다빈도 식품

계절	봄			여름			가을			겨울		
	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)
1	표고버섯	10(0.28) <sup>1)</sup>	20.43±13.49 <sup>2)</sup>	표고버섯	22(0.44)	10.33±8.64	표고버섯	34(0.53)	15.54±16.10	표고버섯	17(0.26)	11.26±7.96
2	양송이버섯	5(0.14)	50.00±17.32	느타리버섯	12(0.24)	15.41±14.77	양송이버섯	15(0.23)	42.67±29.69	느타리버섯	8(0.12)	37.50±32.54
3	느타리버섯	4(0.11)	18.75±11.81	팽이버섯	9(0.18)	11.53±5.79	팽이버섯	10(0.15)	22.00±11.35	팽이버섯	6(0.09)	25.00±13.78
4	팽이버섯	2(0.06)	25.00±7.07	양송이버섯	2(0.04)	40.00±28.28	느타리버섯	8(0.12)	20.31±11.05	양송이버섯	4(0.06)	18.75±8.54
5										송이버섯	1(0.02)	50.00±0.00

1) n(%)

2) Mean±SD

표 3-46. 과일류 및 그 제품별 다빈도 식품

계절	봄			여름			가을			겨울		
	순위	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도
1	오렌지	24(0.67) <sup>1)</sup>	166.88±52.00 <sup>2)</sup>	포도	46(0.92)	95.27±52.65	사과	90(1.39)	144.89±85.73	귤	110(1.70)	289.55±213.76
2	사과	16(0.45)	156.88±99.16	사과	43(0.86)	113.27±75.54	귤	76(1.18)	162.83±98.02	사과	99(1.53)	147.18±89.16
3	배	11(0.31)	21.82±7.51	복숭아	35(0.70)	130.00±73.96	감	34(0.53)	88.24±54.44	배	39(0.60)	127.95±90.23
4	바나나	7(0.20)	135.71±62.68	배	22(0.44)	17.11±8.99	배	31(0.48)	100.56±75.27	오렌지	28(0.43)	171.79±79.07
5	미나리	4(0.11)	40.00±34.64	오렌지	20(0.40)	150.50±89.47	오렌지	30(0.46)	160.00±93.22	감	19(0.29)	109.68±72.97
6	포도	4(0.11)	218.75±134.44	키위	7(0.14)	54.29±45.04	포도	10(0.15)	137.00±64.99	포도	7(0.11)	62.86±93.70
7	귤	2(0.06)	225.00±176.78	후르츠카테일	7(0.14)	35.93±27.59	바나나	5(0.08)	200.00±93.54	바나나	6(0.09)	175.00±68.92
8	멜론	2(0.06)	100.00±0.00	바나나	6(0.12)	87.50±69.84	멜론	3(0.05)	133.33±57.74	자몽	4(0.06)	150.00±57.74
9	파인애플	2(0.06)	125.00±35.36	귤	3(0.06)	133.33±57.74	자몽	2(0.03)	100.00±0.00	파인애플	4(0.06)	130.00±47.61
10	망고	1(0.03)	100.00±0.00	망고	3(0.06)	100.00±0.00	파인애플	2(0.03)	52.50±67.18	키위	3(0.05)	83.33±28.87
11	복숭아	1(0.03)	100.00±0.00	자두	2(0.04)	100.00±0.00	후르츠카테일	2(0.03)	75.00±35.36	후르츠카테일	3(0.05)	31.67±10.10
12	석류	1(0.03)	100.00±0.00	파인애플	2(0.04)	75.00±35.36	복숭아	1(0.02)	40.00±0.00	석류	1(0.02)	100.00±
13				멜론	1(0.02)	100.00±0.00	블루베리	1(0.02)	10.00±0.00			
14				자몽	1(0.02)	100.00±0.00	석류	1(0.02)	100.00±0.00			

1) n(%)

2) Mean±SD



표 3-47. 육류 및 그 제품별 다빈도 식품

계절 순위	봄			여름			가을			겨울		
	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)
1	쇠고기	54(1.51) <sup>1)</sup>	45.37±34.91 <sup>2)</sup>	쇠고기	86(1.71)	59.74±92.07	쇠고기	104(1.61)	44.86±44.80	돼지고기	90(1.39)	52.39±36.82
2	돼지고기	40(1.12)	57.56±33.71	돼지고기	56(1.11)	53.09±35.93	돼지고기	79(1.22)	51.14±49.14	쇠고기	74(1.15)	44.36±38.21
3	소시지	15(0.42)	16.42±7.97	닭고기	19(0.38)	146.58±163.82	닭고기	27(0.42)	80.46±80.24	소시지	17(0.26)	20.00±10.53
4	닭고기	14(0.39)	130.00±139.08	소시지	9(0.18)	21.94±10.74	소시지	10(0.15)	29.88±19.62	햄	7(0.11)	45.00±22.91
5	햄	9(0.25)	23.89±13.64	햄	6(0.12)	40.00±41.59	햄	8(0.12)	26.88±7.99	닭고기	5(0.08)	157.50±165.17
6	스팸	2(0.06)	30.00±14.14	베이컨	2(0.04)	25.00±21.21	스팸	6(0.09)	24.17±12.81	스팸	1(0.02)	20.00±0.00
7	오리고기	1(0.03)	80.00±0.00	스팸	2(0.04)	25.00±21.21	동그랑땡	2(0.03)	70.00±42.43			
8				오리고기	2(0.04)	6.50±4.95	개고기	1(0.02)	60.00±0.00			
9							미트볼	1(0.02)	40.00±0.00			

1) n(%)

2) Mean±SD

표 3-48. 난류 및 그 제품별 다빈도 식품

계절 순위	봄			여름			가을			겨울		
	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)
1	계란	80(2.24) <sup>1)</sup>	44.48±31.43 <sup>2)</sup>	계란	97(1.93)	43.03±27.63	계란	122(0.00)	45.63±30.93	계란	128(1.98)	37.93±25.71
2	계란샌드위치	4(0.11)	176.00±0.00	메추리	8(0.16)	15.63±11.71	계란샌드위치	1(0.00)	176.00±0.00	메추리	3(0.05)	41.67±14.43
3	메추리	4(0.11)	25.00±17.32							계란샌드위치	1(0.02)	176.00±0.00

1) n(%)

2) Mean±SD

표 3-49. 어패류 및 그 제품별 다빈도 식품

계절	봄			여름			가을			겨울		
	순위	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도
1	멸치	78(2.19) <sup>1)</sup>	10.45±7.86 <sup>2)</sup>	멸치	127(2.53)	9.47±9.10	멸치	169(2.61)	9.95±8.32	멸치	136(2.11)	10.07±9.49
2	오징어	23(0.64)	30.24±14.09	오징어	35(0.70)	30.32±20.53	고등어	44(0.68)	62.56±23.67	오징어	42(0.65)	29.88±18.71
3	고등어	18(0.50)	66.11±9.60	새우젓	27(0.54)	3.69±3.13	오징어	37(0.57)	32.06±19.53	고등어	35(0.54)	73.50±22.38
4	어묵	14(0.39)	42.79±18.48	고등어	23(0.46)	63.15±12.64	어묵	27(0.42)	40.19±19.93	명태	33(0.51)	47.35±22.75
5	다랑어	13(0.36)	24.62±8.53	명태	17(0.34)	32.47±23.27	조개살	25(0.39)	10.40±2.47	어묵	24(0.37)	39.06±16.00
6	바지락	11(0.31)	17.27±10.09	어묵	16(0.32)	43.28±21.98	명태	24(0.37)	34.64±19.86	조기	21(0.33)	70.00±0.00
7	새우젓	11(0.31)	6.59±4.33	조개살	15(0.30)	11.67±9.24	다랑어	17(0.26)	31.62±16.08	다랑어	20(0.31)	21.63±8.90
8	멸치젓	9(0.25)	2.58±1.83	조기	15(0.30)	63.00±14.49	새우젓	16(0.25)	3.85±3.13	새우	18(0.28)	15.00±7.48
9	갈치	6(0.17)	70.00±0.00	다랑어	10(0.20)	33.50±18.53	바지락	15(0.23)	12.87±6.41	조개살	18(0.28)	9.44±1.62
10	새우	6(0.17)	20.63±14.91	새우	10(0.20)	24.40±21.56	꽃게	13(0.20)	49.73±24.16	갈치	16(0.25)	68.91±4.38
11	명태	5(0.14)	71.00±42.78	멸치젓	9(0.18)	2.42±1.50	조기	11(0.17)	73.18±24.52	새우젓	15(0.23)	5.41±4.32
12	조개살	4(0.11)	10.00±0.00	갈치	7(0.14)	72.50±15.75	새우	10(0.15)	20.90±22.02	바지락	12(0.19)	14.17±5.15
13	조기	4(0.11)	105.00±70.00	바지락	7(0.14)	19.82±5.79	삼치	9(0.14)	63.06±8.55	홍합	12(0.19)	18.02±11.83
14	꽁치	3(0.08)	70.00±0.00	삼치	5(0.10)	56.00±14.64	멸치젓	7(0.11)	4.11±8.13	맛살	9(0.14)	10.83±5.59
15	삼치	3(0.08)	70.00±0.00	모시조개	4(0.08)	26.88±14.34	갈치	6(0.09)	61.25±21.43	멸치젓	8(0.12)	2.63±3.02
16	홍합	3(0.08)	30.00±0.00	홍합	4(0.08)	21.25±6.29	굴	5(0.08)	70.00±38.73	명란젓	7(0.11)	18.39±14.23
17	가자미	2(0.06)	70.00±0.00	게맛살	3(0.06)	13.33±2.89	낙지	5(0.08)	44.70±30.91	굴	5(0.08)	40.00±24.49
18	꽃게	2(0.06)	75.00±35.36	꽁치	3(0.06)	116.67±80.83	명란젓	5(0.08)	17.25±7.31	꽃게	5(0.08)	43.50±19.97
19	날치	2(0.06)	30.00±0.00	꽃게	3(0.06)	51.67±27.54	홍합	5(0.08)	15.45±14.31	꽁치	4(0.06)	62.50±15.00
20	대구	2(0.06)	40.00±42.43	낙지	3(0.06)	36.67±28.87	맛살	4(0.06)	12.50±5.00	삼치	4(0.06)	56.88±16.75

1) n(%)

2) Mean±SD

표 3-50. 우유류 및 그 제품별 다빈도 식품

유류												
계절	봄			여름			가을			겨울		
순위	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)
1	우유	53(1.49) <sup>1)</sup>	221.89±76.99 <sup>2)</sup>	우유	70(1.39)	238.43±128.09	우유	92(1.42)	223.26±92.37	우유	82(1.27)	228.05±74.58
2	크림	23(0.64)	12.39±4.74	크림	38(0.76)	12.37±4.90	크림	51(0.79)	12.75±6.03	크림	69(1.07)	13.19±8.13
3	아이스크림	10(0.28)	110.00±31.62	아이스크림	14(0.28)	106.79±70.10	치즈	3(0.05)	16.67±2.89	아이스크림	7(0.11)	90.00±19.15
4	치즈	3(0.08)	20.00±0.00	연유	2(0.04)	10.00±7.07				치즈	6(0.09)	18.33±4.08
5				치즈	2(0.04)	20.00±0.00						
6				샤베트	1(0.02)	100.00±0.00						

1) n(%)

2) Mean±SD

표 3-51. 유지류 및 그 제품별 다빈도 식품

계절	봄			여름			가을			겨울		
	순위	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도
1	커피	24(0.67) <sup>1)</sup>	122.92±46.58 <sup>2)</sup>	커피	41(0.82)	124.39±48.89	커피	55(0.85)	126.82±59.48	커피	80(1.24)	140.00±80.50
2	청주	19(0.53)	4.37±1.13	청주	34(0.68)	4.85±1.65	청주	37(0.57)	4.05±1.51	요구르트	32(0.50)	112.19±36.78
3	녹차	13(0.36)	1.23±0.44	요구르트	23(0.46)	131.30±79.22	요구르트	25(0.39)	105.60±36.30	청주	26(0.40)	4.64±1.91
4	요구르트	11(0.31)	119.09±35.34	녹차	6(0.12)	2.00±1.55	녹차	10(0.15)	1.30±0.48	녹차	9(0.14)	1.56±1.13
5	콜라	4(0.11)	212.50±25.00	울무차	5(0.10)	10.00±0.00	콜라	6(0.09)	200.00±0.00	울무차	8(0.12)	13.75±5.18
6	맥주	2(0.06)	975.00±742.46	콜라	5(0.10)	120.00±44.72	맥주	4(0.06)	425.00±231.84	식혜	5(0.08)	140.00±54.77
7	카테일	2(0.06)	100.00±0.00	탄산음료	5(0.10)	174.00±135.57	울무차	3(0.05)	13.33±5.77	유자차	5(0.08)	20.00±0.00
8	탄산음료	2(0.06)	150.00±70.71	맥주	2(0.04)	687.50±441.94	카테일	3(0.05)	166.67±57.74	맥주	4(0.06)	887.50±675.93
9	사이다	1(0.03)	200.00±0.00	사이다	2(0.04)	100.00±0.00	감잎차	2(0.03)	1.50±0.71	콜라	4(0.06)	175.00±50.00
10	웨이크	1(0.03)	291.00±0.00	소주	2(0.04)	102.50±81.32	코코아	2(0.03)	100.00±0.00	사이다	3(0.05)	193.33±11.55
11	홍차	1(0.03)	200.00±0.00	식혜	1(0.02)	100.00±0.00	사이다	1(0.02)	5.00±0.00	소주	3(0.05)	78.75±62.64
12				유자차	1(0.02)	20.00±0.00	소주	1(0.02)	45.00±0.00	우롱차	3(0.05)	100.00±0.00
13				홍차	1(0.02)	200.00±0.00	식혜	1(0.02)	150.00±0.00	코코아	2(0.03)	100.00±0.00
14							쌍화차	1(0.02)	30.00±0.00	홍차	2(0.03)	50.50±70.00
15							우롱차	1(0.02)	100.00±0.00	카테일	1(0.02)	200.00±0.00
16							유자차	1(0.02)	20.00±0.00	현미녹차	1(0.02)	100.00±0.00
17							탄산음료	1(0.02)	200.00±0.00			

1) n(%)

2) Mean±SD

표 3-52. 조미료류별 다빈도 식품

계절 순위	봄			여름			가을			겨울		
	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)	식품명	빈도	섭취량(g)
1	커피	24(0.67) <sup>1)</sup>	122.92±46.58 <sup>2)</sup>	커피	41(0.82)	124.39±48.89	커피	55(0.85)	126.82±59.48	커피	80(1.24)	140.00±80.50
2	청주	19(0.53)	4.37±1.13	청주	34(0.68)	4.85±1.65	청주	37(0.57)	4.05±1.51	요구르트	32(0.50)	112.19±36.78
3	녹차	13(0.36)	1.23±0.44	요구르트	23(0.46)	131.30±79.22	요구르트	25(0.39)	105.60±36.30	청주	26(0.40)	4.64±1.91
4	요구르트	11(0.31)	119.09±35.34	녹차	6(0.12)	2.00±1.55	녹차	10(0.15)	1.30±0.48	녹차	9(0.14)	1.56±1.13
5	콜라	4(0.11)	212.50±25.00	울무차	5(0.10)	10.00±0.00	콜라	6(0.09)	200.00±0.00	울무차	8(0.12)	13.75±5.18
6	맥주	2(0.06)	975.00±742.46	콜라	5(0.10)	120.00±44.72	맥주	4(0.06)	425.00±231.84	식혜	5(0.08)	140.00±54.77
7	카테일	2(0.06)	100.00±0.00	탄산음료	5(0.10)	174.00±135.57	울무차	3(0.05)	13.33±5.77	유자차	5(0.08)	20.00±0.00
8	탄산음료	2(0.06)	150.00±70.71	맥주	2(0.04)	687.50±441.94	카테일	3(0.05)	166.67±57.74	맥주	4(0.06)	887.50±675.93
9	사이다	1(0.03)	200.00±0.00	사이다	2(0.04)	100.00±0.00	감잎차	2(0.03)	1.50±0.71	콜라	4(0.06)	175.00±50.00
10	웨이크	1(0.03)	291.00±0.00	소주	2(0.04)	102.50±81.32	코코아	2(0.03)	100.00±0.00	사이다	3(0.05)	193.33±11.55
11	홍차	1(0.03)	200.00±0.00	식혜	1(0.02)	100.00±0.00	사이다	1(0.02)	5.00±0.00	소주	3(0.05)	78.75±62.64
12				유자차	1(0.02)	20.00±0.00	소주	1(0.02)	45.00±0.00	우롱차	3(0.05)	100.00±0.00
13				홍차	1(0.02)	200.00±0.00	식혜	1(0.02)	150.00±0.00	코코아	2(0.03)	100.00±0.00
14							쌍화차	1(0.02)	30.00±0.00	홍차	2(0.03)	50.50±70.00
15							우롱차	1(0.02)	100.00±0.00	카테일	1(0.02)	200.00±0.00
16							유자차	1(0.02)	20.00±0.00	현미녹차	1(0.02)	100.00±0.00
17							탄산음료	1(0.02)	200.00±0.00			

1) n(%)

2) Mean±SD

다. 외식 및 내식에 따른 다소비 및 다빈도 식품

1) 내식과 외식에 따른 다빈도 식품

다음은 내식과 외식별 다빈도 식품을 순위별로 나타낸 것으로 내식의 경우 마늘, 파, 소금, 쌀, 배추김치, 콩기름, 간장, 참기름, 양파, 설탕 순이었으며 외식의 경우에는 소금, 마늘, 파, 쌀, 참기름, 배추김치, 간장, 콩기름, 양파, 설탕의 순으로 나타났다.

표 3-53. 내식과 외식의 다빈도 식품

순위	내식			외식		
	식품명	빈도(%)	섭취량(g)	식품명	빈도(%)	섭취량(g)
1	마늘	990(5.31)	2.90±4.30 <sup>1)</sup>	소금	296(4.95)	1.48±0.95
2	파	956(5.13)	5.74±4.93	마늘	280(4.68)	3.02±4.20
3	소금	938(5.03)	1.29±0.78	파	269(4.50)	7.26±8.32
4	쌀	935(5.02)	73.31±22.29	쌀	244(4.08)	77.67±22.33
5	배추김치	928(4.98)	61.79±28.06	참기름	234(3.91)	2.13 ±.53
6	콩기름	751(4.03)	3.05±2.69	배추김치	225(3.76)	60.41±29.73
7	간장	741(3.98)	5.75±3.87	간장	222(3.71)	6.16±4.55
8	참기름	713(3.83)	2.33±1.88	콩기름	198(3.31)	3.76±2.37
9	양파	517(2.78)	16.26±9.33	양파	193(3.23)	19.16±11.87
10	설탕	516(2.77)	3.18±2.69	설탕	191(3.19)	3.72±3.40
11	고추	475(2.55)	8.35±8.80	고추가루	153(2.56)	1.81±1.45
12	고추가루	434(2.33)	1.85±1.47	계란	142(2.37)	28.46±20.32
13	된장	319(1.71)	13.59±6.06	고추	135(2.26)	7.82±8.89
14	고추장	316(1.70)	5.87±4.39	후추	122(2.04)	0.23±0.23
15	계란	305(1.64)	33.20±20.34	무	120(2.01)	28.43±15.35
16	검정콩	290(1.56)	11.22±6.12	더덕	104(1.74)	14.34±14.91
17	두부	279(1.50)	34.33±25.16	고추장	103(1.72)	7.80±4.21
18	무	278(1.49)	37.33±20.25	쇠고기	99(1.65)	47.37±43.05
19	깨소금	262(1.41)	0.62±0.46	오이	95(1.59)	24.86±19.11
20	흰깨	261(1.40)	0.64±0.36	호박	83(1.39)	23.39±9.67
21	쇠고기	256(1.37)	35.28±54.70	돼지고기	78(1.30)	55.71±52.66
22	젤라틴	246(1.32)	4.87±2.48	깨소금	77(1.29)	0.63±0.35
23	호박	216(1.16)	27.48±18.98	두부	73(1.22)	42.16±31.47
24	감자	204(1.10)	34.24±25.37	흰깨	71(1.19)	0.68±0.39
25	후추	198(1.06)	0.25±0.21	된장	68(1.14)	14.32±7.46
26	롤빵	187(1.00)	77.47±47.99	콩나물	66(1.10)	41.53±21.42

27	돼지고기	182(0.98)	41.57±28.86	감자	64(1.07)	34.95±24.76
28	보리	172(0.92)	9.24±5.03	롤빵	62(1.04)	84.75±49.72
29	더덕	165(0.89)	12.58±14.50	젤라틴	61(1.02)	3.83±2.72
30	우유	163(0.87)	203.56±52.70	양배추	59(0.99)	26.10±31.57
31	콩나물	160(0.86)	39.14±19.56	밀가루	57(0.95)	27.58±26.95
32	오이	156(0.84)	35.05±28.15	생강	54(0.90)	1.18±1.05
33	생강	150(0.81)	0.93±0.49	시금치	50(0.84)	26.05±17.76
34	밀가루	139(0.75)	17.48±21.15	식초	45(0.75)	3.08±1.77
35	차조	121(0.65)	9.30±2.76	우유	42(0.70)	228.10±86.57
36	사과	120(0.64)	131.70±85.78	전분	41(0.69)	10.35±6.98
37	수수	120(0.64)	8.94±2.52	사과	38(0.64)	96.84±87.19
38	시금치	101(0.54)	43.40±20.08	상추	37(0.62)	20.68±14.96
39	붉은팥	84(0.45)	8.90±2.75	커피	36(0.60)	131.94±54.97
40	커피	81(0.43)	128.81±71.05	마요네즈	34(0.57)	11.20±3.24
41	들깨잎	81(0.43)	10.13±7.31	크림	32(0.53)	12.97±5.52
42	숙갓	80(0.43)	6.59±5.88	소시지	30(0.50)	17.21±8.56
43	굴	78(0.42)	231.09±227.79	케찹	26(0.43)	5.41±4.02
44	상추	77(0.41)	25.91±20.30	숙갓	25(0.42)	6.38±6.44
45	청주	77(0.41)	4.36±1.23	칼국수	24(0.40)	136.88±30.74
46	참쌀	74(0.40)	13.42±18.78	배	23(0.38)	29.09±30.92
47	크림	72(0.39)	12.27±6.96	청주	23(0.38)	3.98±1.41
48	쌀, 현미	68(0.37)	74.39±24.07	표고버섯	23(0.38)	11.38±11.43
49	식초	64(0.34)	2.74±1.76	겨자	20(0.33)	1.00±0.51
50	들깨가루	60(0.32)	0.78±0.37	고사리	20(0.33)	24.75±7.30

1) Mean±SD

## 2) 내식과 외식의 다소비 식품

내식과 외식의 다소비 식품은 각 식품항목별로 총섭취량을 구하여 순위를 매긴 것이다. 결과를 살펴보면 내식의 경우 쌀, 김치, 우유, 굴, 사과, 빵, 커피, 무, 계란, 두부 순으로 나타났고 외식시에는 쌀, 김치, 우유, 빵, 커피, 쇠고기, 돼지고기, 계란, 양파, 사과 순으로 나타났으나 다소비 식품이 내식과 외식 간에 조금 차이를 보였다. 또한 쌀의 경우 1회 섭취량이 내식보다 외식의 경우 더 많은 양 섭취하는 것으로 나타났으며 외식의 경우 내식에 비해 1회 섭취량이 더 많은 것으로 조사되었다.

표 3-54. 내식시 다소비 식품과 1회 섭취량

순위	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	섭취율 (%)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	쌀	935(3.80)	73.31±22.29 <sup>1)</sup>	14.03	253.06±78.90	5.04±1.77	0.36±0.18	55.74±17.44
2	김치	928(3.77)	61.79±28.06	11.74	12.09±5.96	1.23±0.54	0.30±0.18	1.88±1.07
3	우유	163(0.66)	203.56±52.70	6.79	122.40±31.67	6.63±1.91	6.58±2.00	9.87±3.15
4	굴	78(0.32)	231.09±227.79	3.69	87.81±86.56	1.85±1.82	0.46±0.46	21.72±21.41
5	사과	120(0.49)	131.70±85.78	3.23	72.20±48.82	0.42±0.28	0.17±0.14	19.21±13.12
6	빵	187(0.76)	77.47±47.99	2.97	226.65±128.23	5.34±3.90	5.34±6.13	39.40±23.26
7	커피	81(0.33)	128.81±71.05	2.14	3.86±2.13	0.13±0.07	0.00±0.00	0.52±0.28
8	무	278(1.13)	37.33±20.25	2.12	7.54±6.85	0.42±0.53	0.07±0.27	1.56±1.45
9	계란	305(1.24)	33.20±20.34	2.07	52.48±32.26	4.21±2.58	3.66±2.26	0.33±0.20
10	두부	279(1.13)	34.33±25.16	1.96	26.08±16.69	2.65±1.61	1.22±0.83	1.03±1.19
11	쇠고기	256(1.04)	35.28±54.70	1.85	69.89±138.91	7.33±10.58	5.57±11.08	0.07±0.16
12	양파	517(2.10)	16.26±9.33	1.72	5.68±3.26	0.17±0.15	0.04±0.10	1.28±0.74
13	돼지고기	182(0.74)	41.57±28.86	1.55	110.43±95.01	8.41±5.29	8.37±8.53	0.10±0.11
14	감자	204(0.83)	34.24±25.37	1.43	19.49±17.78	0.85±0.58	0.04±0.04	4.13±3.88
15	콩나물	160(0.65)	39.14±19.56	1.28	11.74±5.87	1.95±0.97	0.54±0.27	0.66±0.37
16	고등어	94(0.38)	64.23±14.61	1.24	173.50±39.48	12.46±2.83	13.30±3.03	0.13±0.03
17	호박	216(0.88)	27.48±18.98	1.22	10.11±19.01	0.59±0.89	0.14±0.14	2.02±4.53
18	파	956(3.88)	5.74±4.93	1.12	1.05±0.82	0.09±0.08	0.01±0.01	0.21±0.16
19	오이	156(0.63)	35.05±28.15	1.12	3.26±2.59	0.28±0.23	0.04±0.04	0.64±0.53
20	시금치	101(0.41)	43.40±20.08	0.90	12.74±6.16	1.35±0.62	0.21±0.11	2.20±1.08
21	된장	319(1.30)	13.59±6.06	0.89	21.97±9.85	1.62±0.74	0.65±0.31	2.41±1.09
22	간장	741(3.01)	5.75±3.87	0.87	3.05±2.05	0.44±0.30	0.02±0.01	0.28±0.19
23	고추	475(1.93)	8.35±8.80	0.81	2.22±2.66	0.16±0.23	0.04±0.05	0.26±0.30
24	멸치	498(2.02)	7.22±6.20	0.74	18.55±14.43	3.46±2.69	0.41±0.33	0.01±0.01
25	검정콩	290(1.18)	11.22±6.12	0.67	43.66±24.45	3.93±2.22	1.95±1.04	3.11±1.77
26	마늘	990(4.02)	2.90±4.30	0.59	3.15±2.97	0.24±0.21	0.01±0.01	0.64±0.62
27	오징어	97(0.39)	27.39±17.94	0.54	36.04±29.59	7.26±5.99	0.53±0.51	0.19±0.42
28	밀가루	139(0.56)	17.48±21.15	0.50	58.11±70.00	1.89±2.28	0.29±0.35	12.93±15.65
29	콩기름	751(3.05)	3.05±2.69	0.47	26.97±23.81	0.00±0.00	3.05±2.69	0.00±0.00
30	더덕	165(0.67)	12.58±14.50	0.42	4.37±5.68	0.15±0.35	0.03±0.03	0.99±1.19
31	상추	77(0.31)	25.91±20.30	0.41	4.54±3.70	0.31±0.25	0.07±0.06	0.89±0.72
32	고추장	316(1.28)	5.87±4.39	0.38	12.62±9.18	0.35±0.29	0.16±0.18	2.47±1.76
33	참기름	713(2.90)	2.33±1.88	0.34	20.60±16.64	0.00±0.00	2.33±1.88	0.00±0.00
34	설탕	516(2.10)	3.18±2.69	0.34	12.27±10.38	0.00±0.00	0.00±0.00	3.17±2.68



35	보리	172(0.70)	9.24±5.03	0.33	32.25±17.34	1.02±0.58	0.11±0.07	7.04±3.89
36	미역	143(0.58)	10.72±15.15	0.31	12.72±12.24	0.80±0.30	0.28±1.25	2.30±0.86
37	소금	938(3.81)	1.29±0.78	0.25	0.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00
38	엿	237(0.96)	5.08±2.82	0.25	14.95±8.72	0.01±0.02	0.00±0.01	3.86±2.24
39	차조	121(0.49)	9.30±2.76	0.23	33.75±10.03	0.86±0.26	0.28±0.08	6.81±2.02
40	수수	120(0.49)	8.94±2.52	0.22	32.47±9.17	0.86±0.24	0.24±0.07	6.61±1.86
41	들깨잎	81(0.33)	10.13±7.31	0.17	2.94±2.12	0.40±0.29	0.05±0.04	0.45±0.32
42	고추가루	434(1.76)	1.85±1.47	0.16	5.04±4.01	0.29±0.23	0.23±0.18	0.67±0.53
43	붉은팥	84(0.34)	8.90±2.75	0.15	27.76±8.59	1.88±0.58	0.12±0.04	4.97±1.54
44	김	364(1.48)	1.54±0.64	0.11	3.88±1.62	0.59±0.25	0.03±0.01	0.60±0.25
45	쭈갓	80(0.33)	6.59±5.88	0.11	1.25±1.12	0.18±0.16	0.02±0.02	0.18±0.16
46	청주	77(0.31)	4.36±1.23	0.07	4.66±1.32	0.03±0.01	0.00±0.00	0.18±0.05
47	참깨	261(1.06)	0.64±0.36	0.03	3.66±2.06	0.12±0.07	0.34±0.19	0.10±0.06
48	깨소금	262(1.06)	0.62±0.46	0.03	3.66±2.73	0.11±0.08	0.35±0.26	0.05±0.04
49	생강	150(0.61)	0.93±0.49	0.03	0.49±0.26	0.01±0.01	0.00±0.00	0.11±0.06
50	후추	198(0.80)	0.25±0.21	0.01	0.76±0.63	0.03±0.02	0.01±0.01	0.14±0.12

1) Mean±SD

표 3-55. 외식시 다소비 식품과 1회 섭취량

순위	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	섭취율(%)	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	당질(g)
1	쌀	244(0.99)	77.67±22.33 <sup>1)</sup>	11.57	268.96±79.23	5.11±1.50	0.34±0.17	59.30±17.49
2	김치	225(0.91)	60.41±29.73	8.30	12.01±6.30	1.15±0.57	0.27±0.14	1.94±1.22
3	우유	42(0.17)	228.10±86.57	5.85	140.14±54.70	7.17±2.74	6.96±3.06	12.44±6.02
4	빵	62(0.25)	84.75±49.72	3.21	247.05±147.31	6.80±6.15	6.87±8.76	40.26±18.68
5	커피	36(0.15)	131.94±54.97	2.90	3.96±1.65	0.13±0.05	0.00±0.00	0.53±0.22
6	쇠고기	99(0.40)	47.37±43.05	2.86	90.16±93.35	9.61±8.59	7.69±8.81	0.09±0.11
7	돼지고기	78(0.32)	55.71±52.66	2.65	154.70±177.70	11.79±11.46	12.35±18.39	0.11±0.16
8	계란	142(0.58)	28.46±20.32	2.47	44.94±32.08	3.66±2.68	3.17±2.32	0.28±0.20
9	양파	193(0.78)	19.16±11.87	2.26	6.98±5.73	0.19±0.13	0.06±0.24	1.54±1.03
10	사과	38(0.15)	96.84±87.19	2.25	52.40±47.89	0.32±0.30	0.13±0.16	13.92±12.79
11	무	120(0.49)	28.43±15.35	2.08	5.06±3.39	0.25±0.22	0.03±0.04	1.07±0.68
12	칼국수	24(0.10)	136.88±30.74	2.01	180.68±40.58	4.79±1.08	1.37±0.31	40.10±9.01
13	두부	73(0.30)	42.16±31.47	1.88	29.15±16.39	2.98±1.67	1.61±1.22	0.91±0.51
14	콩나물	66(0.27)	41.53±21.42	1.67	12.46±6.43	2.04±1.08	0.55±0.31	0.77±0.40
15	오이	95(0.39)	24.86±19.11	1.44	3.43±6.99	0.22±0.25	0.04±0.07	0.77±1.88
16	감자	64(0.26)	34.95±24.76	1.37	22.30±23.97	0.90±0.65	0.30±1.24	4.30±3.40
17	파	269(1.09)	7.26±8.32	1.19	1.34±1.28	0.11±0.13	0.01±0.01	0.26±0.25

18	호박	83(0.34)	23.39±9.67	1.19	8.50±9.59	0.43±0.44	0.10±0.07	1.78±2.36
19	밀가루	57(0.23)	27.58±26.95	0.96	91.60±88.78	3.00±2.78	0.46±0.39	20.38±20.05
20	양배추	59(0.24)	26.10±31.57	0.94	8.09±9.79	0.37±0.44	0.05±0.06	1.91±2.30
21	더덕	104(0.42)	14.34±14.91	0.91	4.88±5.07	0.14±0.15	0.03±0.03	1.12±1.16
22	간장	222(0.90)	6.16±4.55	0.83	3.26±2.41	0.47±0.35	0.02±0.01	0.30±0.22
23	시금치	50(0.20)	26.05±17.76	0.80	7.02±4.92	0.83±0.57	0.10±0.09	1.19±0.85
24	어묵	28(0.11)	39.29±16.37	0.67	55.12±22.75	4.67±1.88	0.95±0.35	6.84±3.10
25	고추	135(0.55)	7.82±8.89	0.64	1.97±2.07	0.15±0.18	0.04±0.04	0.27±0.32
26	된장	68(0.28)	14.32±7.46	0.59	23.70±12.61	1.77±0.95	0.74±0.47	2.45±1.32
27	마늘	280(1.14)	3.02±4.20	0.52	3.43±3.97	0.26±0.29	0.01±0.01	0.69±0.81
28	고추장	103(0.42)	7.80±4.21	0.49	16.90±9.04	0.48±0.31	0.20±0.14	3.34±1.77
29	상추	37(0.15)	20.68±14.96	0.47	3.46±2.62	0.24±0.18	0.05±0.04	0.68±0.51
30	콩기름	198(0.80)	3.76±2.37	0.45	33.25±20.95	0.00±0.00	3.76±2.37	0.00±0.00
31	설탕	191(0.78)	3.72±3.40	0.43	14.37±13.09	0.00±0.00	0.00±0.00	3.71±3.38
32	오징어	27(0.11)	25.93±14.22	0.43	31.17±17.88	6.41±3.74	0.50±0.45	0.18±0.50
33	멸치	102(0.41)	5.40±4.70	0.34	14.59±10.99	2.70±2.06	0.33±0.25	0.01±0.01
34	소시지	30(0.12)	17.21±8.56	0.32	47.78±23.60	2.49±1.23	3.79±1.87	0.76±0.38
35	미역	24(0.10)	20.85±23.08	0.31	9.87±2.80	0.78±0.26	0.10±0.04	1.95±0.58
36	참기름	234(0.95)	2.13±1.53	0.30	18.80±13.54	0.00±0.00	2.13±1.53	0.00±0.00
37	소금	296(1.20)	1.48±0.95	0.27	0.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00
38	전분	41(0.17)	10.35±6.98	0.26	35.39±24.35	0.01±0.01	0.02±0.01	8.73±6.00
39	크림	32(0.13)	12.97±5.52	0.25	26.33±11.20	0.35±0.15	2.50±1.06	0.48±0.20
40	마요네즈	34(0.14)	11.20±3.24	0.23	73.46±21.28	0.21±0.06	7.94±2.30	0.26±0.07
41	고추가루	153(0.62)	1.81±1.45	0.17	4.93±3.93	0.29±0.23	0.23±0.18	0.65±0.52
42	엿	39(0.16)	5.03±2.73	0.12	14.74±8.00	0.01±0.00	0.00±0.00	3.81±2.07
43	쭈갓	25(0.10)	6.38±6.44	0.10	1.21±1.22	0.17±0.17	0.02±0.02	0.18±0.18
44	케찹	26(0.11)	5.41±4.02	0.09	6.06±4.58	0.09±0.07	0.01±0.01	1.40±1.07
45	식초	45(0.18)	3.08±1.77	0.08	0.34±0.19	0.01±0.00	0.00±0.00	0.00±0.00
46	김	60(0.24)	1.58±0.73	0.06	3.83±1.80	0.57±0.27	0.02±0.01	0.61±0.28
47	생강	54(0.22)	1.18±1.05	0.04	0.62±0.56	0.02±0.02	0.00±0.00	0.14±0.13
48	깨소금	77(0.31)	0.63±0.35	0.03	3.75±2.08	0.11±0.06	0.36±0.20	0.06±0.03
49	참깨	71(0.29)	0.68±0.39	0.03	3.87±2.25	0.13±0.08	0.36±0.21	0.11±0.06
50	후추	122(0.50)	0.23±0.23	0.02	0.70±0.71	0.03±0.03	0.01±0.01	0.13±0.13

1) Mean±SD

## 7. 식생활 및 건강상태 조사

### 가. 계절에 따른 조사자의 식생활

계절에 따른 조사대상자의 식생활 양상은 다음 표에 제시하였다. 전체 조사대상자의 66.5%가 아침식사를 매일 하는 것으로 나타났으며, 밥+국+반찬의 한식 형태가 대부분(84.0%)이었다. 각 계절별로 살펴보면 겨울철에 가장 아침식사를 잘 챙겨먹는 것으로 나타나 매일 아침식사를 먹는 경우가 73.9%였고, 반면 봄의 경우 아침식사를 매일 먹는 경우는 59.9%로 4계절 중 가장 낮게 나타났으며 이는 통계적으로 유의적인 것으로 나타났다. 또한, 가을철에 밥+국+반찬의 한식형태로 아침식사를 하는 경우가 가장 많았으며(88.1%), 여름철에는 한식형태로 아침식사를 하는 것이 상대적으로 감소하고(76.9%), 대신 선식 또는 생식으로 아침식사를 하는 경우(8.2%)가 많아지는 것으로 나타나 계절적인 요인에 의해 상당히 영향을 받는 것을 알 수 있었다.

한 끼 식사대용으로 선식 또는 생식을 이용하는 경우는 13.0%에 불과했으며, 일주일에 1회 이하로 식사대용으로 섭취하는 경우가 가장 많았다(68.5%).

표 3-56. 계절에 따른 아침식사 섭취 및 선식, 생식 섭취 양상

	구분	봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
아침먹는 횟수	매일	166(59.9) <sup>1)</sup>	120(65.2)	156(67.8)	170(73.9)	612(66.5)	F=24.813 P=0.016*
	1~2일에 한번 정도	45(16.3)	26(14.1)	33(14.4)	31(13.5)	135(14.7)	
	3~4일에 한번 정도	24(8.7)	20(10.9)	21(9.1)	11(4.8)	76(8.3)	
	일주일에 1회 이하	4(1.4)	6(2.3)	2(0.9)	5(2.2)	17(1.9)	
	거의 먹지 않는다	38(13.7)	12(6.5)	18(7.8)	13(5.7)	81(8.8)	
아침식사 형태	밥+국+반찬의 형태	234(85.4)	140(76.9)	199(88.1)	189(84.0)	762(84.0)	F=24.595 P=0.017*
	시리얼	6(2.2)	6(3.3)	4(1.8)	11(4.9)	27(3.0)	
	빵류	15(5.5)	13(7.1)	12(5.3)	12(5.3)	52(5.7)	
	선식 또는 생식	7(2.6)	15(8.2)	4(1.8)	4(1.8)	30(3.3)	
	기타	12(4.4)	8(4.4)	7(3.1)	9(4.0)	36(4.0)	
식사대용식으로 선식, 생식 이용여부	예	28(10.1)	27(14.8)	25(10.9)	39(17.2)	119(13.0)	F=6.908 P=0.075
	아니오	248(89.9)	155(85.2)	204(89.1)	188(82.8)	795(87.0)	
선식, 생식의 식사대용 횟수	하루 2회 이상	0(0.0)	2(2.7)	1(1.0)	2(1.8)	5(1.3)	F=13.613 P=0.326
	하루 1회	12(10.7)	10(13.3)	8(8.3)	14(12.7)	44(91.2)	
	일주일에 4회 이상	3(2.7)	4(5.3)	5(5.2)	11(10.0)	23(5.9)	
	일주일에 2~3회	14(12.5)	14(18.7)	11(11.5)	13(11.8)	52(13.2)	
	일주일에 1회 이하	83(74.1)	45(60.0)	71(74.0)	70(63.6)	269(68.5)	
선식, 생식 식사대용 이용 목적	식사준비의 시간이 없어서	30(29.7)	17(25.8)	33(38.8)	24(24.0)	104(29.6)	F=16.543 P=0.168
	단순히 체중조절을 하기 위해서	7(6.9)	7(10.6)	4(4.7)	10(10.0)	28(8.0)	
	건강상의 문제로 (당뇨, 고지혈증 등)	15(14.9)	8(12.1)	12(14.1)	11(11.0)	46(13.1)	
	기타	49(48.5)	34(51.5)	36(42.4)	55(55.0)	174(49.4)	

1) N(%)

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

#### 나. 계절에 따른 일상의 식품섭취상태

다음은 각 계절별로 일상적인 식품섭취상태를 점수화하여 나타낸 표이다. 각 항목별로 3점 척도로 표시하였으며, 총합은 30점 만점을 기준으로 하였다. 전체적으로 식사의 규칙성(2.773±0.519)이 높은 점수를 얻었고, 음식의 간을 싱겁게 먹으려 노력하고(2.675±0.512), 지방이 많은 육류나 튀김, 볶음 요리를 되도록 많이 먹지 않는 것(각각 2.679±0.501, 2.656±0.494)으로 나타났다. 계절별로 살펴보면 특히 봄철에 비해 겨울철에 음식의 간을 더 싱겁게 먹는 것으로 나타났는데 이는 통계적으로 유의적인 차이를 보였다. 일상적인 식품섭취상태가 좋을수록 총합 점수가 높아지게 되는데 평균적으로 20.719±1.811점이었고 각 계절별로 살펴보면 여름철에 가장 점수가 높아 21.484±1.799점으로 가장 점수가 낮은 겨울철(20.260±2.028)과 통계적으로 유의적인 차이를 보였다.

표 3-57. 계절에 따른 일상적인 식품섭취상태

	봄	여름	가을	겨울	전체
우유나 유제품(요구르트, 요플레 등)을 매일 1병 이상 마신다.	1.822±0.730 <sup>1)</sup>	1.908±0.702	1.760±0.727	1.870±0.777	1.844±0.719
육류, 생선, 달걀, 콩, 두부 등으로 된 음식을 매일 3~4회 이상 먹는다.	1.715±0.647	1.714±0.650	1.781±0.629	1.735±0.630	1.749±0.625
김치 이외의 채소를 식사할 때마다 먹는다.	2.174±0.688	2.086±0.670	2.073±0.742	2.043±0.666	2.094±0.677
과일(1개)이나 과일쥬스(1잔)를 매일 먹는다.	1.907±0.736	1.995±0.655	1.970±0.659	1.970±0.657	1.958±0.664
튀김이나 볶음요리를 많이 먹는 편이다.	2.708±0.471	2.686±0.488	2.717±0.488	2.648±0.488	2.656±0.494
지방이 많은 육류(삼겹살, 갈비, 장어 등)를 많이 먹는 편이다.	2.708±0.486	2.730±0.481	2.712±0.507	2.713±0.481	2.679±0.501
식사할 때 음식에 소금이나 간장을 더 넣을 때가 많다.	2.644±0.529 <sup>b</sup>	2.741±0.475 <sup>ab</sup>	2.704±0.511 <sup>ab</sup>	2.774±0.468 <sup>a</sup>	2.675±0.512
식사는 매일 세끼를 규칙적으로 한다.	2.843±0.452	2.784±0.548	2.790±0.536	2.826±0.481	2.773±0.519
아이스크림, 케이크, 스낵, 탄산음료(콜라, 사이다 등)를 간식으로 많이 먹는다.	1.922±0.270	1.942±0.235	1.925±0.267	1.840±0.370	1.925±0.263
하루에 30가지 이상의 식품을 매일 섭취한다.	1.167±0.393	1.232±0.472	1.193±0.417	1.178±0.437	1.230±0.451
총 합	20.714±1.918 <sup>ab</sup>	21.481±1.799 <sup>a</sup>	21.075±1.960 <sup>ab</sup>	20.260±2.028 <sup>b</sup>	20.719±1.811

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at α=0.05 by Tukey's studentized range test

다. 조사시기별 조사자의 건강상태

본 조사대상자들의 건강상태는 전반적으로 보통이라고 대답하는 경우(47.0%)가 가장 많았으며, 조사대상자의 44.2%가 약간 살이 쪼는 체형이라고 답하였다. 전체적으로 매일 운동을 하는 경우는 19.5%였고 불규칙적으로 가끔 하는 경우는 51.5%로 나타났다. 계절별로 보면 여름철에 매일 규칙적인 운동을 한다는 경우가 가장 많아 23.9%로 나타났고 봄철의 경우 16.6%로 가장 적게 대답하였다. 이는 여름철이 되어 신체의 노출이 많아지므로 다이어트에 대한 관심과 욕구가 증가했기 때문으로 사료된다.

표 3-58. 조사시기별 조사자의 건강상태

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
건강 상태	매우 건강하다	30(10.8) <sup>1)</sup>	21(11.4)	36(15.7)	36(15.8)	123(13.4)	F=9.656 P=0.646
	약간 건강한 편이다	74(26.7)	46(25.0)	48(21.0)	61(26.8)	229(25.0)	
	보통이다	133(48.0)	92(50.0)	105(45.9)	101(44.3)	431(47.0)	
	약간 건강하지 못한 편이다	38(13.7)	23(12.5)	39(17.0)	28(12.3)	128(13.9)	
	매우 건강하지 못하다	2(0.7)	2(1.1)	1(0.4)	2(0.9)	7(0.8)	
체형	매우 마른편이다	3(1.1)	4(2.2)	2(0.9)	2(0.9)	11(1.2)	F=6.948 P=0.861
	약간 마른 편이다	30(10.8)	18(9.8)	25(10.9)	24(10.5)	97(10.6)	
	적당하다	99(35.7)	59(32.1)	90(39.1)	73(32.0)	321(34.9)	
	살이 약간 쪼는 편이다	117(42.2)	86(46.7)	97(42.2)	106(46.5)	406(44.2)	
	살이 많이 쪼는 편이다	28(10.1)	17(9.2)	16(7.0)	23(10.1)	84(9.1)	
운동량	거의 하지 않는다	101(36.5)	50(27.2)	58(25.2)	58(25.4)	2667(29.1)	F=16.005 P=0.067
	불규칙적으로 가끔 하는 편이다	130(46.9)	90(48.9)	131(57.0)	122(53.5)	473(51.5)	
	매일 규칙적으로 한다	46(16.6)	44(23.9)	41(17.8)	48(21.1)	179(19.5)	

1) N(%)

## 8. 가족수에 따른 식생활 및 건강상태

### 가. 가족수에 따른 조사자의 식생활

가족수에 따라 아침식사를 하는 횟수와 그 형태를 살펴보면 모든 조사대상 가정에서 매일 아침을 먹는 경우가 가장 많았으나 그 중 3인 이하 가정(58.8%)이 4인(69.6%)이나 5인 이상 가정(69.4%)에 비해 그 비율은 다소 낮은 편으로 나타났다. 아침을 거의 먹지 않는 경우도 마찬가지로 3인 이하 가정이 많았다(13.6%). 아침식사의 형태는 전반적으로 밥+국+반찬의 한식 형태가 많았는데 특히 가족의 수가 많아질수록 한식을 많이 먹는 것으로 나타났다. 식사대용으로 선식 또는 생식을 이용하는 경우는 4인 가정이 가장 많았고(14.1%), 그 다음으로 5인 가정(13.5%), 3인 가정(12.7%)의 순이었다. 그 이용횟수는 일주일에 1회 이하가 가장 많았으며 식사대용으로 선식, 생식을 이용하는 목적은 기타가 가장 많고 그 다음으로 식사준비 시간이 없어서였다.

표 3-59. 가족수에 따른 아침식사 및 선식, 생식 섭취양상

구분		3인 이하	4인	5인 이상	$\chi^2$
아침먹는 횟수	매일	117(58.8) <sup>1)</sup>	273(69.6)	118(69.4)	F=24.433 P=0.002*
	1~2일에 한번 정도	28(14.1)	61(15.6)	21(12.4)	
	3~4일에 한번 정도	18(9.1)	27(6.9)	14(8.2)	
	일주일에 1회 이하	9(4.5)	2(0.5)	1(0.6)	
	거의 먹지 않는다	27(13.6)	29(7.4)	16(9.4)	
아침식사 형태	밥+국+반찬의 형태	155(80.3)	319(81.8)	147(87.5)	F=16.719 P=0.033*
	시리얼	12(6.2)	13(3.3)	0(0.0)	
	빵류	12(6.2)	26(6.7)	10(6.0)	
	선식 또는 생식	3(1.6)	17(4.4)	7(4.2)	
	기타	11(5.7)	15(3.9)	4(2.4)	
식사대용식으로 선식, 생식 이용여부	예	25(12.7)	55(14.1)	23(13.5)	F=0.235
	아니요	172(87.3)	334(85.9)	147(86.5)	P=0.889
선식, 생식의 식사대용 횟수	하루 2회 이상	2(2.2)	2(1.1)	1(1.4)	F=7.206 P=0.515
	하루 1회	10(11.0)	20(11.2)	8(11.1)	
	일주일에 4회 이상	1(1.1)	15(8.4)	5(6.9)	
	일주일에 2~3회	12(13.2)	21(11.8)	12(16.7)	
	일주일에 1회 이하	66(72.5)	120(67.4)	46(63.9)	
선식, 생식 식사대용 이용 목적	식사준비의 시간이 없어서	29(35.8)	43(26.4)	21(33.9)	F=7.909 P=0.442
	단순히 체중조절을 하기 위해서	4(4.9)	19(11.7)	3(4.8)	
	건강상의 문제로(당뇨, 고지혈증 등)	8(9.9)	23(14.1)	10(16.1)	
	기타	40(49.4)	78(47.9)	28(45.2)	

1) N(%)

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

### 나. 가족수에 따른 일상의 식품섭취상태

가족수에 따라 일상적인 식품섭취 상태를 살펴본 결과는 다음과 같다. 각 항목은 3점 척도로 점수화되었으며, 각 항목의 총합은 30점 만점으로 총합점수가 높을수록 식품섭취상태가 양호하다고 볼 수 있는데, 각 군간에 비슷한 점수분포를 보이고 있었다. 다만, 5인 이상 가정의 경우 3인 이하 가정에 비해 육류, 생선, 달걀, 콩, 두부 등의 음식을 매일 3-4회 이상 섭취한다고 대답하는 비율이 유의적으로 많았고, 김치 이외의 채소를 식사 때마다 먹는다는 대답도 3인 이하 가정에 비해 유의적으로 많이 나타났다. 이를 통해 볼 때 가족의 수가 많은 경우 가족의 수가 적은 가정에 비해 각 끼니마다의 식사를 더 충실하게 챙겨서 먹는다고 생각할 수 있었다.

표 3-60. 가족수에 따른 일상의 식품섭취상태

	3인 이하	4인	5인 이상
우유나 유제품(요구르트, 요플레 등)을 매일 1병 이상 마신다.	1.9±0.7 <sup>1)</sup>	1.8±0.7	1.8±0.8
육류, 생선, 달걀, 콩, 두부 등으로 된 음식을 매일 3~4회 이상 먹는다.	1.6±0.7 <sup>b</sup>	1.7±0.6 <sup>ab</sup>	1.8±0.6 <sup>a</sup>
김치 이외의 채소를 식사할 때마다 먹는다.	2.0±0.7 <sup>b</sup>	2.0±0.7 <sup>b</sup>	2.2±0.7 <sup>a</sup>
과일(1개)이나 과일쥬스(1잔)를 매일 먹는다.	2.0±0.7	1.9±0.7	2.0±0.7
튀김이나 볶음요리를 많이 먹는 편이다.	2.6±0.5	2.7±0.5	2.7±0.5
지방이 많은 육류(삼겹살, 갈비, 장어 등)를 많이 먹는 편이다.	2.7±0.5	2.7±0.5	2.7±0.5
식사할 때 음식에 소금이나 간장을 더 넣을 때가 많다.	2.7±0.5	2.7±0.5	2.7±0.5
식사는 매일 세끼를 규칙적으로 한다.	2.9±0.4	2.8±0.6	2.8±0.5
아이스크림, 케이크, 스낵, 탄산음료(콜라, 사이다 등)를 간식으로 많이 먹는다.	1.9±0.3	1.9±0.3	1.9±0.3
하루에 30가지 이상의 식품을 매일 섭취한다.	1.2±0.4	1.2±0.4	1.2±0.4
총 합	20.8±1.6	20.7±2.0	20.7±1.9

1) Mean±SD

a b : Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test



표 3-61. 가족수에 따른 일상의 식품섭취상태

	3인 이하			4인			5인 이상			x <sup>2</sup>
	항상 그렇다	그렇다	아니다	항상 그렇다	그렇다	아니다	항상 그렇다	그렇다	아니다	
우유나 유제품(요구르트, 요플레 등)을 매일 1병 이상 마신다.	38(19.3) <sup>1)</sup>	78(20.1)	35(20.6)	98(49.8)	154(39.6)	64(37.7)	61(31.0)	157(40.4)	71(41.8)	F=7.950 P=0.093
육류, 생선, 달걀, 콩, 두부 등으로 된 음식을 매일 3~4회 이상 먹는다.	20(10.1)	38(9.8)	24(14.1)	85(42.9)	207(53.2)	94(55.3)	93(47.0)	144(37.0)	52(30.6)	F=12.427 P=0.014*
김치 이외의 채소를 식사할 때마다 먹는다.	48(24.4)	108(27.6)	66(39.1)	103(52.3)	191(48.9)	77(45.6)	46(23.4)	92(23.5)	26(15.4)	F=12.298 P=0.015*
과일(1개)이나 과일쥬스(1잔)를 매일 먹는다.	46(23.2)	77(19.7)	46(27.2)	106(53.5)	205(52.6)	79(46.8)	46(23.2)	108(27.7)	44(26.0)	F=5.037 P=0.284
튀김이나 볶음요리를 많이 먹는 편이다.	4(2.0)	3(0.8)	1(0.6)	59(29.8)	109(28.1)	46(27.2)	135(68.2)	276(71.1)	122(72.2)	F=2.846 P=0.584
지방이 많은 육류(삼겹살, 갈비, 장어 등)를 많이 먹는 편이다.	4(2.0)	7(1.8)	3(1.8)	48(24.2)	101(26.1)	43(25.3)	146(73.7)	279(72.1)	124(72.9)	F=0.270 P=0.992
식사할 때 음식에 소금이나 간장을 더 넣을 때가 많다.	5(2.5)	10(2.6)	2(1.2)	39(19.8)	88(22.7)	51(3.4)	153(77.7)	290(74.7)	115(68.5)	F=6.763 P=0.149
식사는 매일 세끼를 규칙적으로 한다.	33(16.8)	73(18.8)	38(22.4)	75(38.1)	170(43.7)	74(43.5)	89(45.2)	146(37.5)	58(34.1)	F=5.802 P=0.214
아이스크림, 케이크, 스낵, 탄산음료(콜라, 사이다 등)를 간식으로 많이 먹는다.	3(1.5)	11(2.8)	3(1.8)	34(17.4)	91(23.4)	34(20.1)	159(81.1)	287(73.8)	132(78.1)	F=4.528 P=0.339
하루에 30가지 이상의 식품을 매일 섭취한다.	2(1.0)	4(1.0)	2(1.2)	22(11.4)	48(12.4)	32(18.8)	169(87.6)	335(86.6)	136(80.0)	F=5.279 P=0.260

1) N(%)

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

#### 다. 가족수에 따른 조사자의 건강상태

가족수에 따라 조사대상자의 건강상태를 조사한 결과는 다음과 같다. 모든 조사대상자의 건강상태는 '보통'이라고 대답하는 경우가 가장 많았고 '매우 건강하다'라고 대답하는 경우는 3인 이하 가정이 가장 적고(11.2%), 5인 이상 가정이 가장 많았다(18.8%). 자신의 체형에 대해서는 모든 조사대상자들이 '살이 약간 찐 편이다'라고 대답하는 경우가 가장 많았으며, 운동량의 경우 '불규칙적으로 가끔 하는 편이다'라는 응답이 가장 많았다. '매일 규칙적으로 운동을 한다'라고 응답한 경우는 4인 가정이 20.0%로 가장 많은 것으로 조사되었다.

표 3-62. 가족수에 따른 조사대상자의 건강 및 운동상태

		3인 이하	4인	5인 이상	$\chi^2$
건강상태	매우 건강하다	22(11.2) <sup>1)</sup>	50(12.8)	32(18.8)	F=10.359 P=0.241
	약간 건강한 편이다	57(28.9)	99(25.3)	34(20.0)	
	보통이다	92(46.7)	182(46.6)	82(48.2)	
	약간 건강하지 못한 편이다	26(13.2)	55(14.1)	20(11.8)	
	매우 건강하지 못하다	0(0.0)	5(1.3)	2(1.2)	
체형	매우 마른편이다	3(1.5)	7(1.8)	0(0.0)	F=4.707 P=0.788
	약간 마른 편이다	25(12.6)	44(11.2)	17(10.0)	
	적당하다	67(33.8)	127(32.4)	62(36.5)	
	살이 약간 찐 편이다	86(43.4)	172(43.9)	74(43.5)	
	살이 많이 찐 편이다	17(8.6)	42(10.7)	17(10.0)	
운동량	거의 하지 않는다	58(29.3)	115(29.3)	54(31.8)	F=3.372 P=0.761
	불규칙적으로 가끔 하는 편이다	109(55.1)	198(50.6)	88(51.8)	
	매일 규칙적으로 한다	31(15.7)	78(20.0)	28(16.5)	

1) N(%)

### 9. 수입에 따른 식생활 및 건강상태

#### 가. 수입에 따른 조사자의 식생활

수입에 따른 조사대상자의 식생활 실태는 다음 표에 제시하였다. 수입이 높을수록 아침식사를 매일 먹는다는 응답율이 높았다. 아침식사의 형태는 전반적으로 밥+국+반찬의 한식형태가 많았는데 300만원 이하의 소득을 가진 가정(87.2%)이 450만원 이상의 소득을 가진 가정(73.6%)에 비해 그 응답이 더 높았다. 450만원 이상의 소득을 가진 가정의 경우 한식 형태 이외에 시리얼(4.4%), 빵류(10.1%), 전식 또는 생식(5.0%), 기타(6.9%) 등 아침식사로 먹는 음식의 형태가 다른 군에 비해 다양하게 분포

하는 것으로 나타났다. 식사대용으로 선식이나 생식을 이용하는지에 대해서는 300-450만원의 소득을 가진 가정에서 18.6%로 다른 가정보다 유의적으로 많이 이용하는 것으로 나타났으나 그 섭취횟수는 모든 가정에서 일주일에 1회 이하인 경우가 가장 많았고 이는 식사준비의 시간이 부족하기 때문인 것으로 응답하였다.

표 3-63. 수입에 따른 조사대상자의 식생활 실태

구분		300만원 이하	300만원 ~ 450만원	450만원 이상	$\chi^2$
아침먹는 횟수	매일	238(63.8) <sup>1)</sup>	154(67.8)	116(72.1)	F=7.350 P=0.499
	1~2일에 한번 정도	63(16.9)	31(13.7)	16(9.9)	
	3~4일에 한번 정도	28(7.5)	19(8.4)	12(7.5)	
	일주일에 1회 이하	6(1.6)	2(0.9)	4(2.5)	
	거의 먹지 않는다	38(10.2)	21(9.3)	13(8.1)	
아침식사 형태	밥+국+반찬의 형태	321(87.2)	183(81.7)	117(73.6)	F=19.923 P=0.011*
	시리얼	11(3.0)	7(3.1)	7(4.4)	
	빵류	19(5.2)	13(5.8)	16(10.1)	
	선식 또는 생식	6(1.6)	13(5.8)	8(5.0)	
	기타	11(3.0)	8(3.6)	11(6.9)	
식사대용식으로 선식, 생식 이용여부	예	38(10.2)	42(18.6)	23(14.5)	F=8.425 P=0.015*
	아니요	333(89.8)	184(81.4)	136(85.5)	
선식, 생식의 식사대용 횟수	하루 2회 이상	0(0.0)	1(0.9)	4(5.1)	F=14.904 P=0.061
	하루 1회	15(9.6)	14(13.1)	9(11.5)	
	일주일에 4회 이상	10(6.4)	9(8.4)	2(2.6)	
	일주일에 2~3회	20(12.8)	17(15.9)	8(10.3)	
	일주일에 1회 이하	111(71.2)	66(61.7)	55(70.5)	
선식, 생식 식사대용 이용 목적	식사준비의 시간이 없어서	46(32.6)	25(26.0)	22(31.9)	F=8.862 P=0.354
	단순히 체중조절을 하기 위해서	8(2.7)	13(13.9)	5(7.3)	
	건강상의 문제로 (당뇨, 고지혈증 등)	15(10.6)	16(16.7)	10(14.5)	
	기타	72(51.1)	42(43.8)	32(46.4)	

1) N(%)

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

나. 수입에 따른 일상의 식품섭취상태

가정의 소득수준으로 살펴본 일상식사 중의 식품섭취상태를 살펴보면, 소득수준이 450만원 이상으로 높은 가정이 전반적인 식품섭취 조사점수가 높게 나타났다. 특히, 우유나 유제품, 과일이나 과일주스 등을 매일 먹는 경우가 많았으며, 하루에 30가지 이상의 식품을 매일 섭취하는 경우가 많았다. 모든 조사대상 가정의 식생활 패턴 역시 양호한 것으로 나타났는데 과일이나 과일주스의 섭취와 음식의 간을 더 가하지 않는다는 경우는 각 응답 간에 통계적으로 유의적인 차이가 있는 것을 알 수 있었다.

표 3-64. 수입에 따른 일상의 식품섭취 상태(점수화)

	300만원 이하	300만원 ~ 450만원	450만원 이상
우유나 유제품(요구르트, 요플레 등)을 매일 1병 이상 마신다.	1.770±0.711 <sup>1)</sup>	1.846±0.756	1.901±0.760
육류, 생선, 달걀, 콩, 두부 등으로 된 음식을 매일 3~4회 이상 먹는다.	1.720±0.639	1.702±0.615	1.795±0.681
김치 이외의 채소를 식사할 때마다 먹는다.	2.077±0.676	2.079±0.753	2.068±0.708
과일(1개)이나 과일주스(1잔)를 매일 먹는다.	1.858±0.683 <sup>b</sup>	2.026±0.689 <sup>a</sup>	2.118±0.674 <sup>a</sup>
튀김이나 볶음요리를 많이 먹는 편이다.	2.683±0.477	2.680±0.486	2.689±0.515
지방이 많은 육류(삼겹살, 갈비, 장어 등)를 많이 먹는 편이다.	2.662±0.511	2.768±0.463	2.677±0.507
식사할 때 음식에 소금이나 간장을 더 넣을 때가 많다.	2.681±0.510	2.732±0.525	2.720±0.450
식사는 매일 세끼를 규칙적으로 한다.	2.842±0.450	2.776±0.569	2.776±0.547
아이스크림, 케이크, 스낵, 탄산음료(콜라, 사이다 등)를 간식으로 많이 먹는다.	1.935±0.248	1.903±0.298	1.861±0.351
하루에 30가지 이상의 식품을 매일 섭취한다.	1.179±0.404 <sup>ab</sup>	1.123±0.355 <sup>b</sup>	1.248±0.475 <sup>a</sup>
총 합	22.263±2.270	22.447±2.290	22.767±2.281

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at α=0.05 by Tukey's studentized range test

표 3-65. 대상자 분포별 수입에 따른 일상식품의 섭취 상태

n(%)

	300만원 이하			300만원 ~ 450만원			450만원 이상			x <sup>2</sup>
	항상 그렇다	그렇다	아니다	항상 그렇다	그렇다	아니다	항상 그렇다	그렇다	아니다	
우유나 유제품(요구르트, 요플레 등)을 매일 1병 이상 마신다.	62(16.8)	159(43.0)	149(40.3)	50(22.0)	92(40.5)	85(37.4)	39(24.5)	65(40.9)	55(34.6)	F=5.279 P=0.260
육류, 생선, 달걀, 콩, 두부 등으로 된 음식을 매일 3~4회 이상 먹는다.	39(10.5)	186(50.3)	145(39.2)	19(8.4)	121(53.3)	87(38.3)	24(15.0)	79(49.4)	57(35.6)	F=4.600 P=0.331
김치 이외의 채소를 식사할 때마다 먹는다.	102(27.4)	197(53.0)	73(19.6)	74(32.7)	96(42.5)	56(24.8)	46(28.9)	78(49.1)	35(22.0)	F=6.256 P=0.181
과일(1개)이나 과일즙(1잔)를 매일 먹는다.	65(17.6)	186(50.3)	119(32.2)	57(25.1)	119(52.4)	51(22.5)	47(29.4)	85(53.1)	28(17.5)	F=19.198 P=0.001*
튀김이나 볶음요리를 많이 먹는 편이다.	2(0.5)	107(28.9)	261(70.5)	2(0.9)	67(29.7)	157(69.5)	4(2.5)	40(25.2)	115(72.3)	F=5.044 P=0.283
지방이 많은 육류(삼겹살, 갈비, 장어 등)를 많이 먹는 편이다.	7(1.9)	103(28.0)	258(70.1)	4(1.8)	44(19.4)	179(78.9)	3(1.9)	45(28.1)	112(70.0)	F=6.367 P=0.173
식사할 때 음식에 소금이나 간장을 더 넣을 때가 많다.	8(2.2)	94(25.5)	266(72.3)	9(4.0)	41(18.1)	176(77.9)	0(0.0)	43(27.0)	116(73.0)	F=11.440 P=0.022*
식사는 매일 세끼를 규칙적으로 한다.	65(17.6)	157(42.4)	148(40.0)	42(18.6)	93(41.2)	91(40.3)	37(23.1)	69(43.1)	54(33.8)	F=3.259 P=0.516
아이스크림, 케이크, 스낵, 탄산음료(콜라, 사이다 등)를 간식으로 많이 먹는다.	6(1.6)	76(20.6)	287(77.8)	6(2.7)	54(23.9)	166(73.5)	5(3.1)	29(18.2)	125(78.6)	F=3.307 P=0.508
하루에 30가지 이상의 식품을 매일 섭취한다.	3(0.8)	49(13.4)	314(85.8)	2(0.9)	22(9.7)	202(89.4)	3(1.9)	31(19.6)	124(78.5)	F=9.323 P=0.054

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

다. 수입에 따른 조사자의 건강상태

조사가정의 소득수준에 따라 살펴본 건강상태, 체형, 운동량 등을 살펴보면 소득 수준이 450만원 이상인 가정일수록 본인이 건강하다고 생각하는 비율이 높았으며, 소득수준이 300만원 이하인 가정의 경우 보통이라고 대답하는 경우가 가장 많았다. 본인의 체형에 대해서는 살이 약간 찐 편이라고 대답하는 경우가 모든 조사가정에서 가장 많이 나타났다. 그러나 운동의 경우에는 소득수준이 450만원 이상인 경우가 매일 규칙적으로 운동을 하는 비율이 다른 가정에 비해 높았으며, 운동을 전혀 하지 않는다는 대답은 300만원 이하 가정의 조사자가 많았다.

표 3-65. 소득에 따른 조사자의 건강상태

		n(%)			
		300만원 이하	300만원 ~ 450만원	450만원 이상	$\chi^2$
건강상태	매우 건강하다	45(12.1)	33(14.5)	26(16.3)	F=16.766 P=0.033*
	약간 건강한 편이다	97(26.2)	42(18.5)	51(31.9)	
	보통이다	169(45.6)	125(55.1)	62(38.8)	
	약간 건강하지 못한 편이다	57(15.4)	25(11.0)	19(11.9)	
	매우 건강하지 못하다	3(0.8)	2(0.9)	2(1.3)	
체형	매우 마른편이다	5(1.3)	3(1.3)	2(1.3)	F=5.518 P=0.701
	약간 마른 편이다	46(12.3)	22(9.7)	18(11.3)	
	적당하다	112(30.0)	83(36.6)	61(38.1)	
	살이 약간 찐 편이다	168(45.0)	99(43.6)	65(40.6)	
	살이 많이 찐 편이다	42(11.3)	20(8.8)	14(8.8)	
운동량	거의 하지 않는다	120(32.3)	59(26.0)	48(30.0)	F=8.495 P=0.204
	불규칙적으로 가끔 하는 편이다	193(51.9)	128(56.4)	74(46.3)	
	매일 규칙적으로 한다	59(15.9)	40(17.6)	38(23.8)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

## 제4절 농산물 영양가치 평가 및 「농산물 영양정보」 데이터베이스 구축

### 1. 계절별 농산물 성분 분석을 통한 농산물 영양가치 평가

#### 가. 수분 함량

본 연구에서 분석한 식품별 4계절별 수분 함량은 표 4-1에서와 같으며, 한국영양학회와 미국 농무성에서 제시한 값도 참고자료로 제시하였다.

식품별 수분 함량은 한국영양학회의 분석치 및 USDA의 분석치와 매우 근접하였다. 분석한 4종의 과일은 대개 84-89%의 수분을 함유하였으며, 채소는 과일보다는 더 많은 수분을 보유하는 것으로 나타났으며 분석한 채소 중에서는 오이가 95% 정도의 수분을 함유하여 가장 수분 함유율이 높았다.

과일 중에 사과 및 배의 경우에는 봄, 여름에 가을, 겨울에 비해 수분 함량이 많은 경향을 보였으며 귤의 경우에는 겨울에 가장 수분 함량이 많았다. 반면 딸기는 가을에 수분 함량이 많았다. 채소 중에서는 양파의 경우 봄가을에 비해 6%나 수분량이 적었으며, 시금치는 여름에 가을에 비해 7.8% 수분량이 많았으며 가을, 겨울, 봄, 여름의 순서로 수분량이 증가하였다. 일반적으로 4 계절 간 큰 차이는 없었으나 시금치와 함께 깻잎이 계절 간 차이가 많아서 봄철의 깻잎이 가을철의 깻잎에 비해 6.5% 수분 함량이 적었다.

표 4-1. 계절별 식품 수분함량

(%)

식품	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	86.62	87.30	85.65	84.34	86.80	86.67
배	88.91	87.60	86.97	86.76	85.80	83.71
귤	84.31	86.63	85.80	87.24	80.10	87.60
딸기	83.10	-	87.95	86.90	91.50	90.95
배추	94.40	93.05	94.34	94.18	95.20	94.39
무	92.06	93.75	92.72	92.50	94.30	91.87
대파	88.83	88.82	86.34	86.02	91.10	-
양파	86.88	90.41	92.89	90.47	90.00	88.54
오이(껍질포함)	94.88	95.14	95.23	95.53	96.30	96.23
오이	94.99	95.41	95.74	95.97	96.30	96.73
호박	92.45	93.74	92.62	93.30	90.80	94.74
시금치	89.62	93.04	85.25	86.55	89.40	91.40
당근	88.51	89.93	88.39	90.09	89.60	88.29
꽃상추	93.09	93.94	93.05	92.42	93.00	96.26
일반상추	92.87	93.54	92.49	91.92	92.90	95.63
냉이	80.81	-	80.45	81.29	87.80	-
풋고추	91.68	91.91	93.59	92.83	91.30	92.50
콩나물	87.74	83.82	87.57	87.16	90.70	-
깻잎	79.64	85.78	86.09	83.86	87.60	-
미나리	93.51	93.68	92.57	94.33	93.00	89.40
브로커리	88.54	85.53	86.92	83.55	90.70	89.30
양송이	91.14	90.12	92.95	91.12	91.50	92.46

#### 나. 단백질 함량

본 연구에서 분석한 식품별 4계절별 단백질 함량은 표 4-2에서와 같으며, 한국영양학회와 미국 농무성에서 제시한 값도 참고자료로 제시하였다. 과일 4종과 채소 4종의 계절별 단백질함량은 그림 1과 그림 2에 제시하였다.

식품별 단백질 함량은 본 연구에서 분석한 식품에서는 2% 미만이었는 데, 과일은 1% 미만이었으며 채소에서는 오이가 0.1%대로 가장 낮았고 시금치, 꽃상추, 상추, 냉이, 콩나물, 깻잎, 양송이가 1%를 넘었다. 특히 콩나물의 머리부분으로 인하여 단백질 함량이 많았고, 깻잎도 2.03-4.63%로 단백질 함량이 많았는데 여름과 겨울의 깻잎이 봄과 가을에 비해 단백질 함량이 많았다. 가을철 과일인 사과, 배, 귤의 경우 봄철에 가장 단백질 함량이 많은 것으로 나타났다. 시금치와 당근은 가을철에 단백질 함량이 많았고, 상추는 여름과 가을보다는 봄과 겨울에 단백질 함량이 더 많았다.



표 4-2. 계절별 단백질 함량

(g/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	0.80	0.76	0.74	0.78	0.30	0.27
배	0.73	0.52	0.40	0.53	0.50	0.38
귤	0.74	0.66	0.52	0.56	0.90	0.63
딸기	0.58	-	0.63	0.67	0.80	0.67
배추	0.38	0.27	0.24	0.41	1.40	1.20
무	0.21	0.19	0.18	0.23	0.80	0.90
대파	0.64	0.62	0.33	0.41	1.50	-
양파	-	0.29	0.17	0.30	1.00	0.92
오이(껍질포함)	0.13	0.16	0.12	0.16	0.80	0.65
오이	0.13	0.14	0.12	0.15	0.80	0.59
호박	0.61	0.28	0.34	0.41	1.20	0.64
시금치	1.52	1.37	1.74	1.88	3.10	2.86
당근	0.53	0.57	0.62	0.46	1.00	0.93
꽃상추	1.55	1.04	1.14	2.14	1.20	0.81
일반상추	1.86	0.96	1.03	1.21	1.40	1.35
냉이	1.58	-	1.83	1.73	4.70	-
풋고추	0.53	0.61	0.56	0.64	1.60	0.90
콩나물	7.98	12.33	12.61	7.97	5.00	-
깻잎	3.35	4.20	2.03	4.63	3.90	-
미나리	0.30	0.53	0.44	0.41	1.50	2.60
브로커리	0.83	0.74	1.11	1.18	5.00	2.82
양송이	1.72	1.77	1.15	1.63	3.90	3.11

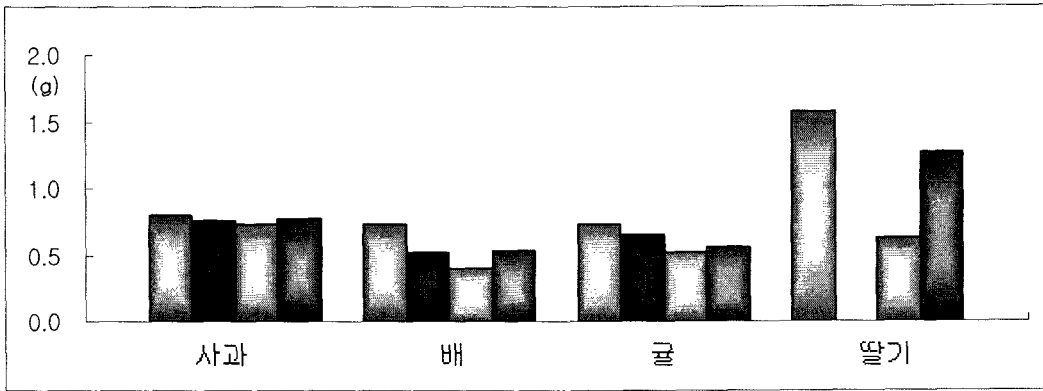


그림 4-1. 과일의 단백질 함량 (/100g)

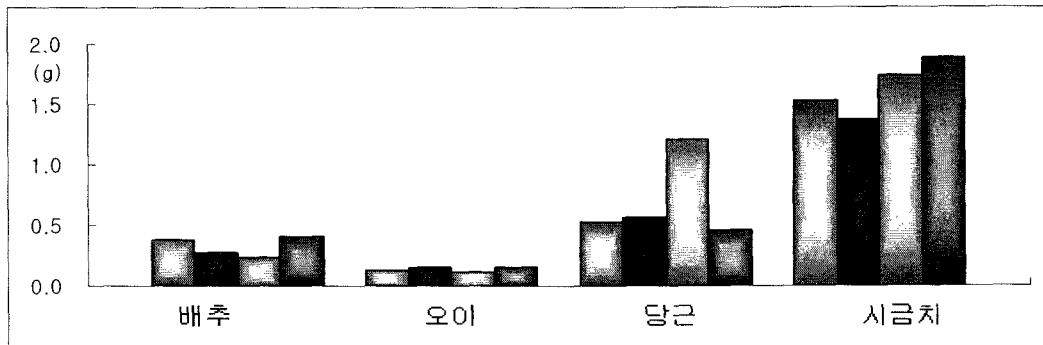


그림 4-2. 채소의 단백질 함량 (/100g)

#### 다. 지방 함량

본 연구에서 분석한 식품별 4계절별 지방 함량은 표 4-3에서와 같으며, 한국영양학회와 미국 농무성에서 제시한 값도 참고자료로 제시하였다. 과일 4종과 채소 4종의 계절별 지방 함량은 그림 4-3과 그림 4-4에 제시하였다.

식품별 지방 함량을 보면, 과일의 경우 귤이 사과나 배보다는 지방이 많았으며 채소에서는 콩나물이 1% 이상의 지방을 함유하는 것으로 나타났다. 많은 채소의 경우, 예를 들면, 오이, 시금치, 깻잎, 풋고추, 브로커리, 양송이는 겨울철에 더 많은 지방을 함유하는 것으로 나타났다.

표 4-3. 계절별 지방 함량

(g/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	0.26	0.18	0.14	0.17	0.50	0.13
배	0.12	0.25	0.15	0.16	0.20	0.12
귤	0.33	0.23	0.23	0.28	0.50	0.19
딸기	0.22	-	0.19	0.23	0.10	0.20
배추	0.20	0.15	0.15	0.19	0.10	0.30
무	0.10	0.11	0.08	0.11	0.10	0.10
대파	0.42	0.25	0.24	0.34	0.30	-
양파	-	0.11	0.11	0.25	0.20	0.08
오이(껍질포함)	0.16	0.14	0.11	0.13	0.10	0.11
오이	0.12	0.12	0.11	0.18	0.10	0.16
호박	0.33	0.22	0.25	0.23	0.10	0.05
시금치	0.79	0.55	0.84	0.90	0.50	0.39
당근	0.23	0.26	0.32	0.29	0.20	0.24
꽃상추	0.57	0.95	0.51	0.70	0.30	0.11
일반상추	-	0.55	0.55	0.61	0.20	0.22
냉이	0.85	-	0.87	0.80	0.70	-
풋고추	0.21	0.29	0.21	0.27	0.30	0.10
콩나물	1.33	1.89	1.58	1.51	1.40	-
깻잎	1.33	0.98	0.98	1.41	0.50	-
미나리	0.23	0.21	0.25	0.29	0.10	0.70
브로커리	0.64	0.57	0.57	0.97	0.30	0.37
양송이	0.48	0.43	0.23	0.63	0.30	0.34

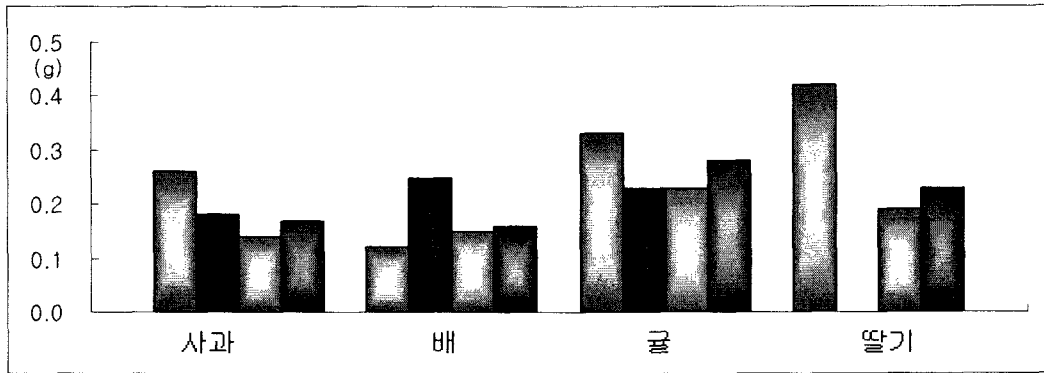


그림 4-3. 과일의 지방 함량 (/100g)

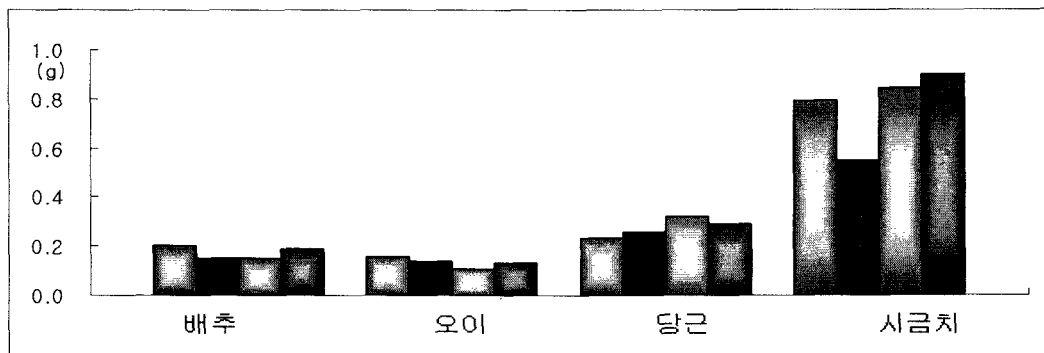


그림 4-4. 채소의 지방 함량 (100g)

#### 라. ascorbic acid 함량

본 연구에서 분석한 식품별 4계절별 아스코르빈산 함량은 표 4-4에서와 같으며, 한국영양학회와 미국 농무성에서 제시한 값도 참고자료로 제시하였다.

식품별 아스코르빈산 함량을 보면, 과일의 경우 귤이 사과나 배보다는 아스코르빈산이 많았으며 사과, 배, 귤의 경우 가을과 겨울에 봄과 여름에 비해 훨씬 많은 양의 아스코르빈산을 함유하고 있는 것으로 나타났다. 딸기의 경우에도 봄의 딸기가 가을이나 겨울의 딸기보다는 아스코르빈산 함유량이 많았다. 따라서 과일의 함유된 아스코르빈산은 계절에 훨씬 많음을 알 수 있었다. 채소의 경우에는 배추나 무에 함유된 아스코르빈산은 과일과 마찬가지로 가을과 겨울철에 함유량이 많았다. 그러나 오이, 당근, 호박, 상추, 풋고추, 미나리 등은 계절에 따른 차이가 분명하지는 않았다. 전반적으로 과일보다는 채소에 들어있는 아스코르빈산 함량이 더 높은 경향을 나타내었다.

표 4-4. 계절별 ascorbic acid 함량

(mg/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	3.3	2.6	6.9	6.3	6.0	4.0
배	1.8	2.5	4.5	4.8	4.0	4.2
귤	28.6	35.2	43.2	45.0	35.0	30.8
딸기	51.1	-	39.1	42.3	82.0	58.8
배추	16.5	11.2	26.5	29.0	28.0	27.0
무	3.5	7.3	11.1	12.8	15.0	21.0
대파	27.0	26.1	26.4	25.0	21.0	-
양파	-	9.1	12.3	10.2	8.0	6.4
오이(껍질포함)	21.3	20.1	19.8	19.3	10.0	2.8
오이	17.3	16.5	15.1	16.2	10.0	3.2
호박	32.1	28.5	31.6	42.5	40.0	4.6
시금치	43.1	35.3	56.0	60.2	65.0	28.1
당근	43.5	38.7	45.5	38.4	6.0	5.9
꽃상추	30.2	26.3	28.7	30.1	19.0	3.9
일반상추	12.5	11.0	13.6	13.5	17.0	3.7
냉이	44.2	-	41.5	38.7	74.0	-
풋고추	19.7	17.6	13.8	15.4	72.0	68.0
콩나물	-	38.4	-	74.2	8.0	-
깻잎	64.3	46.1	41.5	47.3	55.0	-
미나리	13.5	13.4	15.9	12.5	10.0	69.0
브로커리	23.0	20.4	17.4	41.0	98.0	89.2
양송이	0	0	0	0	3.0	2.4

#### 마. $\beta$ -carotene 함량

본 연구에서 분석한 식품별 4계절별  $\beta$ -carotene 함량은 표 4-5에서와 같으며, 한국영양학회와 미국 농무성에서 제시한 값도 참고자료로 제시하였다. 과일 4종과 채소 4종의 계절별  $\beta$ -carotene 함량은 그림 4-5과 그림 4-6에 제시하였다.

일반적으로  $\beta$ -carotene은 황색을 띠며 식품 중 채소에 다량 함유되어 있는 것으로 알려진다. 본 연구에서 과일은 사과, 배, 귤, 딸기를 분석하였는데, 한국영양학회 자료에서 사과나 배는  $\beta$ -carotene이 없는 것으로 분석되었으나 본 연구에서 보면 사과나 배도 소량의  $\beta$ -carotene을 함유하는 것으로 나타났다. 계절에 따라 9-26 $\mu$ g을 함유하는 것으로 분석되었는데 이는 미국 농무성의 사과 17 $\mu$ g, 배 13 $\mu$ g과 비슷한 함량이다. 귤은 사과나 배보다는 많은 양의  $\beta$ -carotene을 포함하고 있으며 특히 가을과 겨울의 귤에는 다량의  $\beta$ -carotene 이 함유되어 있음을 알 수 있었다. 채소 중에서는 시금치, 당근, 냉이, 깻잎, 미나리, 브로커리가 1000 $\mu$ g 이상의  $\beta$ -carotene을 함유하고 있으며 깻잎이 9000 $\mu$ g 정도, 당근이 5000 $\mu$ g 정도의 다량의  $\beta$ -carotene을 함유하고 있는 것으로 나타났다. 호박, 시금치, 풋고추와 같은 채소는 다른 계절에 비해 겨울에  $\beta$ -carotene 함유량이 많으나 식품에 따라 계절별 차이는 다소 다르게 나타났다.

표 4-5. 계절별  $\beta$ -carotene 함량

( $\mu\text{g}/100\text{g}$ )

	봄	여름	가을	겨울	농진청	미국USDA
사과	20	26	24	13	0	17
배	9	12	21	15	0	13
귤	89	40	97	101	16	151
딸기	5	-	0	0	12	7
배추	50	45	68	63	37	190
무	25	28	53	44	46	-
대파	98	123	135	192	3775	-
양파	0	0	0	0	0	1
오이(깍질포함)	22	37	28	34	146	45
오이	22	48	27	41	-	31
호박	301	364	360	525	840	670
시금치	1654	1332	1723	1907	3640	5626
당근	5951	6385	4145	5330	7540	5774
꽃상추	179	202	153	135	2191	192
일반상추	335	315	349	487	1612	1987
냉이	1287	1621	1481	-	1163	-
풋고추	554	509	523	789	312	410
콩나물	6	7	6	6	0	-
깻잎	9994	9958	9540	9059	9319	-
미나리	1770	1827	1815	1576	1499	4150
브로커리	1470	1442	1226	1428	766	383
양송이	2	4	4	4	0	0

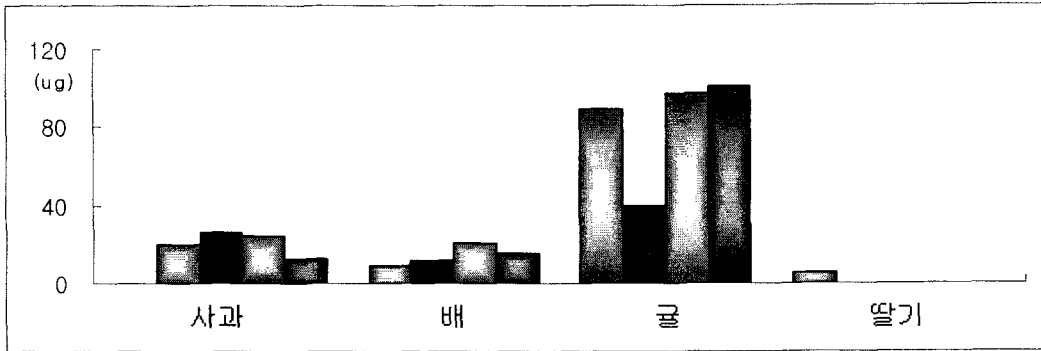


그림 4-5. 과일의  $\beta$ -carotene 함량 (/100g)

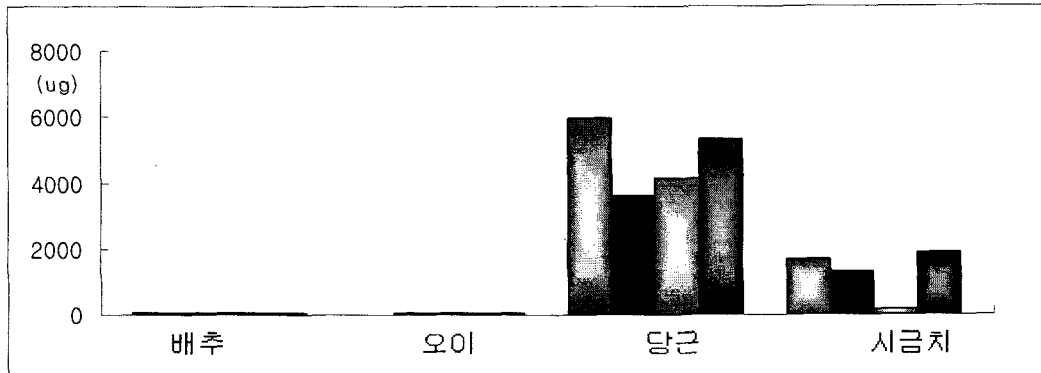


그림 4-6. 채소의  $\beta$ -carotene 함량 (/100g)

#### 바. 무기질 함량

본 연구에서는 채소와 과일에 다량 함유되어있는 무기질로 Na, K, Mg, Ca, P, Fe를 분석하여 mg 단위로 제시하였으며 Cr, Mn, Cu, Zn, Se, Al 등은  $\mu$ g 단위로 제시하였다. 또한 한국영양학회와 미국 농무성에서 제시한 값도 참고자료로 제시하였다.

#### 가) Na

식품별 함유되어있는 Na 함량은 표 4-6에서와 같다. 사과에는 가을에 가장 Na 함량이 많은 것으로 나타났고 반면 귤에는 가을에 가장 적었다. 채소 중에는 시금치, 당근, 상추에 비교적 다량의 Na가 들어있음을 알 수 있었다.



표 4-6. 계절별 Na 함량

(mg/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	1.98	2.53	7.04	2.42	4.00	0.00
배	1.98	3.74	3.30	1.10	3.00	1.00
귤	8.69	5.83	1.76	8.03	3.00	1.00
딸기	4.19	-	4.84	6.38	2.00	1.00
배추	3.41	-	6.16	8.14	8.00	9.00
무	13.88	10.12	7.70	6.49	13.00	67.00
대파	8.25	3.19	5.52	2.75	1.00	-
양파	-	3.74	1.76	4.51	5.00	3.00
오이(껍질포함)	2.86	1.54	2.42	4.18	6.00	2.00
오이	3.52	1.87	1.65	1.98	6.00	2.00
호박	3.74	1.32	1.98	4.18	6.00	3.00
시금치	21.56	41.47	16.38	15.62	54.00	79.00
당근	22.66	12.21	34.54	20.57	29.00	69.00
꽃상추	16.5	10.23	34.68	28.16	5.00	9.00
일반상추	12.32	14.19	29.15	17.71	4.00	5.00
냉이	-	-	5.94	5.72	15.00	-
풋고추	4.73	3.63	2.20	4.51	10.00	1173.00
콩나물	12.10	9.13	6.27	13.09	3.00	-
깻잎	13.53	3.41	5.06	9.35	11.00	-
미나리	11.77	6.71	13.64	18.70	18.00	14.00
브로커리	8.14	5.72	8.91	17.60	10.00	33.00
양송이	7.59	8.91	5.61	3.85	3.00	4.00

나) K

식품별 함유되어 있는 K 함량은 표 4-7에서와 같이 다른 무기성분보다 많은 양이다. 과일 중에는 딸기에 가장 많았다. 채소 중 오이, 배추, 호박의 경우 가을철에 가장 K 함량이 많았으며 채소에 들어있는 K 함량은 거의 비슷한 수준임을 알 수 있었다.

표 4-7. 계절별 K 함량

(mg/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	32	106	96	62	110	90
배	67	197	156	89	175	119
귤	43	70	50	1051	178	157
딸기	148	-	170	148	2536	153
배추	138	-	223	166	210	238
무	289	136	266	125	213	191
대파	171	106	217	90	186	-
양파	-	184	136	139	141	144
오이(껍질포함)	145	173	240	111	165	147
오이	213	125	184	128	165	136
호박	176	176	282	210	201	253
시금치	853	806	681	568	502	558
당근	345	228	173	326	362	320
꽃상추	453	396	330	473	238	152
일반상추	471	450	296	582	319	238
냉이	-	-	236	148	288	-
풋고추	124	205	170	114	246	187
콩나물	196	281	224	197	217	-
깻잎	326	452	104	509	303	-
미나리	190	194	520	307	412	606
브로커리	373	409	473	568	307	316
양송이	431	626	282	280	550	314

## 다) Mg

식품별 함유되어있는 Mg 함량은 표 4-8에서와 같다. 딸기에는 봄철에 가장 Mg 함량이 많았으며 사과, 배, 귤에는 가을과 겨울에 Mg 함량이 많아 제철 과일에 Mg 함량이 가장 많음을 알 수 있었다. 채소에는 제철에 함량이 많은 뚜렷한 경향을 볼 수 없었으나 시금치와 깻잎에 다른 채소에 비해 Mg 함량이 많았다.

표 4-8. 계절별 Mg 함량

(mg/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	0.88	2.42	2.31	4.29	-	4.00
배	1.76	5.28	5.72	3.19	-	7.00
귤	4.84	6.93	3.41	10.56	-	12.00
딸기	10.78	-	8.25	9.13	-	13.00
배추	3.08	-	8.14	5.61	-	13.00
무	14.85	3.63	6.38	2.75	-	11.00
대파	12.32	5.94	12.65	3.63	-	-
양파	-	10.34	5.72	5.61	-	10.00
오이(껍질포함)	6.71	11.33	17.38	6.16	-	13.00
오이	13.86	10.88	10.23	5.28	-	12.00
호박	11.99	11.99	10.23	13.09	-	22.00
시금치	75.68	82.17	48.73	57.75	-	79.00
당근	8.14	4.29	5.28	7.04	-	12.00
꽃상추	22.55	10.89	24.31	31.68	-	8.00
일반상추	13.42	13.42	18.26	15.29	-	13.00
냉이	-	-	20.13	11.99	-	-
풋고추	7.59	13.64	6.93	6.71	-	14.00
콩나물	25.41	30.91	24.09	25.52	-	-
깻잎	59.51	47.41	53.68	27.39	-	-
미나리	12.43	12.32	7.92	14.30	-	38.00
브로커리	16.83	13.97	43.67	45.65	-	21.00
양송이	10.45	15.73	6.16	5.50	-	9.00

## 라) Ca

식품별 함유되어 있는 Ca 함량은 표 4-9에서와 같다. 과일에 들어있는 Ca 함량은 한국영양학회의 자료값보다는 USDA 자료값에 근접함을 알 수 있었다. 사과와 귤의 경우에는 겨울철 사과가 Ca 함량이 많았으며 딸기에는 봄철 딸기에 Ca이 가장 많았고 배에는 가을 배가 가장 Ca이 많았다. 배추의 경우에는 가을 배추에 가장 많았다. 깻잎에 특히 Ca 함량이 많았으며 상추와 시금치에도 많이 함유되어 있었다. 그러나 계절 채소에 따른 Ca 함량의 특징은 뚜렷하지 않았다.

표 4-9. 계절별 Ca 함량

(mg/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	4.07	1.87	1.43	5.28	13.00	5.00
배	0.66	1.65	2.86	1.65	4.00	9.00
귤	6.05	11.11	5.72	18.48	42.00	14.00
딸기	22.44	-	5.94	9.68	13.00	16.00
배추	16.05	-	37.73	27.61	38.00	77.00
무	34.87	11.55	17.71	6.27	26.00	30.00
대파	27.83	19.80	50.71	19.57	81.00	-
양파	-	20.79	6.71	5.61	15.00	22.00
오이(껍질포함)	11.00	23.21	34.32	7.59	20.00	16.00
오이	25.52	16.06	18.59	8.47	20.00	14.00
호박	15.07	14.63	11.66	15.40	61.00	13.00
시금치	55.00	62.26	36.30	45.54	40.00	99.00
당근	21.01	11.88	14.30	18.81	38.00	33.00
꽃상추	85.47	54.23	52.80	85.14	56.00	20.00
일반상추	49.61	46.53	52.80	62.04	60.00	35.00
냉이	-	-	102.41	50.16	145.00	-
풋고추	7.26	8.36	6.71	5.72	13.00	7.00
콩나물	32.23	37.18	28.60	29.26	31.00	-
깻잎	236.61	181.61	243.10	187.55	198.00	-
미나리	21.23	19.80	23.21	33.22	24.00	81.00
브로커리	31.13	24.97	94.49	83.49	64.00	47.00
양송이	2.09	4.29	0.88	1.21	6.00	3.00

마) P

식품별 함유되어 있는 P 함량은 표 4-10에서와 같다. 과일에 들어있는 P 함량은 Ca의 경우와 마찬가지로 한국영양학회의 자료값보다는 USDA 자료값에 근접함을 알 수 있었다. 양송이와 브로커리에 특히 다량의 P이 함유되어 있음을 알 수 있었다.

표 4-10. 계절별 P 함량

(mg/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	6.97	8.36	7.48	11.99	14.00	11.00
배	5.08	8.80	8.80	5.61	35.00	11.00
귤	5.83	8.14	14.40	14.52	13.00	10.00
딸기	16.94	-	24.42	21.78	27.00	24.00
배추	13.86	-	28.82	15.84	45.00	29.00
무	19.80	8.14	23.87	15.17	23.00	27.00
대파	12.21	12.98	18.37	10.12	35.00	-
양파	-	28.93	23.43	27.97	34.00	27.00
오이(겉질포함)	15.29	27.06	34.32	15.95	29.00	24.00
오이	35.86	19.25	21.89	15.29	29.00	21.00
호박	27.06	20.35	27.72	26.18	24.00	40.00
시금치	61.27	45.87	45.32	28.49	29.00	49.00
당근	17.60	16.50	11.33	16.06	37.00	35.00
꽃상추	33.66	13.97	37.51	27.83	36.00	22.00
일반상추	26.40	22.00	23.54	31.79	51.00	33.00
냉이	-	-	51.37	31.35	88.00	-
풋고추	19.36	25.63	17.49	12.62	38.00	17.00
콩나물	67.54	82.39	67.54	72.16	62.00	-
깻잎	24.86	31.79	80.63	40.48	58.00	-
미나리	22.11	30.80	42.35	24.42	45.00	76.00
브로커리	61.60	58.52	101.2	130.57	195.00	66.00
양송이	100.21	67.31	60.5	57.2	88.00	85.00

바) Fe

식품별 함유되어 있는 Fe 함량은 표 4-11에서와 같다. 과일에 들어있는 Fe 함량은 사과, 배, 귤, 사과의 경우에는 겨울철에 많았으며 딸기의 경우에는 봄철이 많았다. 시금치, 상추, 깻잎에는 1% 이상의 Fe이 함유되어 있음을 알 수 있었다.

표 4-11. 계절별 Fe 함량

(mg/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	0.30	0.18	0.19	0.29	1.20	0.07
배	0.12	0.18	0.25	0.14	0.20	0.17
귤	0.22	0.26	0.19	0.43	0.40	0.10
딸기	0.69	-	0.24	0.30	0.40	0.42
배추	0.21	-	0.29	0.23	0.40	0.31
무	0.40	0.13	0.25	0.17	0.70	0.30
대파	0.41	0.26	0.53	0.28	1.00	-
양파	-	0.30	0.20	0.22	0.30	0.10
오이(껍질포함)	0.14	0.22	0.31	0.13	0.30	0.20
오이	0.29	0.18	0.22	0.11	0.30	0.22
호박	0.31	0.22	0.23	0.31	2.40	0.35
시금치	1.00	1.08	1.13	1.64	2.60	2.71
당근	0.47	0.26	0.35	0.36	0.70	0.30
꽃상추	0.79	0.72	0.84	1.32	2.10	0.35
일반상추	1.30	0.57	0.66	0.64	1.10	1.24
냉이	-	-	10.40	4.31	58.00	-
풋고추	0.32	0.43	0.29	0.35	0.50	0.50
콩나물	0.56	0.73	0.53	0.57	0.60	-
깻잎	1.55	3.87	1.61	1.51	3.10	-
미나리	0.32	0.38	1.53	0.30	2.00	1.30
브로커리	0.65	0.59	1.19	1.72	1.50	0.73
양송이	0.35	0.84	0.40	0.37	1.00	0.52

사) Cr

식품별 함유되어 있는 Cr 함량은 표 4-12에서와 같다. 식품별 Cr 함량에 대한 한국영양학회나 미국 농무성에서의 분석자료는 없다. 사과와 배의 경우 가을과 겨울에 Cr 함량이 많고 배와 귤의 경우에도 겨울철 Cr 함량이 많았다. 그러나 다른 무기질과 마찬가지로 딸기는 봄철 딸기에 가장 많이 들어있는 것으로 나타났다. 그리고 오이, 무, 상추 등은 여름철에 가장 함량이 적었다. 미량이어서인지 계절별 식품 내 함량은 차이가 많았다.

표 4-12. 계절별 Cr 함량

( $\mu\text{g}/100\text{g}$ )

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	38.5	82.4	101.2	147.4	-	-
배	16.2	19.9	11.0	94.6	-	-
귤	83.6	82.5	94.0	100.1	-	-
딸기	181.5	-	137.5	141.9	-	-
배추	25.3	-	35.2	27.5	-	-
무	70.4	34.1	40.7	39.6	-	-
대파	72.6	74.8	103.4	63.8	-	-
양파	-	112.2	57.2	85.8	-	-
오이(껍질포함)	27.5	44.0	58.3	50.6	-	-
오이	49.5	47.3	51.7	41.8	-	-
호박	84.7	62.7	56.1	63.8	-	-
시금치	82.5	89.1	105.6	90.2	-	-
당근	116.6	59.4	88.0	97.9	-	-
꽃상추	40.7	31.9	40.7	47.3	-	-
일반상추	58.7	41.8	41.8	56.1	-	-
냉이	-	-	201.3	104.5	-	-
풋고추	62.7	83.6	47.3	67.1	-	-
콩나물	77.0	107.8	86.9	105.6	-	-
깻잎	106.7	119.9	141.9	96.8	-	-
미나리	47.3	55.0	58.3	33.0	-	-
브로커리	110.8	118.8	138.6	205.7	-	-
양송이	99.0	128.7	58.3	84.7	-	-

아) Mn

식품별로 함유되어있는 Mn 함량은 표 4-13에서와 같다. 다른 무기질에서와 같이 Mn 함량도 사과, 배, 귤은 봄과 여름에 비해 가을과 겨울에 Mn 함량이 많았으며 딸기는 봄철에 가장 많았다. 미국 농무성의 자료와 비교해보면 식품별 Mn 함량은 거의 근접하였으며 다른 미량원소와 마찬가지로 시금치, 냉이, 깻잎, 미나리 등에 Mn 함량이 많음을 알 수 있었다.

표 4-13. 계절별 Mn 함량

(ug/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	9	28	14	24	-	38
배	18	51	59	45	-	49
귤	24	31	39	89	-	32
딸기	217	-	10	95	-	386
배추	29	-	63	43	-	149
무	123	66	210	20	-	134
대파	136	54	67	22	-	-
양파	-	92	92	95	-	132
오이(껍질포함)	48	80	125	26	-	79
오이	61	58	71	23	-	73
호박	70	80	55	103	-	178
시금치	849	413	837	246	-	897
당근	44	17	58	62	-	143
꽃상추	254	443	151	129	-	131
일반상추	152	237	81	108	-	179
냉이	-	-	662	298	-	-
풋고추	49	96	47	47	-	138
콩나물	278	337	263	253	-	-
깻잎	2246	2658	1290	2226	-	-
미나리	585	525	1090	302	-	553
브로커리	558	331	299	389	-	210
양송이	51	73	40	32	-	46



자) Cu

식품별 함유되어있는 Cu 함량은 표 4-14에서와 같다.

표 4-14. 계절별 Cu 함량

(ug/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	11	13	-	114	-	31
배	19	4	-	23	-	82
귤	63	51	6	81	-	28
딸기	341	-	15	96	-	48
배추	26	-	15	33	-	36
무	147	1	12	21	-	85
대파	97	46	17	13	-	-
양파	-	56	26	62	-	38
오이(겉질포함)	39	45	62	50	-	41
오이	67	32	32	33	-	71
호박	76	36	14	67	-	86
시금치	100	89	62	66	-	130
당근	50	14	24	86	-	45
꽃상추	88	53	47	74	-	25
일반상추	110	47	29	76	-	16
냉이	-	-	163	161	-	-
풋고추	64	79	29	46	-	101
콩나물	157	114	168	163	-	-
깻잎	266	142	215	630	-	-
미나리	95	38	122	111	-	170
브로커리	144	48	70	253	-	49
양송이	242	354	195	173	-	319

차) Zn

식품별 함유되어있는 Zn 함량은 표 4-15에서와 같다.

표 4-15. 계절별 Zn 함량

(ug/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	19	39	-	169	-	50
배	6	42	29	33	-	100
귤	-	48	15	51	-	240
딸기	36	-	37	56	-	140
배추	84	-	107	144	-	230
무	270	19	89	32	-	270
대파	248	153	312	48	-	-
양파	-	142	92	91	-	160
오이(껍질포함)	28	170	203	86	-	200
오이	155	156	110	71	-	170
호박	127	105	64	171	-	180
시금치	771	689	1198	374	-	530
당근	39	24	95	223	-	240
꽃상추	249	179	165	164	-	160
일반상추	207	184	158	528	-	200
냉이	-	-	2619	175	-	-
풋고추	86	109	49	61	-	170
콩나물	329	389	263	326	-	-
깻잎	387	225	1108	2453	-	-
미나리	160	98	256	184	-	230
브로커리	444	36	611	1069	-	410
양송이	379	567	245	209	-	520

### 카) Se

식품별 함유되어 있는 Se 함량은 표 4-16에서와 같다. 채소보다는 과일에 다소 많은 Se이 함유되어 있음을 알 수 있었다. 채소 중 특히 대파, 양파, 당근, 냉이, 콩나물, 깻잎, 브로커리 등에 10 $\mu$ g 정도의 Se가 함유되어 있다. 전반적으로 본 연구에서 분석한 채소나 과일에서 미국의 자료보다는 더 많은 양의 Se를 함유하고 있음을 알 수 있었다.

표 4-16. 계절별 Se 함량

( $\mu$ g/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	10.01	9.57	17.71	20.02	-	0
배	9.24	9.35	17.27	19.25	-	0.10
귤	11.00	19.47	10.67	13.53	-	0.50
딸기	3.52	-	12.32	10.12	-	0.40
배추	5.83	-	5.17	5.28	-	0.60
무	10.34	6.60	8.03	9.90	-	0.70
대파	11.33	9.24	13.64	9.79	-	-
양파	-	14.63	8.36	11.00	-	0.50
오이(깍질포함)	6.05	5.28	5.28	4.18	-	0.30
오이	5.17	6.05	5.06	3.74	-	0.10
호박	7.59	6.37	8.91	8.36	-	0.20
시금치	7.59	11.22	10.34	6.27	-	1.00
당근	17.05	6.27	10.12	12.54	-	1.00
꽃상추	5.72	4.07	4.62	6.27	-	0.50
일반상추	6.60	2.75	4.84	7.37	-	0.60
냉이	-	-	13.75	10.67	-	-
풋고추	5.39	7.15	5.72	7.15	-	0.30
콩나물	5.94	11.55	7.26	12.43	-	-
깻잎	17.93	5.17	7.26	14.41	-	-
미나리	2.97	4.40	4.18	5.50	-	0.90
브로커리	6.49	11.55	12.98	21.78	-	2.50
양송이	11.66	2.20	5.94	7.26	-	8.90

타) AI

식품별 함유되어 있는 AI 함량은 표 4-17에서와 같다. 식품에 들어있는 AI 함량은 100g당 5 $\mu$ g 이하의 극소량인데 보관하는 과정에서 은박지에 싸서 둔 영향도 있는 것으로 추측되기도 한다.

표 4-17. 계절별 AI 함량

( $\mu$ g/100g)

	봄	여름	가을	겨울	한국영양학회	USDA
사과	0.44	0.33	0.33	0.55	-	-
배	0.55	0.33	0.44	0.33	-	-
귤	1.43	0.55	0.66	1.98	-	-
딸기	4.29	-	0.22	1.87	-	-
배추	0.66	-	0.33	1.10	-	-
무	2.53	0.11	0.00	0.66	-	-
대파	3.08	0.55	0.55	0.99	-	-
양파	-	0.33	0.11	0.33	-	-
오이(껍질포함)	0.77	0.22	0.22	0.99	-	-
오이	1.43	0.22	0.22	0.55	-	-
호박	0.66	0.22	0.11	1.32	-	-
시금치	3.30	1.54	1.87	5.28	-	-
당근	3.19	0.11	0.55	3.08	-	-
꽃상추	2.53	0.77	1.43	2.31	-	-
일반상추	2.64	0.55	0.77	1.10	-	-
냉이	-	-	3.19	10.34	-	-
풋고추	0.88	0.77	0.33	1.21	-	-
콩나물	0.88	0.44	0.33	0.77	-	-
깻잎	3.85	6.71	0.66	1.87	-	-
미나리	1.54	0.44	4.40	0.99	-	-
브로커리	0.88	0.33	0.33	2.31	-	-
양송이	0.77	0.33	0.55	0.44	-	-

## 2. 농산물 영양가치정보 database 구축

### 가. 농산물의 영양성분 database 구축

#### 1) 수집 정리된 농산물 수

국내의 문헌을 통하여 크게 3대 열량영양소와 비타민, 무기질을 포함한 일반성분과 특수성분으로 지방산과 아미노산에 관련된 자료를 수집 정리하였으며, 정리된 자료를 연구방법에서 제시한 screening 과정을 거쳐 수정 및 최종적으로 정리된 농산물의 수는 표 4-18과 같다. 최종적으로 정리된 농산물의 자료수를 보면 채소류, 곡류, 육류, 과실류, 우유 및 유제품, 두류 등의 순으로 정리되었다.

표 4-18 . Screening 과정을 거쳐 최종적으로 정리된 농산물의 수

구분	일반성분	지방산	아미노산
곡류 및 그 제품	782	109	177
감자 및 전분류	85	11	17
당류 및 그 제품	86	2	22
두류 및 그 제품	300	90	131
종실류 및 그 제품	169	37	72
채소류	1028	121	315
버섯류	107	14	32
과실류	608	35	211
육류 및 그 제품	695	232	235
난류	67	22	28
우유 및 유제품	138	39	56
유지류	71	30	21
음료 및 주류	200	5	80
조미료류	201	21	52
기타(가공식품)	103	6	23
총 합	4640	779	1472

## 2) Database화 과정

Screening 과정을 거쳐서 최종적으로 정리된 농산물의 코드 부여 과정은 각국의 코드 부여 체계를 비교 분석하여 국내의 식품영양성분의 코드체계 구축에 기본 모델이 될 수 있는 체계를 다음과 같이 설정하였다. 이렇게 설정된 코드체계에 맞춰서 농산물의 코드를 부여하여 농산물의 영양성분을 database화 하였다. Database에 포함된 영양성분은 표 4-19와 같으며 각 database화한 농산물의 영양성분 자료는 표 4-20 ~ 표 4-22와 같다. 본 보고서에 제시된 자료 값은 예시일 뿐이며 최종적으로 정리된 수산식품의 영양성분은 부록에 제시하였다.

<div style="text-align: center;">&lt; 식품코드 부여 체계 &gt;</div>				
대분류	중분류	item	세분류	blank
2자리	1자리	3자리	2자리	1자리
<b>식품의 대분류</b>				
1. 곡류 및 그 제품	2. 감자 및 전분류	3. 당류 및 그 제품		
4. 두류 및 그 제품	5. 종실류 및 그 제품	6. 채소류		
7. 버섯류	8. 과실류	9. 육류 및 그 제품		
10. 난류	11. 유류 및 그 제품	12. 유지류		
13. 음료 및 주류	14. 조미료류	17. 기타(가공식품)		
<b>식품의 item</b> : 식품고유코드, 즉 식품명 순으로 일련번호 부여 <b>식품의 세분류</b> : 동일 식품 중 가공여부에 따라 코드번호 부여 <b>blank</b> : 여분의 코드로 새로운 식품명이 추가될 경우를 대비한 코드				

표 4-19. 조사 정리된 농산물의 영양성분 자료

구 분	영양소 종류
일반성분	에너지, 수분, 단백질, 지질, 당질, 섬유소, 회분, 무기질(칼슘, 인, 철, 나트륨, 칼륨), 비타민(비타민 A(레티놀, 베타카로틴), 비타민 B <sub>1</sub> , 비타민 B <sub>2</sub> , 나이아신, 비타민 C)
지방산	콜레스테롤, 총지방산, 포화지방산(7종), 단일불포화지방산(7종), 다불포화지방산(10종)
아미노산	단백질, 이소루신, 루신, 라이신, 발린, 메티오닌, 시스테인, 페닐알라닌, 티로신, 트레오닌, 트립토판, 히스티딘, 아르기닌, 알라닌, 아스파탐산, 글루탐산, 글리신, 프롤린, 세린

표 4-20. 농산물의 영양성분 예시 (일반성분)

식품코드	국명	영명	에너지	수분	단백질	지방	탄수화물		무기질						비타민 A			비타민 B1	비타민 B2	나이아신	비타민 C	자료 출처
							당질	섬유소	회분	칼슘	인	철	나트륨	칼륨	ff	Retinol	β-Carotene					
							g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μg	μg	μg					
cal	%	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	μg	μg	μg	mg	mg	mg	mg			
11000010	고량미	Great millet	349.00	13.80	10.10	3.70	67.80	3.30	1.30	36.00	213.00	3.60	-	-	-	0.00	0.00	0.20	0.27	1.80	0.00	한국
11000020	귀리, 알곡	Oats, Whole grain	317.00	12.50	13.00	6.20	54.70	10.60	3.00	55.00	320.00	4.60	4.00	520.00	-	0.00	0.00	0.30	0.10	1.50	0.00	한국
11000030	귀리, 도정곡, 질귀리	Oats, Polished grain, Covered oats	335.00	9.40	11.40	3.70	63.10	10.40	2.00	16.00	175.00	6.60	2.00	574.00	-	0.00	0.00	0.13	0.21	2.30	0.00	한국
11000040	귀리, 도정곡, 쌀귀리	Oats, Polished grain, Naked oats	372.00	9.70	14.30	3.80	69.20	1.20	1.80	18.00	183.00	7.00	3.00	385.00	-	0.00	0.00	0.15	0.46	2.20	0.00	한국
11000050	귀리, 소맥분	Oat flour	366.00	11.00	12.20	7.20	67.80	4.60	1.80	27.00	35.00	13.60	2.20	319.00	3.00	-	20.00	0.39	0.04	3.90	-	중국
11000060	귀리, 가공품	oats, processed, tinned	375.00	10.00	11.80	4.00	72.90	-	1.30	48.00	282.00	4.20	8.00	242.00	5.00	0.00	32.00	0.46	0.09	0.80	0.00	Asia
11000070	오트밀가루	Oatmeal powder	372.00	11.50	13.50	5.60	66.50	1.10	1.80	30.00	360.00	3.40	3.00	360.00	-	0.00	0.00	0.20	0.08	1.10	0.00	한국
11000080	오트밀죽, 된것	Rice gruel, w/tripe	53.00	87.30	2.00	1.30	8.30	-	1.10	40.00	13.00	0.40	-	-	98.00	95.00	15.00	0.01	0.02	0.30	0.00	Asia
11000090	오트밀죽, 묽은 것	Rice gruel, thin	71.00	82.80	1.40	1.10	13.90	0.20	0.80	7.00	15.00	0.00	-	-	0.00	0.00	0.00	0.01	0.02	0.20	0.00	Asia
11000100	오트밀죽, 초코와 우유가 들어간 것	Rice gruel, w/chocolate and milk	97.00	75.80	1.70	0.20	22.00	-	0.30	27.00	34.00	?	-	-	16.00	15.00	5.00	0.02	0.07	0.20	0.00	Asia
11000110	오트밀 후레이크	Oatmeal flake	367.00	9.20	15.00	6.70	66.90	5.30	2.20	186.00	291.00	7.00	3.70	214.00	-	-	-	0.30	0.13	1.20	-	중국

표 4-21. 농산물의 영양성분 예시 (아미노산)

(mg/100g)

식품코드	국문명	영문명	Ile	Leu	Lys	Met	Cys	SAA	Phe	Tyr	AAA	Thr	Trip	Val	His	Arg	Ala	Asp	Glu	Gly	Pro	Ser
11000020	귀리, 알곡	Oats, Whole grain	231	488	306	125	94	219	325	169	494	250	81	375	131	388	281	506	1331	294	488	350
11000030	귀리, 도정곡, 겉귀리	Oats, Polished grain, Covered oats	485	1108	653	225	197	422	715	381	1096	438	224	711	256	836	658	1089	3011	688	915	775
11000070	오트밀가루	Oatmeal powder	240	460	260	110	210	320	320	200	520	200	86	330	150	380	280	490	1300	320	340	270
11000130	기장, 알곡	Prosomillet, Whole grain	256	756	138	175	113	288	306	163	469	250	81	325	131	200	756	394	1388	156	650	438
11000140	기장, 탈곡하지 않은 것	Prosomillet, unhulled	530	1473	257	210	275	485	708	398	1106	432	253	735	439	240	1136	816		320	829	658
11000150	기장쌀	Broomcorn millet, hulled, yellow	407	1240	284	279	298	577	552	339	891	341	185	542	357	213	925	769	1518	245	836	522
11000170	메밀	Buckwheat, hulled	321	638	568	155	393	548	596	385	981	299	182	427	826	222	407	792	1533	413	543	417
11000180	메밀, 알곡	Buckwheat, Whole grain	466	426	395	110		110	250	-	-	312	82	420	-	630	-	-	-	-	-	-
11000190	메밀, 가루	Buckwheat, Buckwheat flour	230	410	370	120	160	280	290	150	440	240	100	320	170	590	260	610	1100	360	250	310
11000220	밀가공식품, 제분류, 밀가루, 중력분, 국내산	Wheat products, Wheat flour, Medium, Domestic	220	430	150	100	160	260	300	170	470	160	66	250	140	220	180	260	2000	220	800	300
11000240	밀가공식품, 제분류, 밀가루, 강력분	Wheat products, Wheat flour, Hard, imported	220	430	130	100	150	250	310	160	470	170	62	250	140	210	170	240	2200	210	920	290



표 4-22. 농산물의 영양성분 예시 (지방산)

식품코드	국문명	영문명	Cholesterol	총지방	총지방산	포화지방산	단일불포화지방산	다중불포화지방산	라우르산	미리스트산	미리스톨레산	팔미톨레산	스테아르산	올레산	리놀렌산	아라키드산	에이코사노산	에이코사디엔산	에이코사트리엔산	아라키돈산	에이코사헥사엔산	도코사노산			리놀레산	테트라코사노산			자료출처		
			mg	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g		g	g
11000170	메밀	Buckwheat, hulled		2.3	1.7	0.5	0.9	0.2		0.2		25.4	2.5	46.9	14.6	2.1	4.7														중국
11000190	메밀, 가루	Buckwheat, Buckwheat flour	0.0	3.1	2.7	0.6	1.1	1.0	-	0.1	-	16.3	0.3	2.1	37.8	33.8	2.1	1.8	3.5	-	-	-	2.0	-	-	-	-	-	0.6	한국	
11000220	밀가공식품, 제분류, 밀가루, 중력분, 국내산	Wheat products, Wheat flour, Medium, Domestic	0.0	1.8	1.5	0.4	0.2	0.9	-	0.2	-	26.2	-	1.2	10.4	58.2	3.2	0.1	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	한국
11000240	밀가공식품, 제분류, 밀가루, 강력분	Wheat products, Wheat flour, Hard, imported	0.0	1.8	1.5	0.4	0.2	0.9	-	0.2	-	26.2	-	1.3	10.4	58.1	3.2	0.1	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	한국
11000250	밀가공식품, 제분류, 밀가루, 박력분	Wheat products, Wheat flour, Soft, imported	0.0	1.7	1.4	0.4	0.2	0.9	-	0.2	-	26.2	-	1.2	10.4	58.2	3.2	0.1	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	한국
11000340	밀, 밀알	Wheat, Polished grain	0.0	-	-	-	-	-	?	0.1	-	18.2	0.1	1.4	15.9	58.4	3.7	0.2	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	한국
11000350	밀, 통밀	Wheat, Whole grain	0.0	3.0	2.4	0.5	0.3	1.5	?	0.2	-	21.2	?	1.1	13.8	58.6	4.1	0.1	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	한국	
11000360	밀, 밀배아	Wheat, Wheat germ	0.0	9.7	8.3	1.5	1.4	5.4	-	0.2	?	17.3	?	0.6	15.1	57.7	7.5	0.1	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	한국	
11000400	소맥분(밀가루), 정제된 것, 특1급	Wheat flour, refined, special grade 1		1.1	0.7	0.2	0.2	0.3		1.0		26.5	1.2	2.6	22.1	42.5	2.3	0.5											0.8	중국	
11000420	소맥분(밀가루), 표준등급	Wheat flour, standard grade		1.5	1.0	0.3	0.2	0.5		1.0		26.5	1.2	2.6	22.1	42.5	2.3	0.5											0.8	중국	
11000430	조제밀가루, 칼슘을 보강하여 만든 쌀, 밀, 설탕의 혼합가루	Calcium enriched formula, mixture of rice, wheat, sugar	29.0	1.3						0.7		22.3			29.8	47.2														중국	

## 나. 농산물의 건강기능성 데이터베이스 구축

### 1) 대상 농산물 선정 결과

농산물의 영양가치 평가를 위한 식품을 선정하기 위해 농촌경제연구원의 식품수급표, 농촌진흥청의 식품성분표 및 국민건강·영양조사에 제시된 다빈도 농산물을 기준으로 260여종의 농산물을 선정하여 이들 농산물의 건강기능성 자료를 평가한 결과 다음 표와 같이 234종이었다.

표 4-23. 영양가치 평가가 이루어진 농산물 목록

식품군	농산물 목록
곡류(14종)	귀리, 기장, 메밀, 밀, 보리, 수수, 쌀, 옥수수, 울무, 조, 찹쌀, 피, 현미, 호밀
감자 및 전분류(6종)	감자, 고구마, 곤약, 마, 칠파리, 토란
두류(8종)	강낭콩, 녹두, 대두, 동부, 완두콩, 잠두, 콩, 팥
견과류 및 종실류(14종)	개암, 깨, 도토리, 들깨, 땅콩, 마름, 밤, 은행, 잣, 참깨, 해바라기씨, 호도, 호박씨, 화분
채소 및 버섯류(140종)	가시오가피순, 가지, 감잎, 갓, 고들빼기, 고비, 고사리, 고수, 고추, 고추냉이, 고춧잎, 곤드레, 곰취, 공심채, 국수호박, 국화 꽃잎, 근대, 깨나물, 깻잎, 꽃양배추, 냉이, 녹색완두콩, 녹색콩나물, 녹차, 달래, 당귀, 당근, 더덕, 도라지, 쇠귀나물, 들나물, 수리취, 동아, 숙주나물, 두릅, 순무, 시금치(포항조), 싸미나, 마늘, 싹기름채소, 마타리, 싹추, 머위, 쑥, 명일엽(신선초), 쑥갓, 무, 썸바귀, 무순, 아기양배추, 무청, 아스파라거스, 물쑥, 아욱, 미나리, 아주까리잎, 미역취, 알로에, 민들레, 애호박, 바실, 야콘, 양배추, 상추, 배추, 양송이, 보리순, 양파, 부지갱이, 양하, 부추, 어수리, 붉은고추, 얼레지, 붉은양배추, 엄나무잎, 브로콜리, 엉겅퀴, 비름, 연근, 비트, 열무, 염교(락교), 산마늘, 영아자, 산부추, 오이, 삼나물, 오크라, 상추, 생강, 왜우산풀, 서양고추냉이, 우영, 셀러리, 울외장아찌, 솔장다리, 원추리, 송이버섯, 유채, 자운영, 잔대, 전호, 제비쑥, 좁혀당무(래디쉬), 죽순, 진달래, 절경이, 참나물, 참반디, 참죽, 청경채, 취나물, 치커리, 칠면초, 케일, 콜라비, 콩나물, 토란대, 토마토, 파, 파드득나물, 파슬리, 풋고추, 피망, 호박, 호박나물, 느타리버섯, 만가닥버섯, 목이버섯, 뽕나무버섯, 상황버섯, 석이버섯, 송이버섯, 양송이버섯, 영지버섯, 잎새버섯, 큰느타리버섯, 팽이버섯, 표고버섯
과일류(35종)	감, 귤, 금귤, 다래, 단감, 대추, 딸기, 라임, 레몬, 매실, 머루, 멜론, 모과, 무화과, 바나나, 배(돌배), 버찌, 복숭아, 사과, 산딸기, 살구, 석류, 소귀나무 열매, 수박, 앵두, 오디, 오렌지, 유자, 으름, 자두, 참다래, 참외, 탕자, 파인애플, 포도
기타(15종)	고로쇠나무수액, 누에동충하초, 누에분말, 메뚜기, 빈대기, 뽕잎, 삼백초, 솔잎, 송화가루, 수세미수액, 식용달팽이, 알로에, 인삼, 허브, 홍삼, 효모

## 2) 농산물 건강기능성 정보 데이터베이스

농산물의 건강기능성 정보는 영양성분, 기능성 성분과 특성, 가공 및 이용, 효능 등을 중심으로 정리하였으며, 국내외 연구결과들을 기반으로 하여 최근 연구동향을 요약 정리하였다. 농산물 건강기능성 정보 database의 기본 구성은 표 4-24와 같으며, 영양가치정보의 구성내용 일부만을 예시로 제시하고 그 외 농산물의 건강기능성 정보는 부록에 제시하였다.

표 4-24. 농산물 영양가치 정보 데이터베이스 구성

idx	일련번호
foodcode	식품코드
nutrition_value	건강기능성 정보 파일명( *.txt)

### <예시> 호박의 영양가치 정보

#### 호박(pumpkin)

○ **영양적 성분의 특징:** β-카로틴을 비롯하여 비타민 C나 호박잎의 식이섬유를 비교적 많이 포함하고 있어, 성인병의 예방 효과가 있는 영양소를 비교적 많이 포함하고 있다. 이밖에 다른 채소류와는 달리 당질이 많이 포함되어 있는 것이 특징이며, 이 당질은 녹말이 많고 유리당으로서 설탕과 포도당이 많으며, 소량의 과당, 엷당, 텍스트린도 포함한다. 따라서 호박의 단맛은 설탕과 포도당에 의한다. 호박씨에는 단백질, 지질이 많이 포함되어 있다. 단백질은 아미노산 조성이 좋은 양질이며 지방도 질이 우수한 필수 지방산을 함유하고 있고 머리를 좋게 하는 레시틴도 들어있어 지능발달에 도움이 되며 혈압을 낮춘다.

○ **특수성분:** 늙은 호박에는 이뇨작용이 있는 시트롤린을 포함하고 있으므로 늙은 호박죽을 복용하면 오줌이 잘 배설되고 산모의 붓기가 빠진 효능이 있다.

○ **효능:** 호박의 과육이나 씨는 약학적으로 암을 예방하는 것으로 기대되고 있다. 호박에 포함되어 있는 프로테아제, 트립신 저해물질의 작용으로 장관 내에서 바이러스와 발암물질이 활성화되는 것을 막아주고 있다.

○ **이용:** 산후부종과 당뇨병에 효과가 있으며 호박씨는 기침이 심할 때 구워서 설탕이나 꿀과 섞어 섭취하면 효과가 있고 젓이 부족한 산모가 섭취하면 젓이 많이 나온다고 전해지고 있다. 조충구제에는 과육을 썰어서 말려 가루로 하여 먹든가 또는 삶거나 구워서 먹어도 효과가 있다. 호박죽이나 호박국을 끓여 마시면 불면증, 뇌신경 불안증이 안정되어 수면 효과가 크다.

### 최근 연구 동향

호박은 박과에 속하는 일년생 덩굴성 초본으로 동양계 호박(*C. moschata* Duch.), 서양계 호박(*C. Maxima* Duch) 및 페루계 호박(*C. pepo* L.)으로 나누어진다.(조재선, 1993) 우리나라에서 재배되는 호박은 대부분 동양계에 속하고 품종과 종류는 여러 가지가 있지만 성숙도에 따라 애호박과 늙은 호박으로 구분하고 있다. 일반적으로 애호박은 음식의 주재료나 부재료로 이용하였으며, 늙은 호박의 경우 음식뿐만 아니라 위장이 약한 사람, 회복기의 환자, 산후 부종 제거 등의 약용으로도 이용하였다(Cho, 1981). 늙은 호박의 기능성분을 보면 항산화효과가 있는 것으로 알려진  $\alpha$ - 및  $\beta$ -carotene과, malic acid, citric acid, succinic acid와 같은 유기산, flavonoid 및 phenol 성분 등을 함유하고 있으며 이들 성분이 호박의 내부 섬유상부위에 많이 함유되어 있는 것으로 분석되었다(장상문 외, 2001, 박용곤 외, 1997).

최창본 등(1998)은 호박의 항암효과에 관련하여 쥐를 대상으로 행하였는데 그 결과 호박분말이 위암 출현과 발달을 현저히 감소시켰고, DMBA로 유도한 유선암의 개시 및 진전을 억제하는 효과가 있는 것으로 보고하였다. 이는 호박에 다량 함유되어있는 carotenoid 및 유기산, flavonoid, phenol 성분들에 의한 영향인 것으로 보인다. 그러므로 국내에서 전통적으로 이용되고 있는 늙은 호박의 기능성에 대한 좀더 다양한 연구가 진행되어야 할 것으로 보이며, 호박을 이용한 다양한 종류의 가공식품을 개발할 필요가 있다고 사료된다.

### 참고문헌

1. 박원기. 건강을 위한 식품선택. 도서출판 고려의학. p255~256, 2002
2. 서명자. 약이되는 좋은 먹거리. 태웅출판사. p166~169, 1998
3. Cho J.S. Food stuff. Geejeon Yeongusa, Seoul, Korea, 1981
4. 박용곤, 차환수, 박미원, 강운한, 석호문. 늙은 호박의 부위별 화학성분, 한국식품영양과학회지 26(4) : 639-646, 1997
5. 장상문, 박난영, 이주백, 안홍. 늙은 호박의 부위별 성분 비교. 한국식품영양과학회지 30(6) : 1038 - 1040, 2001
6. 장상문, 이주백, 안홍, 김지향, 박난영, 한춘지, 장경호. 호박 및 한방생약재 추출액이 마우스 혈액성상에 미치는 영향. 식품산업과 영양 7(1) : 40 - 44, 2002
7. 조재선. 식품재료학. 문운당, 1993
8. 최창본, 박용곤, 강운한, 박미원. 호박분말이 Sprague-Dawley 흰쥐에서 인위적으로 유발한 위암 및 유선암에 미치는 영향. 한국식품영양과학회지 27(5) : 973 - 979, 1998

위와 같이 정리된 농산물의 건강기능성 정보의 자료를 기준으로 각 농산물의 주요 기능, 즉 항암효과, 항산화효과, 항염증효과, 변비예방효과, 혈중지질 수준 저하 효과, 심혈관계질환 예방효과, 당뇨 예방, 자양강장 효과, 진통효과, 면역력 증진 효과 등을 중심으로 하여 각 농산물을 정리한 결과는 다음과 같다.

표 4-25. 농산물의 건강기능성 예시

농산물 목록	건강기능성	
곡류	귀리	혈중지질 수준저하, 당뇨예방, 항염증 효과, 항암효과, 변비예방효과
	기장	항암효과, 혈중지질 수준저하
	메밀	심혈관계질환 예방
	밀	항암효과, 심혈관계질환 예방, 진통효과
	보리	변비예방효과, 혈중지질 수준저하
	쌀	항염증효과
	옥수수	항암효과, 항산화효과, 혈중지질 수준저하, 당뇨예방, 이노작용
	울무	항암효과, 면역력 증진 효과, 이노작용
	조	항암효과, 변비예방효과
	현미	항암효과, 피부질환예방 및 치료효과
감자 및 전분류	감자	항암효과, 항산화효과, 항염증효과, 면역력 증진효과
	고구마	항암효과, 항산화효과, 변비예방효과, 심혈관계질환 예방효과
	곤약	항암효과, 혈중지질수준저하효과, 심혈관계질환 예방효과
	마	자양강장 효과, 피부질환 예방 및 치료효과
	췌뿌리	항염증효과, 조혈작용
	토란	변비예방효과, 진통효과, 조혈작용
두류	강낭콩	피부질환 예방 및 치료효과
	녹두	항염증효과, 심혈관계질환 예방효과, 이노작용
	대두	항암효과, 항산화효과, 장질환 및 변비예방 효과, 혈중지질 수준저하효과, 심혈관계질환 예방효과, 당뇨 예방, 골다공증 예방
	완두콩	장질환 및 변비예방 효과, 혈중지질 수준저하효과
	참두	항산화효과, 혈중지질 수준저하효과
	콩	항산화효과, 자양강장효과
	팥	항염증효과, 장질환 및 변비예방 효과, 혈중지질 수준저하효과, 이노작용
견과류 및 버섯류	개암	자양강장효과
	깨	항산화효과, 장질환 및 변비예방 효과, 혈중지질 수준저하효과
	도토리	비만예방 효과
	들깨	항암효과, 항산화효과, 혈중지질 수준저하효과
	땅콩	항산화효과
	마름	항암효과
	밤	자양강장효과, 피부질환 예방 및 치료효과
	은행	항산화효과, 심혈관계질환 예방효과, 자양강장효과
	잣	항산화효과, 장질환 및 변비예방 효과, 조혈작용, 자양강장효과
	참깨	항산화효과, 장질환 및 변비예방 효과, 혈중지질 수준저하효과, 조혈작용, 자양강장효과, 면역력 증진효과

(계속)

농산물 목록		건강기능성
견과류 및 버섯류	해바라기씨	항산화효과, 혈중지질 수준저하효과
	호도	항산화효과, 장질환 및 변비예방 효과, 혈중지질 수준저하효과, 심혈관계질환 예방효과, 자양강장효과
	호박씨	항산화효과, 심혈관계질환 예방효과, 자양강장효과
	화분	항산화효과, 혈중지질 수준저하효과, 조혈작용, 자양강장효과
채소류	가시오가피	항암효과, 항염증효과, 진통효과, 면역력 증진효과
	가지	항암효과, 항산화효과, 항염증효과, 심혈관계질환 예방효과, 피부질환 예방 및 치료효과
	감잎	항암효과, 항산화효과, 항염증효과, 당뇨예방
	갓	항암효과, 심혈관계질환 예방효과, 조혈작용, 골다공증예방 효과
	고들빼기	항암효과, 장질환 및 변비예방효과, 피부질환 예방 및 치료효과
	고비	구충효과, 자양강장효과
	고사리	심혈관계질환 예방효과, 조혈작용, 자양강장효과, 이뇨작용
	고수	이뇨작용
	고추	항암효과, 진통효과, 면역력 증진효과, 혈액순환 개선효과, 항비만효과
	고추냉이	방부제, 혈액순환 촉진, 면역력 증진 효과, 항산화효과, 항균효과
	곤드레	치질 치료제, 건위, 간장제, 진통효과, 이뇨작용, 지혈제
	곰취	피부질환 예방 및 치료효과, 항산화효과, 항암효과
	공심채	조혈작용
	국화꽃잎	해열, 진통효과, 자양강장효과, 혈중지질수준 저하, 심혈관계질환 예방효과, 탈모증 예방, 변비예방
	근대	장질환 개선 효과
	깨나물	해열작용, 소화촉진, 위 운동성 증진, 신장혈관자극
	깻잎	지혈작용, 조혈작용, 혈중지질수준 저하, 면역력 증진효과, 항산화효과
	꽃양배추	항암효과
	냉이	빈혈예방, 지혈작용, 진통효과, 변비예방, 심혈관계질환 예방효과
	녹색완두콩	항산화효과, 피부질환예방 및 치료효과, 성인병 예방
	녹색콩나물	항산화효과
	녹차	항산화효과, 항암효과, 혈중지질수준 저하효과, 항균, 항바이러스 효과, 충치예방, 항궤양, 항알레르기 효과, 이뇨작용, 항염증효과, 면역능력 증진효과
	달래	조혈작용, 신경안정제, 자양강장제, 위압, 조혈작용, 불면증치료제, 동맥경화예방
	당귀	면역력 증진효과, 항산화효과, 항암효과, 조혈작용
	당근	항산화효과, 항암효과, 면역기능 증진효과, 조혈작용, 야맹증 예방, 구충제, 이뇨작용, 변비예방, 혈중지질수준 저하효과

(계속)

농산물 목록	건강기능성
더덕	변비예방, 자양강장제, 피부질환예방 및 치료효과
도라지	여드름 억제 효과, 거담효과, 해열, 친식, 폐결핵 치료효과, 항염증효과
돌나물	항산화효과, 자양강장효과, 혈중 지질수준저하 효과, 골다공증 예방효과
동아	이노작용, 갈증치료 효과
두릅	변비예방, 당뇨병, 위장병, 신경쇠약증 예방 및 진통효과, 이노작용, 보온효과
마늘	거담제, 총혈제거제, 만성기관지염 예방, 혈중지질수준저하, 항산화효과, 항균·항바이러스 효과, 변비예방, 피부질환치료제, 항암효과
마타리	장질환 및 변비예방효과, 항염증효과
머위	변비예방, 거담제, 진통효과, 해독작용
명일엽 (신선초)	이노효과, 당뇨예방, 위장 보호, 항암효과, 자양강장효과, 항산화효과, 고지혈증 개선효과
무	진통효과, 거담효과
무순	이노작용
무청	감기, 기침, 두통 치료제, 조혈작용
물쭈	간기능 개선 효과
미나리	항암효과, 심혈관계질환예방효과, 장질환개선 효과
미역취	비뇨기계통 치료제, 진통효과, 항암효과, 이노작용, 거담작용
민들레	이노작용, 거담효과, 자양강장효과, 골다공증 예방
배추	항비만효과, 혈중지질수준 저하, 감기예방 및 치료효과, 변비예방
보리순	항산화효과, 면역력 증진효과
부지깅이	이노작용, 항산화효과, 항암효과, 거담효과
부추	자양강장제, 지혈작용, 조혈작용, 진통효과
붉은고추	항비만효과, 진통효과, 구충작용, 면역력 증진효과
브로콜리	항암효과, 효독작용, 면역력 증진효과, 조혈작용, 항산화효과
비름	피부질환 예방 및 치료효과, 변비예방, 해독작용, 항염증효과
비트	구충작용, 이노제
산마늘	항균효과, 항혈전작용, 자양강장효과
산부추	구충작용, 이노효과, 자양강장작용, 해독작용, 진통효과, 강심제 작용
삼나물	해독작용, 지혈작용, 자양강장작용
상추	수면제, 조혈작용, 진정효과
생강	항균작용, 항염증효과, 혈중지질수준저하 효과, 항산화효과
서양고추냉이	거위, 진통, 살균효과, 항산화효과
셀러리	진정작용, 변비예방, 심혈관계질환 예방효과
솔장다리	항암효과, 진통효과

(계속)

농산물 목록		건강기능성
채소류	쇠귀나물	조혈작용
	수리취	살균작용, 항염효과, 진통효과, 면역력 증진 효과, 항암효과, 진통효과, 피부질환 예방 및 치료효과
	숙주나물	피부질환 예방 및 치료효과
	순무	항암효과, 이뇨작용, 골연화증 예방, 피부질환 예방 및 치료효과
채소류	시금치	조혈작용, 변비예방, 항염증효과
	쌈추	조혈작용, 항게양효과, 변비예방, 항염증효과
	쑥	지혈작용, 진통효과, 조혈작용, 면역력 증진효과, 항염증효과, 피부질환 예방 및 치료효과, 해독 및 구충효과, 항산화효과
	씀바귀	항암효과
	아욱	항암효과, 항산화효과, 성인병 예방효과
	양배추	항균효과, 항암효과, 조혈작용, 위장질환예방
	양파	혈중지질수준 저하효과, 항암효과, 심혈관계질환 예방효과, 당뇨효과
	엘레지	항암효과, 항산화효과
	연근	혈압강하효과, 지혈효과, 치매예방, 심장병 예방, 진정작용, 니코틴 해독효과
	열무	거담작용, 해독작용, 자양강장작용
	우엉	진통효과, 항염증효과, 이뇨효과, 피부질환 예방 및 치료효과
	원추리	이뇨작용, 화상치료제
	좁쌀당무(래디쉬)	해독작용, 항암효과
	죽순	항비만효과, 혈압저하효과, 변비예방, 항암효과
	진달래	항산화효과
	질경이	이뇨효과, 항암효과, 심혈관계질환 예방효과
	참나물	항암효과, 진통효과, 심혈관계질환 예방효과
	청경채	변비예방 효과
	지커리	이뇨작용, 해열작용, 당뇨예방
	콩나물	진통효과, 부종예방
	토마토	항산화효과, 항암효과
	파	항혈진효과, 심혈관계질환 예방효과
	파슬리	조혈작용, 피부질환 예방 및 치료효과
	호박	항산화효과, 항암효과, 이뇨작용
버섯류	느타리버섯	항암효과, 혈중지질수준 저하효과, 진통효과, 항산화효과, 면역력 증진효과
	만가닥버섯	강심작용, 항비만효과
	뽕나무버섯	항암효과, 면역력증진 효과
	목이버섯	항암효과
	상황버섯	면역력 증진 효과, 해독작용, 항암효과, 혈중지질수준 저하효과, 지혈효과

(계속)



농산물 목록		건강기능성
버섯류	석이버섯	혈전형성 억제효과
	양송이버섯	항암효과, 항바이러스효과, 심혈관계질환 예방효과
	영지버섯	자양강장효과, 항암효과, 항산화효과, 면역력 증진효과, 심혈관계질환 예방 효과
	큰노타리버섯	항바이러스 효과, 면역력 증진 효과
과일류	표고버섯	당뇨 예방, 항바이러스 효과, 면역력 증진효과, 항암효과
	감	지혈작용, 변비예방, 항산화효과
	귤	거담효과, 이노작용, 심혈관계질환 예방효과, 자양강장제,
	다래	변비예방, 항암효과, 혈중지질수준 저하효과
	대추	항알레르기 효과, 자양강장효과, 간기능 개선 효과
	딸기	항암효과, 혈중지질수준 저하효과, 면역력 증진 효과, 항케양효과, 구충작용
	레몬	항암효과, 면역력 증진효과, 항염증효과
	매실	살균·해독작용, 거담제, 진통효과, 항산화효과, 항암효과
	모과	항산화효과,
	무화과	항암효과, 변비예방, 구충작용, 진통효과
	배	이노작용, 거담효과, 변비예방
	복숭아	해독작용, 면역력 증진 효과, 피부질환예방 및 치료효과
	사과	변비예방, 혈중지질수준 저하, 항암효과, 당뇨예방, 심혈관계질환 예방
	살구	거담작용, 항암효과, 면역력 증진 효과
	석류	항균효과, 항암효과
	앵두	항균효과, 자외선 차단효과, 정장작용, 변비예방
	오디	이노작용, 거담작용, 지혈작용, 항염증효과
	포도	항산화효과, 혈중지질 수준 저하효과, 충지 예방효과, 조혈작용, 심혈관계질환 예방효과, 항암효과, 해독작용
기타	고로쇠나무수액	진통효과, 당뇨예방
	누에동충하초	혈중지질수준저하 효과, 자양강장효과, 면역력 증진 효과, 항균작용, 항암효과, 항산화효과, 당뇨예방
	뽕잎	항암효과, 당뇨예방, 항바이러스 효과
	삼백초	항산화효과, 항암효과, 해독작용, 피부질환예방효과
	솔잎	항산화효과, 조혈작용
	송화가루	항산화효과, 당뇨예방
	식용달팽이	항산화효과
	인삼(홍삼)	항산화효과, 혈중지질 수준 저하효과, 심혈관계질환 예방효과, 자양강장효과, 진정효과, 면역력 증진 효과, 항암효과
	허브	면역력 증진효과
	알로에	변비예방, 항염증효과, 항바이러스 작용, 혈당 개선 작용, 진통효과, 항균효과, 항케양효과, 항암효과, 혈중지질수준저하효과

## 제5절 농산물 이용 음식의 소비행태 조사

### 1. 문헌조사를 통한 농산물 이용 음식 조사

국내 요리 서적 및 한국영양학회에서 구축되어 있는 음식 영양소 함량 자료집을 통하여 농산물을 이용한 음식의 종류를 조사한 결과는 표 5-1과 같이 음식의 조리방법에 따라 정리하였다. 그 결과 밥류 46개, 죽류 13개, 국·탕류 91개, 찌개류 27개, 찜류 14개, 구이류 22개, 전·부침류 30개, 볶음류 66개, 조림류 34개, 튀김류 24개, 나물·무침류 54개, 김치·장아찌류 15개, 기타 14개 였다.

표 5-1. 주로 이용하는 음식의 종류

분 류	음 식 명
밥류 (46종)	누룽밥, 누룽지, 쌀밥, 찰밥, 현미밥, 강낭콩밥, 녹두밥, 밤밥, 밤팥밥, 보리밥, 수수밥, 오곡밥, 옥수수밥, 완두콩밥, 울무밥, 잠곡밥, 조밥, 차수수밥, 차조밥, 콩밥, 팥밥, 감자밥, 고구마밥, 야채밥, 영양밥(돌솥밥), 콩나물밥, 김치볶음밥, 야채볶음밥, 비빔밥, 새우볶음밥, 쇠고기볶음밥, 열무비빔밥, 오므라이스, 콩나물비빔밥, 국밥, 계란덮밥, 닭고기덮밥, 돈육카레라이스, 두부덮밥, 두부카레라이스, 버섯덮밥, 쇠고기덮밥, 순대국밥, 잡채밥, 잡탕밥, 김밥
죽류 (13개)	감자죽, 고기죽, 깨죽, 단팥죽, 닭죽, 버섯죽, 수수죽, 야채죽, 잣죽, 울무죽, 흰죽, 팥죽, 호박죽
국·탕류 (91개)	감자국, 감자당면국, 감자미역국, 감자수제비국, 감자어묵국, 감자호박국, 경단미역국, 계란국, 계란파국, 김당면국, 김치국, 김치무국, 김치수제비국, 김치콩나물국, 당면국, 두부계란탕, 두부김치국, 두부어묵새우젓국, 떡국, 떡어묵국, 무국, 무새우젓국, 무채어묵국, 버섯국, 북어계란국, 북어콩나물국, 새우젓호박국, 쇠고기두부국, 쇠고기무국, 쇠고기콩나물국, 조갯살두부국, 조갯살배추국, 참치김치국, 콩나물국, 콩나물무채국, 토란국, 표고버섯북어국, 호박새우젓국, 홍합무국, 감자고비된장국, 감자된장국, 감자두부된장국, 건새우아욱국, 근대된장국, 근대조개국, 냉이된장국, 단배추된장국, 달래된장국, 두부된장국, 시금치조개국, 무된장국, 바지락냉이토장국, 배추된장국, 숙음배추국, 시금치된장국, 시래기된장국, 썩국, 아욱국, 열무감자국, 열무두부국, 왜된장국, 우거지국, 호박잎된장국, 홍합우거지국, 닭무국, 가지냉국, 미역오이냉국, 선지국, 선지곱창국, 쇠고기탕국, 순대국, 갈비탕, 감자탕, 곰갈비탕, 곰탕, 꼬리곰탕, 내장탕, 닭곰탕, 도가니탕, 두부탕, 보신탕, 삼계탕, 설렁탕, 쇠고기두부탕, 오리탕, 육개장, 굴두부백탕, 닭매운탕, 돈육감자탕, 왜된장버섯탕, 닭도리탕

(계속)

분 류	음 식 명
찌개류 (27개)	호박달래찌개, 호박된장찌개, 어묵김치찌개, 참치김치찌개, 참치두부찌개, 돈육김치찌개, 돼지고기찌개, 부대고기찌개, 쇠고기두부찌개, 쇠고기찌개, 햄김치찌개, 햄섞어찌개, 감자찌개, 냉이된장찌개, 달래된장찌개, 된장찌개, 두부된장찌개, 미더덕된장찌개, 쇠고기청국장찌개, 우거지찌개, 우렁된장찌개, 청국장찌개, 양송이버섯찌개, 섞어찌개, 순두부찌개, 연두부찌개, 콩비지찌개
나물·무 침류 (54개)	단무지무침, 달래무무침, 도라지무침, 도라지북어포무침, 도토리묵무침, 두부퓌무침, 마늘쫘무침, 무말랭이무침, 미나리무침, 미역오이초무침, 부추양배추무침, 열무무침, 오이부추무침, 오이양배추무침, 오이양파무침, 오이지무침, 잔파무침, 풋마늘초무침, 호박오가리무침, 고구마줄기무침, 느타리콩나물무침, 단배추된장무침, 더덕무침, 두릅무침, 무말랭이오징어무침, 숙주맛살무침, 숙주미나리무침, 어묵콩나물무침, 오징어풋마늘무침, 콩나물미나리무침, 토란대무침, 멸치잔파무침, 창란젓무무침, 사태초무침, 쇠고기김무침, 편육무침, 고비나물, 고사리나물, 고춧잎나물, 근대나물, 깻잎나물, 냉이나물, 도라지나물, 머위나물, 미나리나물, 배추나물, 배추숙주나물, 비름나물, 쇠고기무나물, 숙주나물, 숙주부추나물, 시금치나물, 시래기나물, 쪽갓나물, 씬마귀나물, 취나물, 콩나물, 무미역생채, 무생채, 삼색냉채, 쪽갓생채, 오이생채, 파래무생채, 굴무생채
튀김류 (24개)	닭다리튀김, 닭카레튀김, 닭튀김, 돈까스양념튀김, 돼지고기튀김, 소세지튀김, 쇠고기튀김, 양념통닭, 탕수육, 가자튀김, 감자연근튀김, 감자튀김, 고구마깻잎튀김, 고구마채튀김, 고추튀김, 깻잎튀김, 도라지튀김, 미역야채튀김, 야채튀김, 연근튀김, 파래야채튀김, 풋고추튀김, 두부튀김, 옥수수튀김
찜류 (14개)	참치계란찜, 닭찜, 돼지갈비고구마찜, 돼지갈비찜, 돼지족발찜, 쇠갈비떡찜, 쇠갈비찜, 우설찜, 깻잎찜, 애호박찜, 양배추찜, 호박잎찜, 계란찜, 두부찜
구이류 (22개)	갈매기살구이, 갈비구이, 내장구이, 닭갈비, 닭불고기, 돼지고기구이, 멧돼지구이, 불고기, 삼겹살구이, 쇠고기산적, 쇠등심구이, 오리고기로스, 칠면조구이, 통닭, 햄구이, 감자구이, 더덕구이, 도라지구이, 두부양념구이, 떡꼬치구이, 옥수수구이, 우영구이
조림류 (34개)	오징어포고추조림, 달걀(계란)조림, 닭다리조림, 닭조림, 돼지고기메추리알조림, 돼지고기완자조림, 돼지고기장조림, 메추리알조림, 소세지어묵조림, 소세지조림, 쇠갈비조림, 쇠고기장조림, 우영쇠고기조림, 쫄고추소세지조림, 햄조림, 감자조림, 고구마조림, 깻잎조림, 당근조림, 마늘쫘조림, 무조림, 양송이버섯조림, 연근조림, 완두콩조림, 우영어묵조림, 우영조림, 토란조림, 풋고추조림, 호박조림, 강낭콩조림, 검정콩조림, 두부양념조림, 땅콩조림, 콩조림(콩자반)

(계속)

분 류	음 식 명
부침·전류 (30개)	오징어옥수수전, 해물채소전, 해물파전, 홍합썩갓전, 돼지고기완자전, 쇠간전, 쇠고기완자전, 천엽전, 가지전, 감자전, 김치빈대떡, 김치전, 깻잎전, 녹두전(빈대떡), 더덕산적, 두류전, 두부빈대떡, 버섯전, 부추전, 부추파전, 야채전, 양파전, 연근전, 파전, 풋고추표고전, 호박전, 화양적, 두부전, 햄부침, 두부부침
볶음류 (66개)	고추멸치볶음, 마늘쫘어볶음, 멸치야채볶음, 어묵양파볶음, 오징어떡볶음, 오징어버섯볶음, 잔멸치소세지볶음, 참치김치볶음, 참치야채볶음, 호박홍합볶음, 김치소세지볶음, 닭떡볶음, 닭볶음, 닭살야채볶음, 돈육두루치기, 돼지고기고추장볶음, 돼지고기김치볶음, 돼지고기볶음, 돼지고기야채볶음, 돼지곱창볶음, 베이컨볶음, 소간야채볶음, 소세지야채볶음, 쇠고기고추장볶음, 쇠고기마늘볶음, 쇠고기버섯볶음, 쇠고기볶음, 쇠고기야채볶음, 쇠고기오이볶음, 쇠고기표고볶음, 칠판구이볶음, 칠면조볶음, 햄김치볶음, 햄야채볶음, 가지볶음, 감자야채볶음, 감자어묵볶음, 감자채볶음, 감자풋고추볶음, 감자햄볶음, 고구마줄기볶음, 고비볶음, 고사리볶음, 고춧잎볶음, 근대볶음, 김치볶음, 깻잎나물볶음, 느타리버섯볶음, 도라지볶음, 마늘쫘볶음, 멸치깻잎볶음, 무청볶음, 버섯볶음, 버섯채소볶음, 부추볶음, 야채볶음, 양파볶음, 오이볶음, 우엉볶음, 죽순볶음, 취나물볶음, 호박볶음, 두부고추장볶음, 떡볶기, 카레떡볶음, 콩볶음
김치·장아찌류 (15개)	갓김치, 고들빼기김치, 깍두기, 나박김치, 동치미, 무청김치, 부초절이, 배추김치, 보쌈김치, 열무김치, 오이소배기, 유채김치, 장김치, 총각김치, 파김치
기타 (14개)	계란말이, 계란채소말이, 계란햄말이, 계란후라이, 오이피클, 떡맛살샐러드, 야채샐러드, 양배추샐러드, 양상추샐러드, 옥수수샐러드, 참치샐러드, 참치야채샐러드, 콘슬로우, 콩샐러드

## 2. 설문조사를 통한 농산물 이용 음식의 소비행태 조사

### 1) 각 계절별 음식 조사

설문조사를 통하여 각 계절에 주로 이용하는 농산물 활용 음식 4가지를 기록하게 하고 그 음식의 1회 조리시 사용한 재료량을 기입하도록 하였다. 그 결과 음식명은 기록하였으나, 음식의 1회 조리시 재료량 및 음식의 섭취 횟수에 대한 기록이 부정확하였고 기록된 사람보다는 기록하지 않은 경우가 더 많아 이 자료를 통하여 레시피를 분석한다는 것은 불가능하였다. 이 조사를 통하여 각 식품군별로 그 빈도가 높은 음식만을 정리한 결과는 표 5-2와 같다. 각 식품군별로 이용빈도가 높은 음식의 계절별 비교는 부록에 제시하였다. 계절에 따라 이용하는 음식에 차이를 보였는데 겨울철에는 잡채, 떡국, 떡만두국, 동치미국수, 시금치나물, 김치찌개, 배추김치(김장김치), 감자 이용 음식들의 빈도가 높았으며, 여름철에는 닭도리탕, 삼계탕과 같이 닭을 이용한 음식이, 봄과 가을에는 나물류의 음식을 이용하는 비율이 높았다.

표 5-2. 각 계절에 주로 조리한다고 응답한 다빈도 음식의 목록(농산물 중심)

(N)

식품군	음식 목록
곡류	잡채(24), 카레라이스(18), 부추전(11), 떡만두국(8), 비빔밥(7), 칼국수(7), 콩국수(7), 떡국(6), 오크밥(6), 파전(6), 김치전(5), 냉면(4), 쌀밥(4), 콩나물밥(4), 떡볶이(3), 김치수제비(3), 수제비(3), 나물비빔밥(2), 동치미국수(2)
고구마, 감자류	감자조림(23), 감자볶음(20), 감자국(6), 감자채볶음(6), 감자전(5), 감자탕(4), 감자수제비(3), 고구마맛탕(3), 고구마튀김(3), 감자당근볶음(2), 알감자조림(2), 빼다귀감자탕(1), 삶은감자(1), 감자고추튀김(1), 감자부침(1), 감자빈대떡(1), 감자샐러드(1), 감자튀김(1), 고구마구이(1), 고구마샐러드(1)
과일류	과일샐러드(3), 과일(1), 딸기샐러드(1)
채소류	시금치나물(61), 콩나물무침(60), 김치찌개(53), 숙국(43), 냉이국(41), 오이무침(33), 취나물(33), 달래무침(31), 냉이무침(24), 배추김치(24), 미나리무침(22), 시금치무침(21), 취나물무침(21), 열무김치(20), 오이생채(19), 콩나물국(19), 무생채(18), 냉이된장국(17), 돧나물무침(17), 오이소박이(17)
육류	삼계탕(19), 불고기(15), 닭도리탕(12), 만두(10), 쇠고기국(7), 김치만두(6), 삼겹살구이(5), 육개장(4), 장조림(4), 갈비찜(3), 닭백숙(3), 버섯불고기(2), 사골곰탕(2), 사골국(2), 쇠고기장조림(2), 제육볶음(2), 고추장불고기(1), 닭죽(2), 닭찜(2)
견과류	도토리묵무침(10), 도토리묵(1), 땅콩조림(1)
난류	계란찜(8), 계란말이(2), 계란장조림(2), 메추리알조림(2), 계란숙갓말이(1), 계란탕(1), 메추리알장조림(1), 부추계란볶음(1)
두류	콩자반(11), 두부조림(6), 마파두부(4), 콩비지찌개(4), 녹두빈대떡(3), 두부김치(3), 두부된장찌개(3), 팔죽(3), 녹두전(2), 두부부침(2), 두부찌개(2), 녹두부침(2), 강남콩튀김(1), 두부구이(1), 두부찜(1), 두부튀김(1), 팔빙수(1), 팔칼국수(1), 콩비지(1)
버섯류	버섯전골(8), 버섯볶음(7), 표고버섯볶음(5), 느타리버섯볶음(4), 버섯찌개(2), 버섯탕(2), 새송이버섯구이(2), 새송이버섯볶음(2), 팽이버섯전(2), 느타리버섯튀김(1), 버섯덮밥(1), 버섯된장찌개(1), 버섯매운탕(1), 버섯무침(1), 버섯야채볶음(2), 버섯잡채(1), 버섯장아찌(1)

## 2) 양념채소류의 이용실태 및 섭취량 조사

대파, 마늘, 건고추, 풋고추, 양파 및 생강과 같은 양념채소류가 요리에 이용되는 실태를 조사하기 위해 주로 이용하는 조리형태를 모두 선택하게 하였다. 그 결과는 표 5-3 ~ 표 5-6과 같다. 음식에 이용되는 빈도가 높은 양념채소류는 대파와 마늘 이었고, 그 다음이 양파, 풋고추, 건고추, 생강순이었다.

계절에 따른 차이를 보면 표 5-3에 제시된 바와 같이 대파의 경우 계절에 상관없이 주로 국·탕, 찌개, 볶음·조림, 찜, 전·부침·튀김 등의 요리 시 이용하는 것으로 조사되었고, 다른 계절에 비해 봄철에 이용하는 빈도가 높았다. 마늘은 국·탕, 찌개, 볶음·조림, 찜, 구이 등의 요리에 주로 이용하였고, 봄철에는 찌개류에 이용하는 빈도가 높은 반면 겨울철에는 국이나 탕에 이용한다고 응답하는 빈도가 높았다. 건고추의 경우는 찌개, 볶음·조림, 국·탕, 찜의 순서로 조사되었고, 여름과 가을 보다는 봄과 겨울에 이용하는 빈도가 높았다. 풋고추를 이용한 조리 형태는 주로 찌개, 볶음·조림, 국·탕, 전·부침·튀김, 찜이었으며, 여름보다는 봄과 가을에 이용하는 빈도가 높았다. 양파를 이용한 요리의 형태는 찌개와 볶음·조림의 형태가 가장 많았고, 그 다음으로 국·탕, 찜, 전·부침·튀김 등의 순이었다. 또한 양파 역시 여름, 가을보다는 봄과 겨울에 이용한다고 응답한 비율이 높으나 다른 양념채소류에 비해 계절 간 차이가 없었다. 생강은 다른 양념채소류에 비해 요리에 이용되는 빈도가 낮았다. 또한 밥·죽·국수 등과 같은 주식에 이용한다고 응답한 비율 역시 다른 양념류에 비해서도 낮게 조사되었다.

가족수에 따라 양념 채소류의 이용실태를 보면 3인 이하와 5인 이상인 경우보다 4인 가족이 비율이 높은 관계로 인해 양념채소류의 이용 비율 역시 4인이 높은 비율을 차지하였다. 양념채소류의 이용 양상은 계절에 따른 이용 양상과 큰 차이 없이 국·탕, 찌개, 볶음·조림, 찜의 순으로 이용 빈도가 높았다.

가족내 총 수입에 따라 300만원 이하, 300 ~ 450만원, 450만원 이상으로 분류하여 비교해 보았을 때 양념채소류의 이용빈도가 높은 군은 300만원 이하 군이었으며, 각 군내에서 양념채소류의 이용양상은 비슷하였다.

사회경제적 수준에 따라 양념채소류의 이용양상을 보면 중류층에서 이용 빈도가 높은 것으로 나타났으며 주로 이용하는 조리방법 역시 계절에 따라 비교한 것과 큰 차이 없이 주로 국·탕, 찌개, 볶음·조림, 찜 등에 이용하는 것으로 나타났다.

표 5-3. 계절별로 양념 채소류를 이용한 요리방법 비교

N(%)

조리법 계절	국·탕	찌개	구이	찜	전·부침 ·튀김	볶음 ·조림	밥·죽 ·국수	기타
	대과							
봄	209(27.9)	193(28.8)	20(29.4)	81(28.3)	29(25.4)	108(29.4)	29(35.8)	8(40.0)
여름	145(19.3)	134(20.0)	21(20.9)	57(19.9)	22(19.3)	77(20.9)	15(18.5)	3(15.0)
가을	197(26.3)	157(23.4)	13(19.1)	65(22.7)	31(27.2)	81(22.0)	17(21.0)	4(20.0)
겨울	199(26.5)	187(27.9)	14(20.6)	83(29.0)	32(28.1)	102(27.7)	20(24.7)	5(25.0)
계	750(100)	671(100)	68(100)	286(100)	114(100)	368(100)	81(100)	20(100)
마늘								
봄	199(27.3)	207(29.5)	34(29.1)	107(26.9)	23(27.4)	159(29.2)	24(34.8)	7(26.9)
여름	143(19.6)	143(20.4)	29(24.8)	85(21.4)	14(16.7)	113(20.7)	16(23.2)	5(19.2)
가을	182(25.0)	167(23.8)	33(28.2)	90(22.6)	27(32.1)	123(22.6)	14(20.3)	7(26.9)
겨울	204(28.0)	184(26.3)	21(18.0)	116(29.2)	20(23.8)	150(27.5)	15(21.7)	7(26.9)
계	728(100)	701(100)	117(100)	398(100)	84(100)	545(100)	69(100)	26(100)
견고 추								
봄	68(29.8)	115(30.6)	17(35.4)	62(29.4)	20(32.3)	81(28.1)	3(30.0)	21(29.2)
여름	41(18.0)	73(19.4)	11(22.9)	38(18.0)	9(14.5)	58(20.1)	4(40.0)	11(15.3)
가을	61(26.8)	81(21.5)	13(27.1)	47(22.3)	17(27.4)	75(26.0)	3(30.0)	16(22.2)
겨울	58(25.4)	107(28.5)	7(14.6)	64(30.3)	16(25.8)	74(25.7)	0(0.0)	24(33.3)
계	228(100)	376(100)	48(100)	211(100)	62(100)	288(100)	10(100)	72(100)
꽃고 추								
봄	78(34.8)	176(31.5)	11(37.9)	55(31.4)	59(32.8)	118(29.1)	13(56.5)	27(30.3)
여름	51(22.8)	111(19.9)	7(24.1)	33(18.9)	38(21.1)	91(22.5)	4(17.4)	13(14.6)
가을	51(22.8)	136(24.4)	4(13.8)	33(18.9)	47(26.1)	96(23.7)	3(13.0)	28(31.5)
겨울	44(19.6)	135(24.2)	7(24.1)	54(30.9)	36(20.0)	100(24.7)	3(13.0)	21(23.6)
계	224(100)	558(100)	29(100)	175(100)	180(100)	405(100)	23(100)	89(100)
양파								
봄	94(25.9)	190(29.5)	14(22.6)	73(27.3)	71(29.7)	179(29.6)	16(30.8)	10(31.3)
여름	84(23.1)	132(20.5)	20(32.3)	54(20.2)	54(22.6)	116(19.2)	14(26.9)	7(21.9)
가을	81(22.3)	151(23.4)	16(25.8)	58(21.7)	63(26.4)	154(25.5)	9(17.3)	6(18.8)
겨울	104(28.7)	172(26.7)	12(19.4)	82(30.7)	51(21.3)	155(25.7)	16(25.0)	9(28.1)
계	363(100)	645(100)	62(100)	267(100)	239(100)	604(100)	53(100)	32(100)
생강								
봄	46(27.9)	77(27.8)	33(37.9)	85(34.1)	8(42.1)	64(28.3)	4(44.4)	43(33.3)
여름	36(21.8)	51(18.4)	17(19.5)	48(19.3)	2(10.5)	52(23.0)	1(11.1)	21(16.3)
가을	44(26.7)	69(24.9)	22(25.3)	58(23.3)	5(26.3)	68(30.1)	2(22.2)	41(31.8)
겨울	39(23.6)	80(28.9)	15(17.2)	58(23.3)	4(21.1)	42(18.6)	2(22.2)	24(18.6)
계	165(100)	277(100)	87(100)	249(100)	19(100)	226(100)	9(100)	129(100)



표 5-4. 가족수별로 양념 채소류를 이용한 요리방법 비교

N(%)

조리법 가족수		국·탕	찌개	구이	찜	전·부침 ·튀김	볶음 ·조림	밥·죽 ·국수	기타
대파	3인 이하	171(27.0)	155(27.5)	13(21.3)	68(27.1)	28(29.5)	93(29.3)	17(22.7)	8(42.1)
	4인	318(50.2)	296(52.5)	31(50.8)	127(50.6)	44(46.3)	156(49.2)	37(49.3)	9(47.4)
	5인 이상	145(22.9)	113(20.0)	17(27.9)	56(22.3)	23(24.2)	68(21.5)	21(28.0)	2(10.5)
	계	634(100.0)	564(100.0)	61(100.0)	251(100.0)	95(100.0)	317(100.0)	75(100.0)	19(100.0)
마늘	3인 이하	165(27.0)	166(28.2)	23(23.0)	89(26.0)	22(31.0)	127(27.5)	17(25.8)	6(26.1)
	4인	315(51.5)	298(50.7)	49(49.0)	177(51.6)	27(38.0)	234(50.7)	32(48.5)	16(69.6)
	5인 이상	132(21.6)	124(21.1)	28(28.0)	77(22.5)	22(31.0)	101(21.9)	17(25.8)	1(4.4)
	계	612(100.0)	588(100.0)	100(100.0)	343(100.0)	71(100.0)	462(100.0)	66(100.0)	23(100.0)
건고추	3인 이하	47(23.3)	78(24.5)	12(27.3)	47(27.4)	15(31.3)	69(28.9)	2(20.0)	21(35.6)
	4인	109(54.0)	172(54.1)	23(52.3)	89(51.7)	24(50.0)	121(50.6)	4(40.0)	24(40.7)
	5인 이상	46(22.8)	68(21.4)	9(20.5)	36(20.9)	9(18.8)	49(20.5)	4(40.0)	14(23.7)
	계	202(100.0)	318(100.0)	44(100.0)	172(100.0)	48(100.0)	239(100.0)	10(100.0)	59(100.0)
풋고추	3인 이하	53(27.9)	127(26.7)	4(16.0)	38(26.2)	36(24.0)	93(28.0)	6(27.3)	19(26.4)
	4인	93(49.0)	242(50.8)	14(56.0)	73(50.3)	79(52.7)	161(48.5)	8(36.4)	42(58.3)
	5인 이상	44(23.2)	107(22.5)	7(28.0)	34(23.5)	35(23.3)	78(23.5)	8(36.4)	11(15.3)
	계	190(100.0)	476(100.0)	25(100.0)	145(100.0)	150(100.0)	332(100.0)	22(100.0)	72(100.0)
양파	3인 이하	87(28.5)	154(28.4)	10(19.6)	60(25.5)	53(26.6)	137(27.5)	12(26.7)	8(27.6)
	4인	150(49.2)	278(51.3)	25(49.0)	127(54.0)	100(50.3)	244(49.0)	18(40.0)	17(58.6)
	5인 이상	68(22.3)	110(20.3)	16(31.4)	48(20.4)	46(23.1)	117(23.5)	15(33.3)	4(13.8)
	계	305(100.0)	542(100.0)	51(100.0)	235(100.0)	199(100.0)	498(100.0)	45(100.0)	29(100.0)
생강	3인 이하	39(30.5)	69(31.2)	17(23.3)	44(21.9)	3(21.4)	54(29.4)	3(33.3)	28(25.2)
	4인	62(48.4)	110(49.8)	36(49.3)	113(56.2)	8(57.1)	92(50.0)	5(55.6)	53(47.8)
	5인 이상	27(21.1)	42(19.0)	20(27.4)	44(21.9)	3(21.4)	38(20.7)	1(11.1)	30(27.0)
	계	128(100.0)	221(100.0)	73(100.0)	201(100.0)	14(100.0)	184(100.0)	9(100.0)	111(100.0)

표 5-5. 가족 총 수입에 따라 양념 채소류를 이용한 요리방법 비교

N(%)

수입	조리법	수입							
		국·탕	찌개	구이	찜	전·부침·튀김	볶음·조림	밥·죽·국수	기타
대과	300만원 이하	301(47.5)	278(49.3)	25(41.0)	114(45.4)	48(50.5)	160(50.5)	34(45.3)	11(57.9)
	300만원~450만원	195(30.8)	172(30.5)	20(32.8)	85(33.9)	33(34.7)	100(31.6)	25(33.3)	6(31.6)
	450만원 이상	138(21.8)	114(20.2)	16(26.2)	52(20.7)	14(14.7)	57(18.0)	16(21.3)	2(10.5)
	계	634(100.0)	564(100.0)	61(100.0)	251(100.0)	95(100.0)	317(100.0)	75(100.0)	19(100.0)
마늘	300만원 이하	298(48.7)	287(48.8)	40(40.0)	162(47.2)	29(40.9)	219(47.4)	32(48.5)	8(34.8)
	300만원~450만원	186(30.4)	181(30.8)	40(40.0)	110(32.1)	29(40.9)	151(32.7)	19(28.8)	6(26.1)
	450만원 이상	128(20.9)	120(20.4)	20(20.0)	71(20.7)	13(18.3)	92(19.9)	15(22.7)	9(39.1)
	계	612(100.0)	588(100.0)	100(100.0)	343(100.0)	71(100.0)	462(100.0)	66(100.0)	23(100.0)
건고추	300만원 이하	90(44.6)	147(46.2)	21(47.7)	85(49.4)	23(47.9)	113(47.3)	4(40.0)	32(54.2)
	300만원~450만원	66(32.7)	104(32.7)	15(34.1)	58(33.7)	16(33.3)	76(31.8)	2(20.0)	16(27.1)
	450만원 이상	46(22.8)	67(21.1)	8(18.2)	29(16.9)	9(18.8)	50(20.9)	4(40.0)	11(18.6)
	계	202(100.0)	318(100.0)	44(100.0)	172(100.0)	48(100.0)	239(100.0)	10(100.0)	59(100.0)
풋고추	300만원 이하	90(47.4)	221(46.4)	10(40.0)	70(48.3)	72(48.0)	169(50.9)	13(59.1)	35(48.6)
	300만원~450만원	67(35.3)	148(31.1)	12(48.0)	42(29.0)	53(35.3)	101(30.4)	4(18.2)	18(25.0)
	450만원 이상	33(17.4)	107(22.5)	3(12.0)	33(22.8)	25(16.7)	62(18.7)	5(22.7)	19(26.4)
	계	190(100.0)	476(100.0)	25(100.0)	145(100.0)	150(100.0)	332(100.0)	22(100.0)	72(100.0)
양파	300만원 이하	148(48.5)	263(48.5)	18(35.3)	114(48.5)	96(48.2)	243(48.8)	22(48.9)	14(48.3)
	300만원~450만원	92(30.2)	171(31.6)	21(41.2)	76(32.3)	63(31.7)	155(31.1)	14(31.1)	9(31.0)
	450만원 이상	65(21.3)	108(19.9)	12(23.5)	45(19.2)	40(20.1)	100(20.1)	9(20.0)	6(20.7)
	계	305(100.0)	542(100.0)	51(100.0)	235(100.0)	199(100.0)	498(100.0)	45(100.0)	29(100.0)
생강	300만원 이하	71(55.5)	108(48.9)	34(46.6)	104(51.7)	11(78.6)	89(48.4)	6(66.7)	51(46.0)
	300만원~450만원	37(28.9)	70(31.7)	21(28.8)	60(29.9)	2(14.3)	49(26.6)	2(22.2)	37(33.3)
	450만원 이상	20(15.6)	43(19.5)	18(24.7)	37(18.4)	1(7.1)	46(25.0)	1(11.1)	23(20.7)
	계	128(100.0)	221(100.0)	73(100.0)	201(100.0)	14(100.0)	184(100.0)	9(100.0)	111(100.0)

표 5-6. 사회경제적 수준에 따라 양념 채소류를 이용한 요리방법 비교

N(%)

조리법 사회 경제수준	국·탕	찌개	구이	찜	전·부침 ·튀김	볶음 ·조림	밥·죽 ·국수	기타	
	대 과	상	167(26.3)	141(25.0)	16(26.2)	67(26.7)	15(15.8)	73(23.0)	18(24.0)
중		315(49.7)	288(51.1)	34(55.7)	131(52.2)	57(60.0)	169(53.3)	45(60.0)	15(79.0)
하		152(24.0)	135(23.9)	11(18.0)	53(21.1)	23(24.2)	75(23.7)	12(16.0)	3(15.8)
계		634(100.0)	564(100.0)	61(100.0)	251(100.0)	95(100.0)	317(100.0)	75(100.0)	19(100.0)
마 늘	상	163(26.6)	147(25.0)	28(28.0)	88(25.7)	15(21.1)	121(26.2)	16(24.2)	6(26.1)
	중	304(49.7)	293(49.8)	52(52.0)	184(53.6)	43(60.6)	233(50.4)	37(56.1)	15(65.2)
	하	145(23.7)	148(25.2)	20(20.0)	71(20.7)	13(18.3)	108(23.4)	13(19.7)	2(8.7)
	계	612(100.0)	588(100.0)	100(100.0)	343(100.0)	71(100.0)	462(100.0)	66(100.0)	23(100.0)
건 고 추	상	52(25.7)	82(25.8)	10(22.7)	38(22.1)	7(14.6)	60(25.1)	4(40.0)	9(15.3)
	중	105(52.0)	157(49.4)	19(43.2)	87(50.6)	26(54.2)	122(51.1)	3(30.0)	30(50.9)
	하	45(22.3)	79(24.8)	15(34.1)	47(27.3)	15(31.3)	57(23.9)	3(30.0)	20(33.9)
	계	202(100.0)	318(100.0)	44(100.0)	172(100.0)	48(100.0)	239(100.0)	10(100.0)	59(100.0)
풋 고 추	상	48(25.3)	123(25.8)	5(20.0)	33(22.8)	29(19.3)	80(24.1)	3(13.6)	20(27.8)
	중	92(48.4)	235(49.4)	12(48.0)	75(51.7)	78(52.0)	164(49.4)	12(54.6)	40(55.6)
	하	50(26.3)	118(24.8)	8(32.0)	37(25.5)	43(28.7)	88(26.5)	7(31.8)	12(16.7)
	계	190(100.0)	476(100.0)	25(100.0)	145(100.0)	150(100.0)	332(100.0)	22(100.0)	72(100.0)
양 과	상	84(27.5)	136(25.1)	14(27.5)	55(23.4)	50(25.1)	123(24.7)	11(24.4)	8(27.6)
	중	151(49.5)	269(49.6)	26(51.0)	125(53.2)	101(50.8)	253(50.8)	24(53.3)	16(55.2)
	하	70(23.0)	137(25.3)	11(21.6)	55(23.4)	48(24.1)	122(24.5)	10(22.2)	5(17.2)
	계	305(100.0)	542(100.0)	51(100.0)	235(100.0)	199(100.0)	498(100.0)	45(100.0)	29(100.0)
생 강	상	25(19.5)	49(22.2)	17(23.3)	41(20.4)	2(14.3)	50(27.2)	2(22.2)	26(23.4)
	중	67(52.3)	116(52.5)	36(49.3)	104(51.7)	5(35.7)	86(46.7)	3(33.4)	60(54.1)
	하	36(28.1)	56(25.3)	20(27.4)	56(27.9)	7(50.0)	48(26.1)	4(44.4)	25(22.5)
	계	128(100.0)	221(100.0)	73(100.0)	201(100.0)	14(100.0)	184(100.0)	9(100.0)	111(100.0)

일주일 동안 가정내에서 사용한 양념채소의 양은 표 5-7 ~ 표 5-10에 제시하였다. 1주일간 사용한 양념채소류의 양을 보았을 때 양파가 358.5g으로 다른 양념채소류에 비해 그 사용량이 많았고, 그 다음이 대파, 풋고추, 마늘, 건고추, 생강의 순으로 섭취하였다. 계절별로 보았을 때 풋고추와 양파의 사용량이 계절 간에 차이가 있는 것으로 조사되었다. 풋고추는 봄에 232.2g을 사용하여 여름, 가을, 겨울에 비해 많이 사용하는 것으로 나타났고, 양파는 여름에 458.5g을 사용하여 봄, 가을, 겨울에 비해 사용량이 많았다. 가족수에 따른 사용량을 보았을 때 대파, 마늘, 건고추의 사용량이 가족수가 늘어남에 따라 증가하였다. 대파의 경우 5인 이상인 군이 257.7g으로 3인 이하군 191.4g에 비해 유의적으로 많았고, 마늘의 경우 5인 이상군이 125.9g 으로 3인 이하군 86.6g에 비해 39.3g 더 사용하였다. 건고추 역시 5인 이상군이 100.2g으로 3인 이하군 62.4g에 비해 37.8g 더 사용하고 있었다.

가족내 수입에 따라 일주일 동안 사용한 양을 보면 대파, 마늘, 건고추, 풋고추, 양파는 300 ~ 450만원 군이 다른 군에 비해 높은 경향을 보이고 있으나, 생강은 가정내 수입과 상관이 없는 것으로 조사되었다. 사회 경제적 수준에 따라서 보았을 때 양념채소류의 사용량이 각 군 간에 차이가 없는 것으로 조사되었으며, 생강을 제외한 대파, 마늘, 건고추, 풋고추 및 양파는 중류층에서 상류층이나 하류층에 비해 양념채소류의 사용량이 높은 경향을 보였다. 생강의 사용량은 사회경제적 수준이 높을수록 사용량이 많았다.

표 5-7. 양념 채소류별로 일주일 동안 사용한 양(계절별)

(g)

	봄	여름	가을	겨울	전체
대파	212.5±190.6 <sup>1)</sup>	217.8±177.4	217.3±157.7	208.8±160.1	213.8±172.0
마늘	122.1±173.2	125.6±144.9	100.9±108.2	104.3±103.0	112.8±136.3
건고추	78.3±94.6	90.9±107.3	81.1±97.5	88.1±95.2	85.2±98.5
풋고추	232.2±256.6 <sup>a</sup>	160.0±166.3 <sup>b</sup>	118.3±109.7 <sup>b</sup>	125.1±136.5 <sup>b</sup>	162.4±186.9
양파	305.4±241.1 <sup>b</sup>	458.5±318.5 <sup>a</sup>	335.0±245.5 <sup>b</sup>	362.6±260.6 <sup>b</sup>	358.5±269.3
생강	38.9±65.7	31.9±59.8	34.5±33.8	32.4±50.1	34.7±53.5

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

표 5-8. 양념 채소류별로 일주일동안 사용한 양(가족수별)

(g)

	3인 이하	4인	5인 이상
대파	191.4±169.5 <sup>1) b</sup>	215.2±173.8 <sup>ab</sup>	257.7±178.6 <sup>a</sup>
마늘	86.6±104.7 <sup>b</sup>	117.5±150.7 <sup>ab</sup>	125.9±124.5 <sup>a</sup>
건고추	62.4±82.5 <sup>b</sup>	88.3±100.7 <sup>ab</sup>	100.2±121.4 <sup>a</sup>
풋고추	155.0±181.2	158.2±184.1	208.6±233.7
양파	341.0±266.7	356.7±267.3	375.8±291.4
생강	25.7±33.0	36.3±69.4	43.6±50.3

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

표 5-9. 양념 채소류별로 일주일동안 사용한 양(가족내 총 수입별)

(g)

	300만원 이하	300만원~450만원	450만원 이상
대파	213.3±179.8 <sup>1)</sup>	242.1±189.2	197.6±137.7
마늘	97.5±119.2	131.9±152.7	114.2±140.0
건고추	75.4±90.2	103.4±115.8	75.5±101.0
풋고추	165.7±192.6	178.9±197.5	160.4±202.8
양파	341.6±275.7	386.1±268.8	350.7±268.4
생강	36.2±61.4	32.5±42.2	36.9±67.1

1) Mean±SD

표 5-10. 양념 채소류별로 일주일동안 사용한 양(사회경제적수준별)

(g)

	상	중	하
대파	188.9±132.2 <sup>1)</sup>	232.3±185.8	218.2±186.4
마늘	103.4±122.7	116.2±141.5	108.6±133.1
건고추	73.5±103.2	95.8±107.3	70.3±83.8
풋고추	144.9±164.1	181.9±208.9	165.4±198.5
양파	351.5±267.7	379.1±274.8	316.4±268.8
생강	29.9±58.9	34.9±52.0	41.1±67.9

1) Mean±SD

### 3. 24시간 식이회상법에 의한 음식의 소비실태 조사

#### 가. 다빈도 음식의 섭취량

##### 1) 계절에 따른 다빈도 음식의 섭취량

조사대상자의 다빈도 음식에 관련된 자료를 주식과 부식류를 기준으로 분류하여 정리한 결과는 표 5-11 ~ 표 5-15와 같다. 주식류로는 쌀밥, 잡곡밥, 콩밥, 현미밥의 순서로 조사되었고, 1회 섭취량은 78g ~ 92g사이로 분포되어 있다. 밥류 이외에 섭취 빈도가 높은 음식은 라면, 롤빵 등 이었다. 계절별로 보면 봄철은 쌀밥, 잡곡밥, 김밥, 보리밥, 라면의 순이었고, 여름은 쌀밥, 잡곡밥, 보리밥, 콩밥, 식빵 순으로, 가을과 겨울은 쌀밥, 잡곡밥, 콩밥, 현미밥의 순으로 나타났다. 이외 특정 계절에 섭취 빈도가 높게 나타난 음식으로 겨울에는 떡국과 떡만두국, 여름철에는 콩국수 이었다. 쌀밥의 섭취량을 보면 계절 간에 큰 차이는 없으나 다른 계절에 비해 겨울이 78.7g으로 다른 계절에 비해 평균 1회 섭취량이 낮았다(표 5-11).

국, 찌개류의 경우 전체적으로 보았을 때 된장찌개, 미역국, 돈육김치찌개, 콩나물국, 두부된장국의 섭취빈도가 50회 이상으로 높게 조사되었다. 국, 찌개류의 섭취량은 수분을 제외한 양으로 된장찌개는 91.3g, 미역국 30g, 돈육김치찌개 102.5g 이었다. 계절별로 보았을 때도 된장찌개가 계절에 상관없이 섭취 빈도가 높았고, 봄, 여름, 가을에는 미역국과 콩나물국의 섭취 빈도가 높았으며 겨울철에는 돈육김치찌개, 미역국의 순이었다. 그 외 계절적인 특성을 보인 음식으로 여름철에는 삼계탕, 가을철에는 꽃게탕, 겨울철에는 설렁탕이 다빈도 음식으로 조사되었다(표 5-12).

김치류의 전체적인 섭취빈도는 배추김치, 깍두기, 열무김치, 총각김치의 순으로 조사되었고, 평균섭취량은 39.4g ~ 53.0g 이었다. 계절에 상관없이 배추김치가 섭취 빈도가 높은 음식이었고, 그 외 여름철에는 열무김치, 가을철에는 총각김치, 겨울철에는 동치미의 섭취빈도가 높았다(표 5-13).

반찬류의 경우 김구이, 잔멸치 볶음, 콩나물, 시금치나물, 계란후라이 순으로 조사되었고, 계절에 상관없이 김구이와 잔멸치 볶음이 1, 2위로 섭취 빈도가 가장 높은 음식으로 조사되었다. 계절적인 특성을 보면 봄철에는 취나물의 섭취빈도가 높았고, 여름과 가을은 고추멸치볶음, 풋고추, 깻잎장아찌, 깻잎조리 등의 빈도가 높은 반면 겨울철은 무숙채나 무생채와 같이 무을 이용한 요리의 섭취빈도가 높은 것으로 조사되었다(표 5-14).

간식류의 경우 다빈도 음식은 우유, 사과, 귤, 커피, 오렌지쥬스의 순이며 다빈도 음식별 1회 섭취량은 표 5-14에 제시된 바와 같다. 우유는 겨울철을 제외한 계절에도

섭취빈도가 가장 높은 식품이었고, 그 외 봄철의 경우 참외, 수박, 여름철은 포도, 수박, 가을과 겨울철은 사과와 귤을 간식으로 이용하는 빈도가 높았다(표 5-15).

이외 다빈도 음식별로 계절에 따른 섭취빈도와 계절에 따른 음식별 섭취 빈도 및 섭취량에 관련된 자료는 부록에 제시하였다.

## 2) 가족수에 따른 다빈도 음식

가족수에 따른 주식의 섭취빈도를 보면 쌀밥과 잡곡밥이 1, 2위를 차지하였다. 쌀밥의 섭취량은 3인 이하인 경우가 82.5g으로 4인과 5인 이상인 경우에 비해 섭취량이 많았고, 잡곡밥의 경우는 5인 이상인 경우가 87.1g으로 3인 이하와 4인군에 비해 7~10g정도 더 섭취하였다(표 5-16).

국, 찌개류의 경우 가족수에 상관없이 된장찌개, 미역국, 돈육된장찌개, 콩나물국의 순이었고(표 5-17), 김치류 역시 배추김치, 깍두기, 열무김치, 동치미의 순으로 가족수에 따른 각 군에서 상위 빈도를 차지하였다(표 5-18). 반찬류로는 김구이와 잔멸치볶음, 콩나물이 상위를 차지하였으며, 3인 이하군에서는 도토리묵 무침, 4인 군에서는 돈까스, 5인 이상군에서는 명란젓이 상위 20위에 포함되는 음식이었다(표 5-19). 간식으로는 우유와 커피, 귤, 사과의 순으로 가족수에 따라 차이가 없는 것으로 조사되었다. 꽃감은 5인 이상군, 두유음료는 4인군, 콜라는 3인 이하군에서 상위 20위 안에 포함된 다빈도 음식으로 조사되었다(표 5-20).

가족수에 따라 다빈도 음식별 섭취빈도와 가족수에 따른 음식별 섭취 빈도 및 섭취량에 관련된 자료는 부록에 제시하였다.

## 3) 가족내 총 수입에 따른 다빈도 음식

가족내 총 수입에 따른 다빈도 음식의 섭취빈도 및 섭취량은 표 5-21 ~ 표 5-25와 같다. 주식류의 경우 쌀밥과 잡곡밥이 1, 2위로 가족내 수입과 상관없이 섭취빈도가 높은 음식이었고, 그 외 300만원 이하군에서는 콩밥, 라면, 보리밥, 300만원 ~ 450만원 군에서는 현미밥, 콩밥, 김밥, 450만원군에서는 식빵, 롤빵, 콩밥 순이었다. 국, 찌개류의 경우, 각 군 간에 순위 차이가 있지만 된장찌개, 돈육김치찌개, 미역국, 콩나물국이 섭취빈도가 높은 음식이었다. 김치류는 모든 군에서 배추김치, 깍두기, 열무김치 동치미, 총각김치의 순이었으며, 반찬류 역시 김구이, 잔멸치볶음, 콩나물이 수입에 상관없이 섭취빈도가 높은 음식이었다. 450만원 이상군에서는 갈비구이, 300만원 ~ 450만원, 300만원 이하군에서는 깻잎장아찌와 삼겹살이 상위 20위에 속하는 다빈도 음식이었다. 간식은 우유, 커피, 귤, 사과의 순으로 세군에서 섭취빈도가 높은 식품으로 나타났다.

가족내 총수입에 따른 다빈도 음식별 섭취빈도와 가족수에 따른 음식별 섭취 빈도 및 섭취량에 관련된 자료는 부록에 제시하였다.

표 5-11. 다빈도 음식의 계절별 섭취량 - 주식류

순위	전체			봄			여름			가을			겨울		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명(n)	빈도(%)	섭취량(g)
1	쌀밥	762(7.55)	81.1±20.6 <sup>1)</sup>	쌀밥	134(8.43)	82.1±19.6	쌀밥	175(7.72)	80.5±24.2	쌀밥	256(8.35)	82.9±18.5	쌀밥	1974(6.21)	78.7±20.4
2	잡곡밥	290(2.88)	83.4±27.8	잡곡밥	47(2.96)	76.9±23.6	잡곡밥	54(2.38)	90.7±34.6	잡곡밥	71(2.32)	79.5±26.5	잡곡밥	118(3.72)	79.9±20.1
3	콩밥	125(1.24)	91.7±23.4	김밥	15(0.94)	163.5±26.6	보리밥	24(1.06)	91.5±26.6	콩밥	45(1.47)	91.4±31.1	콩밥	47(1.48)	93.7±15.8
4	현미밥	81(0.80)	78.2±19.4	보리밥	14(0.88)	96.4±13.4	콩밥	23(1.01)	89.1±19.7	현미밥	31(1.01)	75.2±20.1	현미밥	28(0.88)	78.8±18.9
5	보리밥	74(0.73)	91.6±19.8	라면	12(0.76)	140.6±49.6	식빵	20(0.88)	78.9±44.1	보리밥	28(0.91)	87.9±17.8	라면	26(0.82)	126.0±32.1
6	라면	61(0.60)	133.0±35.7	현미밥	10(0.63)	81.0±19.0	롤빵	13(0.57)	72.7±31.8	칼국수	19(0.62)	234.0±20.2	롤빵	19(0.67)	70.5±15.4
7	롤빵	54(0.54)	72.6±21.2	콩밥	10(0.63)	90.0±24.2	칼국수	12(0.53)	223.7±34.2	라면	13(0.42)	142.1±25.9	떡국	16(0.50)	179.3±24.5
8	식빵	49(0.49)	76.4±38.4	롤빵	9(0.57)	80.0±0.0	현미밥	12(0.53)	82.5±20.5	롤빵	13(0.42)	70.4±23.7	흑미밥	16(0.50)	77.8±22.1
9	칼국수	48(0.48)	227.9±34.7	토스트	8(0.50)	113.3±39.5	물냉면	11(0.49)	189.5±59.3	비빔밥	12(0.39)	227.8±64.6	칼국수	14(0.41)	222.1±50.1
10	김밥	38(0.38)	151.2±41.5	물냉면	7(0.44)	179.1±51.7	라면	10(0.44)	130.1±36.8	식빵	10(0.33)	65.1±28.8	김밥	13(0.41)	144.4±44.1
11	비빔밥	37(0.37)	238.5±61.8	비빔밥	6(0.38)	265.3±41.7	비빔밥	8(0.35)	242.9±45.0	돈육카레라이스	8(0.26)	213.8±31.2	떡볶기	13(0.41)	113.6±31.5
12	흑미밥	28(0.28)	81.4±18.9	흑미밥	6(0.38)	90.0±0.0	돈육카레라이스	7(0.31)	201.4±43.8	자장면	8(0.26)	284.8±75.3	식빵	13(0.41)	65.6±25.9
13	떡볶기	26(0.26)	110.6±31.5	돈육카레라이스	6(0.38)	173.9±88.0	국수장국	6(0.26)	153.1±27.3	김치볶음밥	6(0.20)	180.2±55.7	떡만두국	12(0.38)	223.4±12.4
14	돈육카레라이스	24(0.24)	200.9±52.8	식빵	6(0.38)	110.0±41.5	김치볶음밥	6(0.26)	189.6±31.2	국수장국	6(0.20)	156.0±19.1	비빔밥	11(0.35)	232.4±79.1
15	물냉면	23(0.23)	184.9±56.1	국수장국	5(0.31)	155.9±42.4	김밥	5(0.22)	153.5±34.5	호박죽	6(0.20)	94.7±47.7	보리밥	8(0.25)	96.9±8.8
16	김치볶음밥	22(0.22)	183.9±43.4	김치볶음밥	5(0.31)	167.9±57.3	떡볶기	5(0.22)	92.5±37.7	야채볶음밥	6(0.20)	190.6±69.0	수제비	8(0.25)	166.3±46.1
17	국수장국	21(0.21)	157.2±28.2	떡볶기	5(0.31)	124.0±23.0	자장면	5(0.22)	325.5±0.0	김밥	5(0.16)	130.0±71.4	편만두	8(0.25)	131.8±65.9
18	떡국	19(0.19)	179.1±23.4	샌드위치, 계란, 치즈	4(0.27)	187.3±22.5	콩국수	5(0.22)	216.3±11.5	조밥	5(0.16)	57.0±9.6	오곡밥	7(0.22)	100.3±20.4
19	자장면	17(0.17)	306.4±54.1	야채볶음밥	4(0.27)	111.5±97.1	곰보빵-소보로	4(0.17)	50.0±20.0	토스트	4(0.13)	131.5±55.3	팔빵	7(0.22)	9.70±45.4
20	씨리얼	17(0.17)	79.6±21.6	선식	3(0.19)	45.0±26.0	수제비	4(0.17)	200.0±15.0	흑미밥	4(0.13)	90.0±0.0	우동	6(0.19)	172.9±62.7

1) Mean±SD



표 5-12. 다빈도 음식의 계절별 섭취량 - 국, 찌개류

순 위	전체			봄			여름			가을			겨울		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	된장찌개	170(1.68)	91.3±30.6 <sup>1)</sup>	된장찌개	33(2.08)	97.8±31.3	된장찌개	55(2.43)	90.5±31.7	된장찌개	44(1.44)	93.0±27.3	된장찌개	38(1.20)	84.9±31.7
2	미역국	142(1.41)	30.0±10.4	미역국	28(1.76)	29.5±9.1	미역국	38(1.68)	32.3±12.3	미역국	44(1.44)	31.4±8.7	돈육김치찌개	37(1.17)	98.7±35.2
3	돈육김치찌개	88(0.88)	102.5±34.5	콩나물국	12(0.76)	52.1±17.3	콩나물국	18(0.79)	57.4±22.8	콩나물국	27(0.88)	60.8±13.1	미역국	32(1.01)	25.8±10.4
4	콩나물국	79(0.79)	56.7±18.0	참치김치찌개	8(0.50)	118.5±23.7	돈육김치찌개	14(0.62)	93.5±34.1	두부된장국	25(0.82)	96.6±29.0	콩나물국	22(0.69)	53.7±19.4
5	두부된장국	51(0.51)	92.6±29.7	순두부찌개	7(0.44)	175.6±26.4	두부된장국	3(0.57)	89.9±31.2	돈육김치찌개	20(0.65)	114.9±35.0	시금치된장국	16(0.50)	67.5±13.8
6	순두부찌개	36(0.36)	161.5±36.2	돈육김치찌개	6(0.38)	103.9±31.4	복어국	6(0.26)	44.0±21.8	시래기된장국	19(0.62)	70.5±10.3	순두부찌개	4(0.44)	152.5±31.9
7	참치김치찌개	36(0.36)	110.9±29.4	계란국	5(0.31)	39.5±0.0	감자된장국	5(0.22)	92.3±16.3	순두부찌개	14(0.46)	167.0±42.3	동태찌개	13(0.41)	142.5±43.7
8	시래기된장국	33(0.33)	65.7±14.9	쇠고기무국	5(0.31)	91.1±0.0	쇠고기무국	5(0.22)	91.1±0.0	배추된장국	12(0.39)	81.2±23.0	배추된장국	12(0.38)	90.8±19.3
9	배추된장국	31(0.31)	84.9±23.3	김치콩나물국	4(0.25)	95.4±33.3	참치김치찌개	5(0.22)	104.9±27.2	쇠고기무국	12(0.39)	83.1±20.9	참치김치찌개	12(0.38)	95.1±31.8
10	쇠고기무국	29(0.29)	84.7±17.4	동태찌개	4(0.25)	118.5±73.4	감자국	4(0.18)	72.1±24.5	참치김치찌개	11(0.36)	125.3±25.2	김치국	11(0.35)	75.0±35.4
11	시금치된장국	26(0.26)	67.9±13.4	두부된장국	4(0.25)	104.0±13.5	감자국	4(0.18)	68.3±15.1	청국장찌개	10(0.33)	115.2±33.3	청국장찌개	11(0.35)	66.8±24.9
12	복어국	25(0.25)	50.8±14.1	배추된장국	4(0.25)	68.1±37.1	삼계탕	4(0.18)	499.8±12.5	쇠고기국	8(0.26)	58.8±26.1	복어국	10(0.32)	53.0±10.8
13	청국장찌개	25(0.25)	90.2±37.3	유부국	4(0.25)	43.8±32.3	어묵국	4(0.18)	102.0±30.0	김치국	7(0.23)	59.5±26.1	두부된장국	9(0.28)	80.3±34.2
14	동태찌개	24(0.24)	132.4±46.7	육개장	4(0.25)	203.1±77.1	오징어찌개	4(0.18)	128.5±37.7	복어국	7(0.23)	56.0±10.3	무국	9(0.28)	98.8±22.8
15	김치국	23(0.23)	67.3±29.8	대합미역국	3(0.19)	25.5±0.0	곰탕	3(0.13)	81.7±6.6	시금치된장국	7(0.23)	67.9±16.3	시래기된장국	9(0.28)	52.0±19.0
16	어묵국	16(0.16)	110.4±22.8	두부된장찌개	3(0.19)	92.7±5.8	동태찌개	3(0.13)	132.3±36.0	호박된장찌개	7(0.23)	91.5±24.6	김치콩나물국	8(0.25)	84.2±28.9
17	계란국	15(0.15)	40.2±2.6	시금치된장국	3(0.19)	70.0±0.0	부대고기찌개	3(0.13)	108.8±38.8	계란국	6(0.20)	39.5±0.0	쇠고기무국	7(0.22)	78.1±22.2
18	무국	15(0.15)	94.6±21.7	시래기된장국	3(0.19)	72.0±0.0	쇠고기전골 -스끼야끼	3(0.13)	210.3±79.1	감자된장국	5(0.16)	99.0±19.7	부대고기찌개	6(0.19)	153.0±50.9
19	김치콩나물국	14(0.14)	86.1±29.1	어묵국	3(0.19)	125.0±0.0	청국장찌개	3(0.13)	72.5±10.3	갈비탕	4(0.13)	222.0±15.0	설렁탕	5(0.16)	120.5±0.0
20	부대고기찌개	12(0.12)	155.7±53.4	왜된장국	3(0.19)	52.7±5.8	육개장	3(0.13)	167.2±97.3	꽃계탕	4(0.13)	106.7±44.0	어묵국	4(0.13)	94.8±26.9

1) Mean±SD

표 5-13. 다빈도 음식의 계절별 섭취량 - 김치류

순위	전체			봄			여름			가을			겨울		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	배추김치	1077(10.67)	53.0±17.1 <sup>1)</sup>	배추김치	143(9.00)	56.4±16.7	배추김치	246(10.85)	42.3±15.4	배추김치	343(11.19)	52.3±15.6	배추김치	345(10.88)	59.9±16.0
2	깍두기	147(1.46)	47.6±18.7	깍두기	26(1.64)	50.1±25.2	열무김치	30(1.32)	39.3±11.1	깍두기	61(1.99)	46.5±16.6	깍두기	34(1.07)	48.1±12.0
3	열무김치	85(0.84)	43.2±10.3	열무김치	20(0.26)	48.8±5.6	깍두기	26(1.15)	47.0±23.2	총각김치	32(1.04)	37.4±17.4	동치미	23(0.73)	88.9±22.8
4	총각김치	63(0.62)	39.4±14.6	총각김치	8(0.50)	45.3±9.3	동치미	8(0.35)	70.0±25.1	열무김치	20(0.65)	40.9±11.8	총각김치	18(0.57)	41.0±10.3
5	동치미	51(0.51)	82.7±25.0	파김치	6(0.38)	60.0±0.0	총각김치	5(0.22)	37.5±15.3	동치미	16(0.52)	75.9±27.3	열무김치	15(0.47)	46.7±7.4
6	갯김치	23(0.23)	45.2±17.5	상추겉절이	5(0.31)	65.5±15.2	파김치	3(0.13)	41.7±16.1	갯김치	14(0.46)	43.2±18.5	나박김치	12(0.38)	84.6±24.0
7	나박김치	18(0.18)	82.4±25.6	동치미	4(0.25)	100.0±0.0	나박김치	2(0.09)	61.3±54.8	고들빼기김치	5(0.16)	39.0±13.4	갯김치	5(0.16)	54.0±8.2
8	파김치	16(0.16)	50.6±14.1	부추김치	4(0.25)	49.6±14.6	갯김치	1(0.04)	30.0±0.0	파김치	4(0.13)	47.5±8.7	파김치	3(0.09)	45.0±26.0
9	부추김치	7(0.07)	47.9±18.5	갯김치	3(0.19)	45.0±26.0	부추겉절이	1(0.04)	38.6±0.0	나박김치	3(0.10)	81.7±16.1	고들빼기김치	1(0.03)	45.0±0.0
10	상추겉절이	7(0.07)	58.5±17.4	나박김치	1(0.06)	100.0±0.0	상추겉절이	1(0.04)	37.1±0.0	부추김치	2(0.07)	38.1±32.4	부추김치	1(0.03)	61.0±0.0
11	고들빼기김치	6(0.06)	40.0±12.2				양배추겉절이	1(0.04)	60.4±0.0	무청김치	1(0.03)	60.0±0.0			
12	보쌈김치	2(0.02)	64.8±13.1							상추겉절이	1(0.03)	44.8±0.0			
13	무청김치	1(0.01)	60.0±0.0							양파겉절이	1(0.03)	16.8±0.0			
14	양파겉절이	1(0.01)	16.8±0.0												

1) 평균±표준편차

표 5-14. 다빈도 음식의 계절별 섭취량 - 반찬류

순위	전체			봄			여름			가을			겨울		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	김구이	390(3.86)	2.9±1.9 <sup>1)</sup>	김구이	61(3.84)	2.5±1.1	김구이	58(2.56)	3.2±1.3	김구이	112(3.65)	2.9±1.1	김구이	159(5.02)	2.9±2.5
2	잔멸치볶음	162(1.61)	32.2±10.2	잔멸치볶음	28(1.76)	32.6±5.3	잔멸치볶음	35(1.54)	33.5±13.4	잔멸치볶음	54(1.76)	30.9±11.5	잔멸치볶음	45(1.42)	32.4±8.0
3	콩나물	100(0.99)	47.6±23.3	콩나물	18(1.13)	46.4±27.5	콩나물	20(0.88)	36.8±20.7	시금치나물	32(1.04)	55.1±20.8	시금치나물	44(1.39)	61.3±24.8
4	시금치나물	87(0.86)	59.6±23.3	취나물	13(0.83)	60.8±20.5	계란찜	19(0.84)	65.0±19.9	콩나물	32(1.04)	49.4±21.0	고등어구이	24(0.76)	72.6±7.6
5	계란후라이	71(0.70)	52.7±6.4	콩조림,콩자반	12(0.76)	29.5±3.6	계란후라이	15(0.66)	52.1±0.5	계란후라이	31(1.01)	53.5±9.8	계란찜	20(0.63)	51.3±10.3
6	고등어구이	70(0.69)	69.1±17.4	계란후라이	11(0.69)	52.0±0.0	고추멸치볶음	14(0.62)	39.0±14.8	고등어구이	27(0.88)	67.6±24.2	무숙채	17(0.53)	66.7±29.3
7	계란찜	63(0.62)	55.0±16.1	상추	11(0.69)	33.9±14.7	풋고추,고추	13(0.57)	32.6±18.4	고추멸치볶음	27(0.88)	30.6±12.5	상추	15(0.47)	45.5±15.9
8	고추멸치볶음	56(0.55)	36.0±13.6	단무지	10(0.63)	18.5±3.4	가지나물	12(0.53)	45.3±24.4	콩조림,콩자반	20(0.65)	23.6±5.7	콩조림,콩자반	14(0.44)	30.9±2.1
9	콩조림	55(0.54)	27.0±6.3	시금치나물	10(0.63)	68.0±24.1	고등어구이	12(0.53)	64.9±17.1	계란말이	18(0.59)	67.0±29.6	계란후라이	14(0.44)	52.0±0.0
10	상추	53(0.53)	37.6±17.1	오이생채	10(0.63)	76.4±10.8	상추	12(0.53)	45.0±18.9	고등어조림	18(0.59)	122.9±27.2	삼겹살구이	14(0.44)	109.8±43.0
11	고등어조림	46(0.46)	133.5±28.9	어묵볶음	9(0.57)	85.2±77.3	들깨잎	11(0.49)	5.9±4.5	계란찜	16(0.52)	51.5±14.8	계란말이	13(0.41)	77.7±24.5
12	계란말이	44(0.44)	72.1±27.8	오이소배기	9(0.57)	84.1±9.8	오이소배기	10(0.44)	57.9±38.1	상추	15(0.49)	26.6±11.8	고등어조림	12(0.38)	147.1±23.2
13	오이생채	43(0.43)	65.7±19.1	계란말이	8(0.50)	62.5±18.3	호박볶음	10(0.44)	48.5±29.4	오이생채	12(0.39)	67.1±17.7	고사리나물	12(0.38)	51.3±17.1
14	단무지	37(0.37)	19.6±7.2	계란찜	8(0.50)	47.5±11.0	깻잎장아찌	9(0.40)	19.5±12.0	단무지	12(0.39)	19.2±10.8	무생채	12(0.38)	54.2±17.1
15	무생채	34(0.34)	56.9±19.3	고등어조림	8(0.50)	127.9±40.0	불고기	9(0.40)	100.8±37.3	어묵볶음	12(0.39)	68.4±26.3	오이생채	12(0.38)	62.4±18.6
16	삼겹살구이	34(0.34)	100.8±67.1	고등어구이	7(0.44)	70.6±9.3	오이생채	9(0.40)	56.5±24.9	돼지고기볶음	11(0.36)	118.2±30.1	조기구이	12(0.38)	74.0±0.0
17	불고기	33(0.33)	119.6±42.3	고추멸치볶음	6(0.25)	47.1±10.3	조기구이	9(0.40)	65.8±16.3	깻잎조림	10(0.33)	27.0±12.1	갈치구이	11(0.35)	72.3±5.6
18	어묵볶음	32(0.32)	77.0±46.2	닭튀김	6(0.25)	142.7±62.0	고등어조림	8(0.35)	142.6±19.5	무생채	10(0.33)	51.3±21.2	야채샐러드	11(0.35)	67.1±30.2
19	조기구이	32(0.32)	74.0±16.3	불고기	6(0.25)	126.5±31.8	무생채	8(0.35)	56.7±19.5	배추나물	10(0.33)	71.9±25.5	단무지	9(0.32)	21.7±7.1
20	풋고추,고추	32(0.32)	33.7±15.4	삼겹살구이	6(0.25)	92.3±33.7	최고기장조림	8(0.35)	57.6±20.3	게장	9(0.29)	50.3±15.2	취나물	9(0.32)	52.7±27.9

1) Mean±SD

표 5-15. 다변도 음식의 계절별 섭취량 - 간식류

순위	전체			봄			여름			가을			겨울		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	우유	299(2.96)	212.1±70.6 <sup>1)</sup>	우유	46(2.89)	213.9±53.0	우유	77(3.40)	214.0±105.4	우유	94(3.07)	210.4±56.3	꿀	123(3.88)	258.9±184.3
2	사과	254(2.52)	156.1±57.4	커피	29(1.83)	113.0±10.7	포도	44(1.94)	95.8±52.7	사과, 부사	90(2.94)	137.5±64.4	사과, 부사	100(3.15)	138.7±67.9
3	꿀	213(2.11)	211.6±158.8	참외	24(1.51)	167.7±56.4	커피	43(1.90)	120.6±24.5	꿀	84(2.74)	147.3±79.7	우유	82(2.59)	211.2±52.1
4	커피	212(2.10)	123.5±42.7	수박	18(1.13)	191.7±77.2	수박	42(1.85)	211.7±110.4	커피	60(1.96)	120.8±25.3	커피	80(2.52)	130.8±62.7
5	오렌지주스	65(0.64)	168.6±27.0	녹차	14(0.88)	1.1±0.4	사과	38(1.68)	116.3±65.7	단감	33(1.08)	81.8±47.3	배	30(0.95)	156.0±78.5
6	수박	60(0.59)	205.7±101.3	오렌지주스	12(0.76)	165.0±48.3	복숭아	37(1.63)	114.9±51.2	배	21(0.69)	135.7±61.0	요구르트(액상)	24(0.76)	116.3±41.9
7	요구르트(액상)	59(0.58)	116.9±43.1	오렌지	11(0.69)	147.7±61.7	요구르트(액상)	18(0.79)	128.9±45.6	오렌지, 캔	21(0.69)	142.9±50.7	딸기	18(0.57)	138.9±63.1
8	배	51(0.51)	147.6±71.9	토마토	11(0.69)	164.5±99.3	토마토	14(0.62)	149.6±68.0	요구르트(호상)	15(0.49)	102.0±7.7	스낵과자	16(0.50)	22.5±6.1
9	포도	50(0.50)	105.8±58.7	딸기	9(0.56)	172.2±56.5	아이스크림	13(0.57)	94.9±21.1	스낵과자	14(0.46)	32.1±12.7	커피	16(0.50)	118.8±40.3
10	스낵과자	44(0.44)	32.1±18.6	사과	8(0.50)	134.4±71.9	오렌지, 캔	12(0.53)	170.8±91.6	고구마	10(0.33)	104.0±33.1	오렌지주스	13(0.41)	203.8±43.1
11	단감	43(0.43)	88.4±49.2	요구르트(액상)	8(0.50)	123.8±40.7	옥수수	11(0.49)	23.6±8.1	녹차	10(0.33)	34.3±104.6	오렌지	12(0.38)	130.0±67.3
12	녹차	40(0.40)	9.5±52.3	바나나	7(0.44)	136.4±61.6	비스켓	10(0.44)	30.0±11.7	요구르트(액상)	9(0.29)	88.9±35.9	고구마	11(0.35)	147.3±62.0
13	복숭아	37(0.37)	114.9±51.2	사과	7(0.44)	217.1±45.4	참외	10(0.44)	76.3±39.3	아이스크림	8(0.26)	100.0±0.0	망고	11(0.35)	23.7±11.5
14	아이스크림	35(0.35)	96.1±15.4	아이스크림	7(0.44)	100.0±0.0	고구마	9(0.40)	171.1±61.7	두유음료	7(0.22)	204.3±11.3	녹차	10(0.32)	1.4±0.7
15	참외	35(0.35)	142.5±66.3	스낵과자	6(0.38)	33.3±8.2	두유음료	8(0.35)	190.0±36.6	참쌀떡	6(0.19)	100.0±0.0	단감	10(0.32)	110.0±51.6
16	오렌지	33(0.33)	131.4±64.7	콜라	4(0.26)	212.5±25.0	스낵과자	8(0.35)	50.4±33.2	콜라	6(0.19)	200.0±0.0	감, 꽃감	8(0.25)	48.0±24.2
17	고구마, 찐것	30(0.30)	140.0±59.1	꿀	3(0.19)	150.0±86.6	녹차	6(0.26)	1.2±0.4	마른오징어	5(0.16)	32.8±24.3	요구르트(호상)	8(0.25)	100.0±0.0
18	요구르트(호상)	29(0.29)	101.0±5.6	두유음료	3(0.19)	166.7±57.7	토마토주스	6(0.26)	140.0±90.6	바나나	5(0.16)	200.0±93.5	아이스크림	7(0.22)	90.0±19.1
19	토마토	29(0.29)	159.3±93.4	토마토주스	3(0.19)	166.7±57.7	팥시루떡	5(0.22)	108.0±85.8	오렌지	5(0.16)	140.0±89.4	바나나	6(0.18)	175.0±68.9
20	딸기	28(0.28)	137.1±38	파인애플	3(0.19)	83.3±28.9	콜라	5(0.22)	120.0±44.7	오렌지주스	5(0.16)	180.0±44.7	인절미(콩고물)	6(0.18)	95.8±33.2

1) Mean±SD

표 5-16. 가족수에 따른 다빈도 음식 - 주식류

순위	3인 이하			4인			5인 이상		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	쌀밥	143(7.25)	82.5±21.8 <sup>1)</sup>	쌀밥	247(7.17)	79.1±21.1	쌀밥	111(7.22)	79.6±22.3
2	잡곡밥	57(2.60)	76.9±20.9	잡곡밥	106(3.07)	79.2±22.2	잡곡밥	55(3.59)	87.1±21.4
3	콩밥	29(1.42)	91.6±18.9	콩밥	40(1.16)	91.9±18.2	보리밥	11(0.72)	93.2±16.2
4	라면	15(0.73)	140.3±40.0	라면	28(0.81)	129.4±37.3	콩밥	11(0.72)	93.2±16.2
5	현미밥	13(0.64)	81.3±17.3	현미밥	27(0.78)	75.5±21.6	식빵	10(0.65)	81.9±46.7
6	롤빵, 소프트롤	12(0.59)	71.7±15.9	보리밥	25(0.73)	92.8±25.9	현미밥	10(0.65)	91.0±3.2
7	잡곡밥1	12(0.59)	79.8±17.6	롤빵, 소프트롤	23(0.67)	74.1±24.2	비빔밥	9(0.59)	235.9±82.9
8	보리밥	10(0.49)	97.5±7.9	김밥	20(0.58)	145.7±37.6	칼국수	7(0.46)	215.2±47.8
9	식빵	10(0.49)	86.9±32.5	식빵	19(0.55)	73.8±41.8	롤빵, 소프트롤	6(0.39)	73.3±16.3
10	칼국수	10(0.49)	207.2±48.4	떡볶기	18(0.52)	114.8±28.5	김밥	5(0.33)	173.5±23.9
11	흑미밥	9(0.44)	83.3±20.1	물냉면	14(0.41)	168.6±61.7	돈육카레라이스	5(0.33)	231.7±5.5
12	김밥	8(0.39)	164.5±32.2	칼국수	12(0.35)	242.8±23.1	라면	5(0.33)	107.1±26.6
13	김치볶음밥	7(0.34)	177.2±51.8	비빔밥	11(0.32)	251.1±43.5	강남콩밥	4(0.26)	75.0±28.9
14	돈육카레라이스	5(0.24)	178.6±85.8	흑미밥	11(0.32)	77.7±21.0	수제비	4(0.26)	180.0±38.6
15	떡국	5(0.24)	190.0±11.0	국수장국	10(0.29)	156.0±30.5	팔밥	4(0.26)	100.0±0.0
16	물냉면	5(0.24)	199.0±39.4	떡국	8(0.23)	170.6±31.6	흑미밥	4(0.26)	78.8±22.5
17	비빔밥	5(0.24)	241.4±60.2	떡만두국	8(0.23)	223.4±9.3	김치볶음밥	3(0.20)	187.4±37.5
18	씨리얼-콘플레이크	5(0.24)	78.0±26.8	토스트	8(0.23)	131.4±71.3	김치비빔국수	3(0.20)	160.7±46.2
19	팔빵	5(0.24)	96.0±35.8	선식	7(0.20)	70.7±76.2	떡국	3(0.20)	184.7±11.5
20	콩나물밥	4(0.20)	176.0±0.00	수제비	7(0.20)	178.9±42.6	오곡밥	3(0.20)	90.0±31.2

1) Mean±SD

표 5-17. 가족수에 따른 다빈도 음식 - 국, 찌개(탕, 전골 등)

순위	3인 이하			4인			5인 이상		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	된장찌개	37(1.81)	96.4±27.1 <sup>1)</sup>	된장찌개	56(1.62)	87.4±33.0	된장찌개	33(2.15)	90.0±34.3
2	미역국	27(1.32)	29.4±13.2	미역국	48(1.39)	29.4±10.7	미역국	23(1.50)	29.0±9.7
3	돈육김치찌개	19(0.93)	116.1±30.4	돈육김치찌개	37(1.07)	87.6±32.1	돈육김치찌개	12(0.78)	106.6±32.3
4	콩나물국	15(0.73)	54.0±18.1	콩나물국	26(0.75)	56.3±23.3	콩나물국	11(0.72)	51.4±14.1
5	두부된장국	14(0.69)	83.1±27.0	참치김치찌개	14(0.41)	98.9±30.8	김치콩나물국	9(0.59)	80.4±29.3
6	쇠고기무국	9(0.44)	86.0±15.2	배추된장국	11(0.32)	83.3±27.7	복어국	7(0.46)	54.6±15.7
7	순두부찌개	9(0.44)	165.4±31.2	동태찌개	10(0.29)	124.9±58.3	부대고기찌개	5(0.33)	160.0±55.4
8	시금치된장국	6(0.29)	64.2±14.3	두부된장국	9(0.26)	94.9±36.5	참치김치찌개	5(0.33)	117.0±32.5
9	시래기된장국	6(0.29)	48.0±18.6	시금치된장국	9(0.26)	69.4±14.7	쇠고기무국	4(0.26)	79.7±22.8
10	배추된장국	6(0.29)	99.0±0.0	순두부찌개	9(0.26)	163.2±35.2	순두부찌개	4(0.26)	130.1±11.7
11	참치김치찌개	6(0.29)	107.3±23.7	김치국	8(0.23)	74.5±43.1	시금치된장국	4(0.26)	70.0±0.0
12	김치국	5(0.24)	62.8±16.8	어묵국	8(0.23)	103.4±27.6	청국장찌개	4(0.26)	94.6±42.8
13	청국장찌개	4(0.20)	77.0±20.7	무국	8(0.23)	91.3±23.4	감자국	3(0.20)	71.7±30.0
14	복어국	4(0.20)	52.0±10.0	복어국	7(0.20)	41.1±15.2	김치국	3(0.20)	74.2±11.5
15	감자탕	3(0.15)	155.7±0.0	계란국	6(0.17)	41.2±4.1	동태찌개	3(0.20)	120.0±31.2
16	어묵국	3(0.15)	112.2±23.1	청국장찌개	6(0.17)	56.6±20.8	두부된장국	3(0.20)	96.7±32.5
17	오징어찌개	3(0.15)	125.0±45.3	시래기된장국	6(0.17)	72.0±0.0	삼계탕	3(0.20)	497.7±14.4
18	갈비탕	2(0.10)	214.5±0.0	두부된장찌개	5(0.14)	80.4±21.9	설렁탕	3(0.20)	120.5±0.0
19	근대된장국	2(0.10)	70.5±33.2	곰탕	4(0.12)	89.8±17.1	아욱국	3(0.20)	48.0±0.0
20	미역냉국	2(0.10)	40.0±0.0	대합미역국	4(0.12)	22.3±6.4	감자된장국	2(0.13)	74.0±56.6

1) Mean±SD

표 5-18. 가족수에 따른 다빈도 음식 - 김치류

순위	3인 이하			4인			5인 이상		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	배추김치	211(10.34)	55.3±20.8 <sup>1)</sup>	배추김치	346(10.04)	52.0±16.4	배추김치	177(11.51)	53.7±16.3
2	깍두기	30(1.47)	44.9±19.3	깍두기	38(1.10)	52.0±22.0	깍두기	18(1.17)	46.5±16.5
3	열무김치	13(0.64)	45.2±9.6	열무김치	34(0.99)	43.5±9.6	열무김치	18(1.17)	43.8±10.7
4	동치미	9(0.44)	74.4±25.7	동치미	20(0.58)	90.5±19.6	동치미	6(0.39)	87.5±30.6
5	나박김치	8(0.39)	73.4±31.7	총각김치	20(0.58)	43.1±11.1	총각김치	5(0.33)	37.5±8.8
6	총각김치	6(0.29)	39.6±12.3	나박김치	5(0.15)	100.0±0.0	갓김치	3(0.20)	50.5±8.7
7	파김치	4(0.20)	48.8±22.5	파김치	5(0.15)	60.0±0.0	파김치	3(0.20)	41.7±16.1
8	갓김치	3(0.15)	45.0±26.0	갓김치	3(0.09)	50.0±17.3	나박김치	2(0.13)	75.0±35.4
9	상추겉절이	3(0.15)	48.7±11.2	보쌈김치	2(0.06)	64.8±13.1	부추김치	2(0.13)	61.0±0.0
10	고들빼기김치	1(0.05)	45.0±0.0	부추김치	2(0.06)	53.4±10.8	상추겉절이	1(0.07)	59.5±0.0
11	부추김치	1(0.0)	30.5±0.0	상추겉절이	2(0.06)	79.5±14.1	양배추겉절이	1(0.07)	60.4±0.0

1) Mean±SD

표 5-19. 가족수에 따른 다반도 음식 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등)

순위	3인 이하			4인			5인 이상		
	음식명(n)	빈도(%)	섭취량(g)	음식명(n)	빈도(%)	섭취량(g)	음식명(n)	빈도(%)	섭취량(g)
1	김구이	90(4.41)	2.8±1.1 <sup>1)</sup>	김구이	138(4.00)	2.9±2.7	김구이	50(3.25)	2.9±1.1
2	잔멸치볶음	34(1.67)	31.3±5.9	잔멸치볶음	50(1.45)	33.7±9.3	잔멸치볶음	24(1.56)	33.1±13.4
3	콩나물	17(0.83)	53.0±26.4	콩나물	34(0.99)	49.7±25.4	콩나물	17(1.11)	34.8±16.4
4	콩조림-콩자반	14(0.69)	27.2±87.4	시금치나물	33(0.96)	61.8±23.4	계란찜	13(0.85)	49.6±11.9
5	상추	13(0.64)	44.4±16.9	계란찜	26(0.75)	58.0±16.7	무생채	11(0.72)	59.2±21.6
6	계란후라이	12(0.59)	52.2±0.6	고등어구이	25(0.73)	68.9±12.8	시금치나물	11(0.72)	54.1±27.5
7	취나물	12(0.59)	54.3±24.0	계란후라이	19(0.55)	52.0±0.0	어묵볶음	11(0.72)	69.1±23.9
8	고등어구이	11(0.54)	71.3±11.1	콩조림-콩자반	18(0.52)	30.2±3.0	계란후라이	9(0.59)	52.0±0.0
9	시금치나물	11(0.54)	71.5±23.8	상추	17(0.49)	40.3±15.9	단무지	9(0.59)	19.4±1.7
10	깻잎장아찌	10(0.49)	22.4±12.0	삼겹살구이	16(0.46)	92.3±38.9	갈치구이	9(0.59)	74.0±0.0
11	고추멸치볶음	10(0.49)	39.1±14.7	오이생채	16(0.46)	70.0±15.9	상추	8(0.52)	41.6±20.8
12	계란말이	9(0.44)	70.4±12.9	고추멸치볶음	15(0.44)	40.9±11.7	오이생채	8(0.52)	58.7±27.8
13	고등어조림	9(0.44)	146.8±26.4	계란말이	14(0.41)	80.0±34.5	고등어구이	7(0.46)	72.7±7.0
14	계란찜	8(0.39)	60.9±20.9	조기구이	14(0.41)	71.4±9.9	고등어조림	7(0.46)	131.8±38.2
15	삼겹살구이	8(0.39)	115.3±51.3	불고기	13(0.38)	122.1±29.1	불고기	7(0.46)	104.1±40.2
16	오이생채	7(0.34)	61.7±17.7	고등어조림	12(0.35)	140.5±24.2	취나물	7(0.46)	50.8±27.6
17	조기구이	7(0.34)	74.0±0.0	오이소배기	12(0.35)	57.5±22.2	김치전	5(0.33)	95.8±35.3
18	풋고추, 고추	7(0.34)	29.6±16.8	풋고추, 고추	12(0.35)	35.0±15.4	돼지고기볶음	5(0.33)	103.6±36.3
19	단무지	7(0.34)	19.3±1.9	호박볶음	11(0.32)	49.9±24.7	명란젓	5(0.33)	14.3±1.7
20	도토리묵무침	7(0.34)	104.9±30.8	돈까스	10(0.29)	102.5±36.0	풋고추, 고추	5(0.33)	41.5±20.7

1) Mean±SD



표 5-20. 가족수에 따른 다빈도 음식 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등)

순위	3인 이하			4인			5인 이상		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	우유	57(2.79)	226.8±124.3 <sup>1)</sup>	우유	106(3.08)	209.9±54.0	우유	42(2.73)	201.3±6.0
2	커피, 설탕, 프림	44(2.16)	113.7±8.7	커피, 설탕, 프림	74(2.15)	132.2±65.0	커피, 설탕, 프림	34(2.21)	121.9±27.4
3	꿀	42(2.06)	277.4±217.0	꿀	67(1.94)	250.0±170.3	꿀	20(1.30)	215.0±134.8
4	사과, 부사	33(1.62)	139.4±72.6	사과, 부사	47(1.36)	144.7±57.3	사과, 부사	20(1.30)	123.3±82.8
5	포도	16(0.78)	111.6±65.9	수박	32(0.93)	195.3±74.4	수박	15(0.98)	209.3±141.7
6	요구르트, 액상	14(0.69)	117.1±47.3	요구르트, 액상	25(0.73)	118.4±45.2	요구르트, 액상	11(0.72)	136.4±28.0
7	참외	14(0.69)	159.8±72.8	사과, 아오리	22(0.64)	119.0±66.2	배	10(0.65)	150.5±92.5
8	수박	13(0.64)	226.9±109.2	복숭아, 백도	21(0.61)	123.8±56.2	아이스크림	9(0.59)	100.0±0.0
9	녹차	12(0.59)	1.4±0.7	포도	21(0.61)	95.5±50.9	오렌지	9(0.59)	105.6±58.3
10	사과, 아오리	12(0.59)	116.7±77.9	딸기	15(0.44)	150.0±75.6	포도	9(0.59)	77.8±29.2
11	오렌지, 천연과즙	11(0.54)	200.0±44.7	스낵과자	15(0.44)	28.5±18.0	복숭아, 백도	9(0.59)	100.0±43.3
12	스낵과자	10(0.49)	37.3±28.6	커피, 원두, 블랙	15(0.44)	115.3±35.2	녹차	8(0.52)	1.1±0.4
13	딸기	9(0.44)	161.1±41.7	오렌지	13(0.38)	129.6±62.8	참외	8(0.52)	153.1±54.2
14	배	9(0.44)	166.7±56.6	참외	13(0.38)	117.3±62.4	바나나	7(0.46)	142.9±73.2
15	아이스크림	8(0.39)	91.1±26.7	토마토	13(0.38)	176.5±91.5	오렌지, 천연과즙	7(0.46)	154.3±51.3
16	복숭아, 백도	7(0.34)	107.1±45.0	고구마, 전것	12(0.35)	139.2±27.8	토마토	6(0.39)	131.7±63.4
17	요구르트, 호상	7(0.34)	100.0±0.0	배	11(0.32)	152.3±86.4	땅콩, 볶은것	5(0.33)	15.6±5.8
18	비스킷	6(0.29)	28.8±16.7	녹차	10(0.29)	1.1±0.3	사과, 아오리	5(0.33)	120.0±44.7
19	오렌지	6(0.29)	166.7±51.6	두유음료	10(0.29)	194.0±34.1	스낵과자	5(0.33)	32.5±10.3
20	콜라	6(0.29)	158.3±66.5	아이스크림	10(0.29)	93.5±16.7	감, 꽃감	4(0.26)	48.0±18.5

1) Mean±SD

표 5-21. 가족 내 총수입에 따른 다빈도 음식 - 주식류

순위	300만원 이하			300만원~450만원			450만원 이상		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	쌀밥(267)	267(7.83)	81.1±20.3 <sup>1)</sup>	쌀밥(148)	148(7.15)	80.9±21.5	쌀밥(91)	91(5.90)	76.6±25.0
2	잡곡밥	87(2.55)	87.11±16.46	잡곡밥	72(3.47)	76.53±23.37	잡곡밥	60(3.89)	75.43±23.94
3	콩밥(47)	47(1.38)	91.5±19.7	현미밥(21)	21(1.01)	80.7±18.5	식빵(18)	18(1.17)	70.1±38.8
4	라면(29)	29(0.85)	132.1±35.4	콩밥(20)	20(0.97)	96.5±8.0	롤빵, 소프트롤(13)	13(0.84)	72.7±14.5
5	보리밥(29)	29(0.85)	97.8±10.5	김밥(12)	12(0.58)	149.2±41.1	콩밥(13)	13(0.84)	86.5±21.9
6	현미밥(22)	22(0.64)	76.4±21.6	칼국수(12)	12(0.58)	224.8±44.4	보리밥(11)	11(0.71)	80.5±37.1
7	롤빵, 소프트롤(18)	18(0.53)	74.4±27.3	라면(11)	11(0.53)	136.3±35.7	라면(8)	8(0.52)	116.6±49.3
8	김밥(15)	15(0.44)	163.3±29.2	롤빵, 소프트롤(10)	10(0.48)	72.0±14.0	현미밥(7)	7(0.45)	90.0±0.0
9	물냉면(14)	14(0.41)	182.9±58.5	흑미밥(10)	10(0.48)	75.0±24.6	칼국수(7)	7(0.45)	203.8±55.8
10	비빔밥(12)	12(0.35)	237.6±46.1	식빵(9)	9(0.43)	79.4±33.1	김밥(6)	6(0.39)	142.9±39.5
11	식빵(12)	12(0.35)	92.8±46.5	떡볶기(8)	8(0.39)	115.0±15.8	비빔밥(6)	6(0.39)	208.6±92.9
12	흑미밥(12)	12(0.35)	86.3±13.0	떡국(7)	7(0.34)	172.4±35.6	떡볶기(5)	5(0.32)	115.5±55.8
13	떡볶기(10)	10(0.29)	106.1±29.2	비빔밥(7)	7(0.34)	284.1±25.0	수제비(5)	5(0.32)	187.5±41.8
14	칼국수(10)	10(0.29)	236.8±19.3	보리밥(6)	6(0.29)	100.0±0.0	돈육카레라이스(4)	4(0.26)	190.6±56.3
15	돈육카레라이스(9)	9(0.26)	187.3±73.3	국수장국(6)	6(0.29)	142.1±44.2	떡국(4)	4(0.26)	183.0±10.0
16	김치볶음밥(8)	8(0.23)	165.1±39.7	김치볶음밥(5)	5(0.24)	205.4±31.4	물냉면(4)	4(0.26)	199.1±27.0
17	강남콩밥(7)	7(0.21)	65.4±26.6	바게뜨빵, 마늘빵(5)	5(0.24)	60.0±20.0	오곡밥(4)	4(0.26)	108.0±0.0
18	국수장국(7)	7(0.21)	169.3±16.6	비빔국수(4)	4(0.19)	142.9±63.4	김치볶음밥(3)	3(0.19)	205.7±34.4
19	선식(6)	6(0.18)	77.5±81.1	우동	4(0.19)	175.8±64.9	떡만두국(3)	3(0.19)	221.7±11.5
20	떡만두국	6(0.18)	218.1±10.9	호박죽	4(0.19)	108.0±24.0	토스트	3(0.19)	90.3±47.4

1) Mean±SD

표 5-22. 가족 내 총수입에 따른 다빈도 음식 - 국, 찌개(탕, 전골 등)

순위	300만원 이하			300만원~450만원			450만원 이상		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	된장찌개	68(1.99)	93.4±31.0 <sup>1)</sup>	된장찌개	33(1.59)	87.8±30.4	미역국	28(1.81)	27.4±12.2
2	돈육김치찌개	41(1.20)	102.7±34.5	미역국	32(1.55)	34.1±5.6	된장찌개	25(1.62)	87.5±35.8
3	미역국	38(1.11)	26.8±12.6	돈육김치찌개	18(0.87)	101.1±34.6	콩나물국	13(0.84)	48.3±14.9
4	콩나물국	27(0.79)	59.6±18.7	콩나물국	12(0.58)	50.2±25.4	돈육김치찌개	9(0.58)	77.3±20.8
5	두부된장국	15(0.44)	84.2±31.1	시금치된장국	9(0.43)	71.1±3.3	참치김치찌개	7(0.45)	113.0±23.0
6	김치국	15(0.44)	70.0±34.8	순두부찌개	8(0.39)	158.6±35.1	김치콩나물국	5(0.32)	84.4±32.2
7	동태찌개	14(0.41)	135.3±52.0	배추된장국	7(0.34)	91.9±18.7	동태찌개	5(0.32)	152.0±25.1
8	순두부찌개	12(0.35)	156.6±31.8	복어국	6(0.29)	54.8±12.3	두부된장국	5(0.32)	79.2±37.3
9	참치김치찌개	12(0.35)	113.2±27.0	시래기된장국	6(0.29)	60.0±18.6	부대고기찌개	3(0.19)	158.0±55.7
10	무국	10(0.29)	101.5±12.1	참치김치찌개	6(0.29)	77.3±27.0	복어국	3(0.19)	50.3±5.8
11	배추된장국	10(0.29)	81.7±28.7	청국장찌개	6(0.29)	85.1±33.0	삼계탕	3(0.19)	497.7±14.4
12	쇠고기무국	10(0.29)	86.5±14.4	두부된장국	6(0.29)	108.2±15.0	쇠고기무국	3(0.19)	75.9±26.3
13	복어국	9(0.26)	44.3±18.2	계란국	5(0.24)	41.5±4.5	감자국	2(0.13)	85.8±17.3
14	시금치된장국	8(0.23)	68.1±15.1	김치콩나물국	4(0.19)	87.9±25.1	곰탕	2(0.13)	85.5±0.0
15	청국장찌개	8(0.23)	61.4±26.1	대합미역국	4(0.19)	22.3±6.4	배추된장국	2(0.13)	99.0±0.0
16	시래기된장국	6(0.18)	54.0±19.7	쇠고기무국	4(0.19)	91.1±0.0	쇠고기국	2(0.13)	77.8±5.0
17	감자국	5(0.15)	86.0±11.0	어묵국	4(0.19)	97.0±26.2	순두부찌개	2(0.13)	164.6±46.0
18	부대고기찌개	5(0.15)	128.5±54.6	오징어찌개	4(0.19)	128.5±37.7	시금치된장국	2(0.13)	52.5±24.7
19	육개장	5(0.15)	229.1±53.3	감자탕	3(0.14)	155.7±0.0	시래기된장국	2(0.13)	72.0±0.0
20	어묵국	5(0.15)	117.5±17.9	설렁탕	3(0.14)	120.5±0.0	어묵국	2(0.13)	94.1±44.4

1) Mean±SD

표 5-23. 가족 내 총수입에 따른 다빈도 음식 - 김치류

순위	300만원 이하			300만원~450만원			450만원 이상		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	배추김치	364(10.67)	55.1±18.4 <sup>1)</sup>	배추김치	217(10.48)	53.7±17.3	배추김치	153(9.92)	48.6±16.3
2	깍두기	47(1.38)	47.7±17.6	깍두기	20(0.97)	48.0±20.7	깍두기	19(1.23)	50.5±25.5
3	열무김치	37(1.08)	43.7±10.3	열무김치	19(0.92)	46.1±5.8	열무김치	9(0.58)	40.3±13.7
4	동치미	19(0.56)	93.4±14.0	동치미	7(0.34)	92.9±18.9	동치미	9(0.58)	64.4±30.9
5	총각김치	19(0.56)	42.1±10.4	총각김치	7(0.34)	41.1±9.4	총각김치	5(0.32)	40.0±16.3
6	나박김치	9(0.26)	87.8±24.3	나박김치	5(0.24)	85.0±22.4	갓김치	2(0.13)	45.0±21.2
7	파김치	8(0.23)	51.3±17.1	파김치	4(0.19)	52.5±15.0	고들빼기김치	1(0.06)	45.0±0.0
8	상추겉절이	3(0.09)	59.5±10.0	부추김치	3(0.14)	61.0±0.0	나박김치	1(0.06)	22.5±0.0
9	보쌈김치	2(0.06)	64.8±13.1	갓김치	2(0.10)	45.0±0.0	부추겉절이	1(0.06)	38.6±0.0
10	부추김치	2(0.06)	38.1±10.8	상추겉절이	2(0.10)	74.51±21.2	상추겉절이	1(0.06)	37.1±0.0
11				양배추겉절이	1(0.05)	60.4±0.0			

1) Mean±SD

표 5-24. 가족 내 총수입에 따른 다빈도 음식 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등)

순위	300만원 이하			300만원~450만원			450만원 이상		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	김구이	140(4.10)	3.1±2.7 <sup>1)</sup>	김구이	72(3.48)	2.6±1.0	김구이	66(4.28)	2.8±1.1
2	잔멸치볶음	47(1.38)	33.6±9.8	잔멸치볶음	38(1.83)	33.0±10.2	잔멸치볶음	23(1.49)	31.0±7.6
3	콩나물	35(1.03)	47.4±26.8	콩나물국	17(0.82)	46.8±19.5	콩나물	16(1.04)	45.5±25.3
4	계란후라이	25(0.73)	52.0±0.0	시금치나물	16(0.77)	59.8±28.2	시금치나물	15(0.97)	59.5±26.9
5	시금치나물	24(0.70)	65.5±20.7	계란찜	15(0.72)	56.5±6.2	고등어구이	14(0.91)	65.9±16.0
6	계란찜	23(0.67)	58.0±17.4	고추멸치볶음	13(0.63)	40.5±13.7	무생채	11(0.71)	53.8±19.9
7	상추	22(0.64)	41.5±17.4	조기구이	13(0.63)	68.3±13.9	불고기	10(0.65)	108.0±36.4
8	콩조림-콩자반	18(0.53)	28.9±4.7	콩조림-콩자반	13(0.63)	30.9±2.2	계란찜	9(0.58)	50.9±25.1
9	고등어구이	17(0.50)	72.6±5.9	고등어구이	12(0.58)	71.7±10.6	계란후라이	9(0.58)	52.2±0.7
10	오이생채	17(0.50)	67.0±15.6	단무지	12(0.58)	21.7±5.8	갈치구이	7(0.45)	74.0±0.0
11	계란말이	16(0.47)	73.4±31.1	상추	12(0.58)	42.3±17.4	조기구이	7(0.45)	74.0±0.0
12	삼겹살구이	15(0.44)	110.7±41.6	고등어조림	10(0.48)	116.4±33.8	가지나물	6(0.39)	37.6±15.2
13	취나물	15(0.44)	59.3±22.4	고사리나물	9(0.43)	53.8±22.3	들깨잎	6(0.39)	7.0±4.7
14	풋고추, 고추	15(0.44)	40.3±15.9	오이생채	9(0.43)	71.0±20.6	풋고추, 고추	6(0.39)	27.0±16.8
15	고등어조림	14(0.41)	154.6±9.3	호박볶음	9(0.43)	66.1±26.7	호박볶음	6(0.39)	38.1±18.7
16	오이소배기	14(0.41)	73.1±33.2	갈치구이	8(0.38)	74.0±0.0	고추멸치볶음	6(0.39)	33.4±13.2
17	깻잎장아찌	11(0.32)	23.3±8.8	삼겹살구이	7(0.34)	70.3±23.2	갈비구이	5(0.32)	125.3±57.4
18	단무지	11(0.32)	17.7±3.4	깻잎장아찌	7(0.34)	20.3±12.9	건새우볶음	5(0.32)	26.0±13.4
19	어묵볶음	11(0.32)	87.5±72.8	야채샐러드	7(0.34)	61.5±30.8	계란말이	5(0.32)	84.0±23.4
20	고추멸치볶음	10(0.29)	46.5±9.7	계장	6(0.29)	54.7±8.6	무숙채	5(0.32)	46.3±23.1

1) Mean±SD

표 5-25. 가족 내 총수입에 따른 다빈도 음식 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등)

순위	300만원 이하			300만원~450만원			450만원 이상		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	우유	105(3.08)	215.8±92.4 <sup>1)</sup>	우유	52(2.51)	203.6±44.8	우유	48(3.11)	216.6±64.3
2	커피, 설탕, 프림	71(2.08)	128.8±64.8	커피, 설탕, 프림	41(1.98)	115.0±0.0	커피, 설탕, 프림	40(2.59)	126.8±34.9
3	꿀	67(1.96)	244.0±156.8	꿀	40(1.93)	298.8±246.6	꿀	22(1.43)	200.0±69.0
4	사과, 부사	39(1.14)	148.7±70.2	사과, 부사	40(1.93)	134.2±87.6	사과, 부사	21(1.36)	128.6±81.5
5	수박	31(0.91)	223.9±125.2	요구르트, 액상	19(0.92)	125.8±36.7	포도	18(1.17)	89.7±46.6
6	요구르트, 액상	18(0.53)	111.7±43.4	수박	19(0.92)	189.5±65.8	사과, 아오리	13(0.84)	129.2±60.1
7	참외	18(0.53)	142.4±70.6	사과, 아오리	17(0.82)	112.2±79.1	요구르트, 액상	13(0.84)	130.8±49.6
8	스낵과자	17(0.50)	27.2±8.3	복숭아, 백도	15(0.72)	106.7±53.0	수박	10(0.65)	180.0±63.2
9	녹차	16(0.47)	1.3±0.6	포도	13(0.63)	105.8±59.6	토마토	9(0.58)	168.9±64.9
10	배	15(0.44)	180.0±74.5	참외	12(0.58)	147.9±71.1	배	8(0.52)	114.4±38.5
11	오렌지, 천연과즙	15(0.44)	186.7±51.6	오렌지	11(0.53)	129.5±57.9	복숭아, 백도	8(0.52)	137.5±69.4
12	포도	15(0.44)	100.0±59.0	딸기	9(0.43)	127.8±71.2	아이스크림	8(0.52)	100.5±0.9
13	복숭아, 백도	14(0.41)	110.7±35.0	스낵과자	9(0.43)	32.8±26.3	녹차	7(0.45)	1.3±0.5
14	아이스크림	14(0.41)	90.0±23.5	고구마, 찐것	7(0.34)	191.4±71.0	딸기	6(0.39)	166.7±60.6
15	딸기	12(0.35)	158.3±55.7	녹차	7(0.34)	1.1±0.4	땅콩, 볶은것	6(0.39)	20.8±14.7
16	오렌지	12(0.35)	125.0±58.4	바나나	7(0.34)	150.0±50.0	고구마, 찐것	5(0.32)	126.0±31.3
17	사과, 아오리	9(0.26)	114.4±51.3	배	7(0.34)	152.1±106.5	두유음료	5(0.32)	202.0±4.5
18	토마토	9(0.26)	155.0±111.4	오렌지, 천연과즙	7(0.34)	178.6±56.7	오렌지	5(0.32)	142.0±85.6
19	단감	8(0.23)	118.8±53.0	토마토	7(0.34)	141.4±63.4	오렌지, 캔쥬스	5(0.32)	200.0±122.5
20	두유음료	8(0.23)	180.0±50.1	커피, 원두, 블랙	6(0.29)	105.0±12.2	요구르트, 호상	5(0.32)	100.0±0.0

1) Mean±SD

#### 4) 사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식

사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식의 섭취량에 관련된 자료는 표 5-26 ~ 표 5-30에 제시하였다. 주식류의 경우 상류층에서는 쌀밥, 잡곡밥, 식빵, 롤빵, 콩밥의 순으로 중류층에서는 쌀밥, 잡곡밥, 콩밥, 라면, 현미밥의 순, 하류층에서는 쌀밥, 콩밥, 잡곡밥, 라면, 보리밥의 순으로 나타나 모든 계층에서 1위는 쌀밥이었다. 국, 찌개류에 있어서는 계층 간에 순위에 차이가 있지만 된장찌개, 미역국, 콩나물국, 돈육김치찌개의 섭취빈도가 높은 식품이었다. 김치류 역시 배추김치가 모든 군에서 섭취빈도가 가장 높았고, 그 다음이 상류층과 중류층은 깍두기, 하류층은 열무김치 이었다. 반찬류는 모든 계층에서 1, 2위는 김구이와 잔멸치 볶음이었고, 상류층의 경우 상위 20위내 불고기가 포함된 반면 중, 하류층은 삼겹살구이가 포함되어 있어 계층 간에 섭취하는 음식의 종류에 차이를 보였다. 간식의 경우 상류층과 중류층은 우유와 커피, 하류층에서는 우유, 꿀의 섭취빈도가 높은 식품이었다. 또한 상류층에서는 원두커피, 두유음료가, 하류층에서는 비스킷, 단감, 콜라, 꽃감이 상위 20내 포함된 식품으로 조사되었다.

사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식별 섭취빈도와 가족수에 따른 음식별 섭취 빈도 및 섭취량에 관련된 자료는 부록에 제시하였다.

#### 5) 외식여부에 따른 다빈도 음식

외식여부에 따른 다빈도 음식의 섭취량에 관련된 자료는 표 5-31 ~ 표 5-35에 제시하였다. 주식류의 경우 내식은 쌀밥, 잡곡밥, 콩밥, 현미밥, 라면, 외식은 쌀밥, 김밥, 잡곡밥, 칼국수, 롤빵, 물냉면의 순이었고, 음식의 섭취량에 있어도 내식보다 외식을 통해 섭취하는 양이 많았다. 국, 찌개류에 있어서 된장찌개, 미역국이 내식이나 외식 모두 섭취 빈도가 높은 음식이었다. 이외 내식의 경우 돈육김치찌개, 콩나물국, 참치김치찌개, 동태찌개의 섭취빈도가 높은 반면 외식은 순두부찌개, 육개장, 감자탕, 부대고기찌개, 설렁탕의 섭취빈도가 높았다. 김치류는 내식과 외식 모두 배추김치, 깍두기, 열무김치의 섭취빈도가 높았다. 반찬류에 있어서 김구이는 내식과 외식 모두 섭취 빈도가 높은 음식이었으며, 외식의 경우 단무지, 돈가스, 꽃고추, 샐러드 종류가 내식은 고등어구이, 콩조림, 고등어조림, 고추멸치볶음 등이 상위 20위내 포함된 다빈도 음식이었다. 간식의 경우 우유가 내식과 외식 모두 섭취빈도가 가장 높은 식품이었다. 그 외 내식의 경우 주로 과일종류의 섭취빈도가 높은 반면 외식은 차류나 과자류, 음료 및 주류의 섭취 빈도가 높게 나타났다. 위와 같이 내식과 외식에 있어서 다빈도 음식에 차이를 보이고 있으며 섭취량 역시 내식보다는 외식을 통해 섭취하는 양이 많음을 볼 수 있었다.

외식여부에 따른 다빈도 음식별 섭취빈도와 가족수에 따른 음식별 섭취 빈도 및 섭취량에 관련된 자료는 부록에 제시하였다.

표 5-26. 사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식 - 주식류

순위	상			중			하		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	쌀밥	113(6.27)	76.6±24.3 <sup>1)</sup>	쌀밥	229(6.89)	80.7±20.4	쌀밥(164)	164(8.63)	82.0±21.0
2	잡곡밥	58(3.22)	75.7±21.1	잡곡밥	123(3.70)	77.8±21.7	콩밥(32)	32(1.68)	94.5±15.2
3	식빵	21(1.17)	70.2±38.4	콩밥	35(1.05)	90.9±19.9	잡곡밥(26)	38(2.00)	90.9±38.9
4	롤빵, 소프트롤	14(0.78)	70.4±16.5	라면	29(0.87)	129.1±39.0	라면(14)	14(0.74)	134.6±34.9
5	콩밥	13(0.72)	50.7±14.4	현미밥	27(0.81)	77.1±20.9	보리밥(14)	14(0.74)	95.4±15.0
6	김밥	10(0.56)	137.6±47.2	보리밥	22(0.66)	96.6±16.0	현미밥(14)	14(0.74)	81.1±19.7
7	보리밥	10(0.56)	86.0±34.0	롤빵, 소프트롤	21(0.63)	72.4±14.8	식빵(8)	8(0.42)	101.9±55.4
8	떡볶이	9(0.50)	104.7±44.1	김밥	16(0.48)	159.9±28.2	칼국수(8)	8(0.42)	232.0±17.9
9	현미밥	9(0.50)	87.5±7.5	칼국수	15(0.45)	227.7±40.8	김밥(7)	7(0.37)	166.1±27.0
10	돈육카레라이스	6(0.33)	203.1±45.6	흑미밥	13(0.39)	81.9±20.0	비빔밥(7)	7(0.37)	232.3±47.0
11	비빔밥	6(0.33)	235.3±105.6	물냉면	12(0.36)	192.5±61.5	김치볶음밥(6)	6(0.32)	171.6±50.9
12	칼국수	6(0.33)	203.4±62.4	비빔밥	12(0.36)	254.5±40.3	롤빵, 소프트롤(6)	6(0.32)	83.3±40.8
13	떡국	5(0.28)	178.0±14.1	떡볶이	10(0.30)	116.6±25.1	물냉면(6)	6(0.32)	169.8±39.8
14	라면	5(0.28)	127.1±45.3	국수장국	9(0.27)	156.7±32.3	흑미밥(6)	6(0.32)	90.0±0.0
15	흑미밥	4(0.22)	63.0±24.6	수제비	9(0.27)	177.5±40.9	토스트(5)	5(0.27)	139.2±37.0
16	오곡밥	4(0.22)	108.0±0.0	김치볶음밥	8(0.24)	195.4±35.9	강남콩밥(4)	4(0.21)	52.0±17.3
17	국수장국	3(0.17)	154.0±48.2	떡국	8(0.24)	178.1±33.5	떡볶이(4)	4(0.21)	112.5±11.9
18	물냉면	3(0.17)	168.3±83.0	돈육카레라이스	7(0.21)	197.8±47.4	국수장국(3)	3(0.16)	162.6±22.5
19	선식	3(0.17)	36.7±5.8	떡만두국	7(0.21)	228.4±11.6	돈육카레라이스(3)	3(0.16)	168.8±120.4
20	설렁탕	3(0.17)	120.5±0.0	선식	7(0.21)	42.1±15.2	떡국	3(0.16)	184.7±11.6

1) Mean±SD



표 5-27. 사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식 - 국, 찌개(탕, 전골 등)

순위	상			중			하		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	된장찌개	36(2.00)	83.7±33.7 <sup>1)</sup>	된장찌개	54(1.62)	91.0±32.3	된장찌개	36(1.89)	92.7±26.9
2	미역국	26(1.44)	30.5±11.7	미역국	49(1.47)	94.1±33.1	미역국	23(1.21)	26.7±14.0
3	콩나물국	13(0.72)	50.7±14.4	돈육김치찌개	39(1.17)	30.0±9.2	돈육김치찌개	20(1.05)	108.1±35.9
4	돈육김치찌개	9(0.50)	80.8±33.4	콩나물국	25(0.75)	98.4±31.7	콩나물국	14(0.74)	58.0±18.3
5	두부된장국	7(0.39)	89.9±36.9	순두부찌개	13(0.39)	54.7±25.6	두부된장국	10(0.53)	84.4±34.4
6	참치김치찌개	7(0.39)	108.7±23.9	동태찌개	10(0.30)	159.2±32.0	참치김치찌개	8(0.42)	117.8±25.3
7	배추된장국	6(0.33)	90.8±20.2	참치김치찌개	10(0.30)	126.9±57.0	동태찌개	7(0.37)	137.1±40.1
8	김치콩나물국	5(0.28)	84.4±32.2	김치국	9(0.27)	65.6±19.8	무국	7(0.37)	101.9±12.2
9	시금치된장국	5(0.28)	63.0±15.7	두부된장국	9(0.27)	92.8±22.6	쇠고기무국	7(0.37)	84.6±17.2
10	복어국	4(0.22)	54.5±15.0	배추된장국	9(0.27)	79.8±29.7	순두부찌개	7(0.37)	154.2±34.9
11	동태찌개	3(0.17)	164.7±25.2	복어국	9(0.27)	44.3±14.9	시금치된장국	7(0.37)	66.4±14.4
12	부대고기찌개	3(0.17)	151.3±58.6	어묵국	9(0.27)	101.4±26.5	김치국	6(0.32)	79.1±47.0
13	삼계탕	3(0.17)	497.7±14.4	쇠고기무국	8(0.24)	91.1±0.0	청국장찌개	6(0.32)	54.2±18.9
14	설렁탕	3(0.17)	120.5±0.0	계란국	7(0.21)	40.9±3.8	복어국	5(0.26)	52.3±16.1
15	시래기된장국	3(0.17)	72.0±0.0	시금치된장국	7(0.21)	72.9±7.6	시래기된장국	5(0.26)	50.4±19.7
16	청국장찌개	3(0.17)	81.0±20.0	김치콩나물국	6(0.18)	88.8±32.0	근대된장국	4(0.21)	82.3±23.5
17	감자국	2(0.11)	85.8±17.3	시래기된장국	6(0.18)	60.0±18.6	대합미역국	4(0.21)	25.5±0.0
18	곰탕	2(0.11)	85.5±0.0	육개장	6(0.18)	196.8±84.3	배추된장국	4(0.21)	99.0±0.0
19	두부김치국	2(0.11)	76.5±36.1	청국장찌개	6(0.18)	89.2±35.9	삼계탕	3(0.16)	504.3±2.9
20	쇠고기국	2(0.11)	77.8±5.0	감자국	5(0.15)	78.2±24.1	어묵김치찌개	3(0.16)	133.3±30.9

1) Mean±SD

표 5-28. 사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식 - 김치류

순위	상			중			하		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	배추김치	175(9.72)	48.1±15.8 <sup>1)</sup>	배추김치	355(1068)	54.1±18.9	배추김치	204(10.74)	56.5±16.5
2	깍두기	20(1.11)	49.9±25.0	깍두기	43(1.29)	45.6±19.4	열무김치	31(1.63)	44.1±10.5
3	열무김치	15(0.83)	42.2±11.2	동치미	19(0.57)	93.9±15.0	깍두기	23(1.21)	52.3±16.2
4	총각김치	7(0.39)	37.5±12.5	열무김치	19(0.57)	45.0±7.5	총각김치	13(0.68)	42.3±10.9
5	동치미	6(0.33)	57.5±34.5	총각김치	11(0.33)	43.2±10.3	동치미	10(0.53)	87.5±17.7
6	갯김치	2(0.11)	45.0±21.2	나박김치	8(0.24)	76.9±26.4	나박김치	5(0.26)	100.0±0.0
7	나박김치	2(0.11)	61.3±54.8	파김치	5(0.15)	54.0±13.4	파김치	5(0.26)	55.0±11.2
8	부추김치	2(0.11)	61.0±0.0	갯김치	3(0.09)	60.0±0.0	갯김치	4(0.21)	41.3±18.9
9	파김치	2(0.11)	75.0±35.4	상추겉절이	3(0.09)	69.5±17.3	부추김치	3(0.16)	45.8±15.3
10	고들배기김치	1(0.06)	45.0±0.0				보쌈김치	2(0.11)	64.8±13.1
11	부추겉절이	1(0.06)	38.6±0.0				상추겉절이	2(0.11)	59.5±14.1
12	상추겉절이	1(0.06)	37.1±0.0						

1) Mean±SD

표 5-29. 사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등)

순위	상			중			하		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	김구이	63(3.50)	2.6±1.3 <sup>1)</sup>	김구이	147(4.42)	2.9±2.6	김구이	68(3.58)	2.9±1.1
2	잔멸치볶음	28(1.55)	30.4±8.4	잔멸치볶음	50(1.50)	33.7±9.0	잔멸치볶음	30(.58)	33.6±11.0
3	시금치나물	17(0.94)	52.5±27.2	콩나물	32(0.96)	54.0±24.0	콩나물	20(1.05)	43.7±24.3
4	콩나물	16(0.89)	36.4±22.3	계란찜	23(0.69)	53.6±9.1	시금치나물	18(0.95)	63.8±21.9
5	고등어구이	13(0.72)	67.9±14.2	상추	23(0.69)	43.5±18.1	계란찜	12(0.63)	63.8±20.1
6	계란찜	12(0.67)	53.6±22.2	계란후라이	22(0.66)	52.1±0.4	고등어구이	11(0.58)	71.5±7.2
7	고추멸치볶음	11(0.61)	34.2±12.2	시금치나물	20(0.60)	69.1±22.7	계란말이	10(0.53)	70.9±39.8
8	불고기	11(0.61)	107.2±40.5	고등어구이	19(0.57)	70.9±11.8	계란후라이	10(0.53)	52.0±0.0
9	갈치구이	9(0.50)	74.0±0.0	오이생채	17(0.51)	71.1±16.0	고추멸치볶음	10(0.53)	48.5±8.8
10	계란후라이	8(0.44)	52.0±0.0	조기구이	17(0.51)	69.6±12.3	오이생채	10(0.53)	62.8±18.0
11	고등어조림	8(0.44)	120.4±37.1	콩조림	17(0.51)	28.7±4.8	콩조림-콩자반	10(0.53)	29.9±3.3
12	무숙채	8(0.44)	46.3±27.6	삼겹살구이	14(0.42)	96.6±46.5	고등어조림	9(0.47)	153.5±9.8
13	콩조림	8(0.44)	28.0±10.0	단무지	13(0.39)	20.8±6.1	풋고추, 고추	9(0.47)	43.8±20.1
14	풋고추, 고추	8(0.44)	24.3±15.1	무생채	13(0.39)	60.7±17.0	삼겹살구이	8(0.42)	99.9±31.8
15	무생채	7(0.39)	53.5±21.9	계란말이	12(0.36)	80.6±15.0	상추	8(0.42)	43.8±13.2
16	상추	7(0.39)	35.0±17.5	고등어조림	11(0.33)	144.1±25.1	오이소배기	8(0.42)	72.3±42.5
17	오징어무침	7(0.39)	89.5±14.5	어묵볶음	11(0.33)	95.1±69.7	취나물	8(0.42)	64.2±20.4
18	호박볶음	7(0.39)	39.2±17.3	취나물	11(0.33)	55.7±23.1	돼지고기볶음	7(0.37)	110.4±29.8
19	가지나물	6(0.33)	39.5±27.8	호박볶음	11(0.33)	64.5±28.6	무숙채	7(0.37)	89.2±8.7
20	깻잎장아찌	6(0.33)	20.9±14.1	고추장	10(0.30)	19.0±17.3	단무지	6(0.32)	17.5±4.2

1) Mean±SD

표 5-30. 사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등)

순위	상			중			하		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	우유	55(3.05)	202.1±39.8 <sup>1)</sup>	우유	101(3.04)	223.7±103.7	우유	49(2.58)	202.6±10.3
2	커피, 설탕, 프림	49(2.72)	131.6±46.9	커피, 설탕, 프림	67(2.02)	123.6±57.7	꿀	44(2.33)	230.7±119.2
3	사과, 부사	29(1.61)	107.4±54.1	꿀	63(1.90)	280.2±230.3	커피, 설탕, 프림	36(1.81)	116.6±21.7
4	꿀	22(1.22)	222.7±111.0	사과, 부사	50(1.50)	152.0±74.9	사과, 부사	21(1.11)	150.0±54.8
5	사과, 아오리	20(1.11)	136.5±74.4	수박	29(0.87)	210.3±78.4	수박	18(0.95)	235.6±143.5
6	포도	18(1.00)	98.9±60.2	요구르트, 액상	27(0.81)	113.0±42.5	참외	11(0.58)	147.7±61.7
7	요구르트, 액상	16(0.89)	132.5±44.9	복숭아, 백도	24(0.72)	116.7±43.4	배	10(0.53)	168.0±59.0
8	수박	13(0.72)	153.8±51.9	포도	19(0.57)	90.0±48.4	스낵과자	9(0.47)	28.9±9.5
9	녹차	12(0.67)	1.3±0.7	오렌지쥬스	18(0.54)	173.9±48.9	포도	9(0.47)	111.1±54.6
10	딸기	9(0.50)	172.2±71.2	사과, 아오리	16(0.48)	93.0±49.8	녹차	8(0.42)	1.1±0.4
11	배	9(0.50)	116.1±43.9	아이스크림	16(0.48)	90.9±21.9	복숭아, 백도	7(0.37)	100.0±50.0
12	커피, 원두, 블랙	9(0.50)	136.7±48.5	참외	16(0.48)	132.0±77.7	비스킷	7(0.37)	30.0±14.4
13	토마토	9(0.50)	152.2±65.5	오렌지	15(0.45)	135.0±56.5	오렌지	7(0.37)	114.3±62.7
14	참외	8(0.44)	156.3±49.6	스낵과자	14(0.42)	32.7±19.6	요구르트, 액상	7(0.37)	132.9±34.0
15	스낵과자	7(0.39)	35.1±33.8	토마토	13(0.39)	143.5±67.5	단감	6(0.32)	125.0±61.2
16	고구마, 찐것	6(0.33)	151.7±68.8	딸기	12(0.36)	133.3±61.5	딸기	6(0.32)	150.0±44.7
17	두유음료	6(0.33)	203.3±5.2	배	11(0.33)	177.7±105.3	아이스크림	6(0.32)	100.8±2.0
18	땅콩, 볶은것	6(0.33)	20.8±14.7	고구마, 찐것	10(0.30)	176.0±63.1	오렌지, 천연과즙	5(0.26)	220.0±44.7
19	복숭아, 백도	6(0.33)	125.0±82.2	녹차	10(0.30)	1.2±0.4	콜라	5(0.26)	180.0±44.7
20	오렌지	6(0.33)	135.0±78.4	바나나	10(0.30)	150.5±73.8	감, 꽃감	4(0.21)	40.0±16.0

1) Mean±SD

표 5-31. 외식여부에 따른 다빈도 음식 - 주식류

순위	내식			외식		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	쌀밥	366(7.44)	79.5±21.4 <sup>1)</sup>	쌀밥	100(7.89)	82.8±23.5
2	잡곡밥	191(3.84)	78.6±22.6	김밥	24(1.89)	151.6±36.9
3	콩밥	73(1.48)	92.0±18.1	잡곡밥	15(1.18)	87.2±16.6
4	현미밥	46(0.94)	81.2±18.2	칼국수	14(1.10)	226.4±44.7
5	라면	36(0.73)	120.7±31.2	롤빵, 소프트롤	12(0.95)	70.0±18.1
6	식빵	34(0.69)	75.9±36.5	물냉면	12(0.95)	183.9±62.8
7	보리밥	30(0.61)	93.7±17.5	떡볶기	11(0.87)	118.6±16.6
8	흑미밥	19(0.39)	80.5±18.8	비빔밥	11(0.87)	269.7±33.8
9	롤빵, 소프트롤	17(0.35)	68.5±16.9	보리밥	9(0.71)	106.7±20.0
10	떡국	15(0.31)	178.1±24.8	라면	7(0.55)	164.6±49.4
11	돈육카레라이스	12(0.24)	183.5±66.7	김치볶음밥	6(0.47)	171.6±52.1
12	선식	12(0.24)	57.1±58.8	수제비	6(0.47)	187.5±50.6
13	칼국수	12(0.24)	215.3±42.5	우동	5(0.39)	188.7±46.4
14	국수장국	11(0.22)	158.7±26.3	콩밥	5(0.39)	90.0±22.4
15	비빔밥	11(0.22)	224.9±79.6	토스트	5(0.39)	117.6±43.1
16	김치볶음밥	10(0.20)	193.5±30.8	스파게티-패스트푸드	4(0.32)	263.8±27.5
17	떡볶기	10(0.20)	101.4±44.5	콩나물밥	4(0.32)	181.0±10.0
18	강낭콩밥	9(0.18)	73.1±27.6	피자	4(0.32)	150.0±0.0
19	김밥	8(0.16)	158.6±32.9	흑미밥	4(0.32)	90.0±0.0
20	오곡밥	8(0.16)	218.4±10.7	샌드위치, 계란, 치즈	3(0.24)	176.0±0.0

1) Mean±SD

표 5-32. 외식여부에 따른 다빈도 음식 - 국, 찌개(탕, 전골 등)

순위	내식			외식		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	된장찌개	96(1.95)	89.9±31.5 <sup>1)</sup>	된장찌개	22(1.74)	88.9±34.7
2	미역국	83(1.69)	30.2±10.8	미역국	12(0.95)	24.1±11.6
3	돈육김치찌개	54(1.10)	99.5±33.9	순두부찌개	9(0.71)	159.8±26.8
4	콩나물국	43(0.87)	52.9±21.6	육개장	6(0.47)	213.1±61.7
5	참치김치찌개	20(0.41)	104.0±29.9	감자탕	5(0.39)	155.7±0.0
6	동태찌개	19(0.39)	133.4±47.5	부대고기찌개	5(0.39)	126.5±55.2
7	배추된장국	17(0.35)	91.7±21.0	설렁탕	5(0.39)	120.5±0.0
8	시금치된장국	16(0.33)	66.3±12.4	어묵국	5(0.39)	106.7±28.1
9	복어국	15(0.31)	49.2±16.2	왜된장국	5(0.39)	45.6±11.6
10	김치국	14(0.28)	73.6±32.0	콩나물국	5(0.39)	62.5±0.0
11	청국장찌개	14(0.28)	73.7±31.5	두부된장국	4(0.32)	98.5±29.2
12	쇠고기무국	13(0.26)	84.1±17.1	삼계탕	4(0.32)	504.8±2.5
13	순두부찌개	12(0.24)	158.9±37.5	유부국	4(0.32)	43.8±32.3
14	김치콩나물국	11(0.22)	91.3±28.2	복어국	3(0.24)	47.0±10.0
15	시래기된장국	9(0.18)	56.0±19.0	쇠고기전골-스끼야끼	3(0.24)	210.3±79.1
16	감자국	7(0.14)	80.4±21.2	시래기된장국	3(0.24)	72.0±0.0
17	대합미역국	7(0.14)	23.7±4.8	우럭매운탕	3(0.24)	109.7±47.5
18	감자된장국	6(0.12)	82.6±27.9	계란국	2(0.16)	44.5±7.1
19	계란국	6(0.12)	39.5±0.0	배추된장국	2(0.16)	49.5±0.0
20	어묵국	6(0.12)	105.0±26.2	쇠고기무국	2(0.16)	91.1±0.0

1) Mean±SD

표 5-33. 외식여부에 따른 다빈도 음식 - 김치류

순위	내식			외식		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	배추김치	554(11.27)	53.9±17.9 <sup>1)</sup>	배추김치	133(10.50)	51.3±17.1
2	깍두기	54(1.10)	47.2±20.9	깍두기	25(1.97)	51.0±21.0
3	얼무김치	51(1.04)	44.1±10.0	얼무김치	11(0.87)	43.9±10.1
4	동치미	31(0.63)	84.0±24.5	나박김치	5(0.39)	90.0±22.4
5	총각김치	27(0.55)	42.1±9.9	갯김치	2(0.16)	37.5±31.8
6	파김치	11(0.22)	50.9±16.3	보쌈김치	2(0.16)	64.8±13.1
7	나박김치	9(0.18)	79.2±31.9	부추김치	1(0.08)	61.0±0.0
8	갯김치	7(0.14)	51.4±11.8	총각김치	1(0.08)	50.0±0.0
9	부추김치	3(0.06)	45.8±15.3	상추겉절이	1(0.08)	49.5±0.0
10	고들빼기김치	1(0.02)	45.0±0.0	양배추겉절이	1(0.08)	60.4±0.0
11	부추겉절이	1(0.02)	38.6±30.2			

1) Mean±SD

표 5-34. 외식여부에 따른 다빈도 음식 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등)

순위	내식			외식		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	김구이	239(4.86)	2.8±2.2 <sup>1)</sup>	김구이	21(1.66)	3.3±1.4
2	잔멸치볶음	96(1.95)	32.7±10.0	콩나물	21(1.66)	56.4±22.1
3	시금치나물	43(0.87)	63.8±24.1	단무지	12(0.95)	20.0±7.1
4	콩나물	40(0.81)	41.5±23.8	잔멸치볶음	11(0.87)	33.7±4.7
5	계란찜	39(0.79)	57.2±145.0	상추	10(0.79)	35.0±14.3
6	고등어구이	38(0.77)	70.5±10.9	시금치나물	8(0.63)	50.5±22.5
7	계란후라이	35(0.71)	52.0±0.0	양배추샐러드	8(0.63)	47.3±17.8
8	콩조림-콩자반	30(0.61)	28.5±6.3	풋고추	8(0.63)	33.8±12.5
9	상추	27(0.55)	44.6±17.7	돈가스	7(0.55)	115.4±23.5
10	오이생채	25(0.51)	64.2±20.8	삼겹살구이	7(0.55)	96.6±60.0
11	고추멸치볶음	24(0.49)	42.1±13.2	어묵볶음	7(0.55)	108.7±84.8
12	고등어조림	23(0.47)	141.2±27.3	계란말이	6(0.47)	78.4±39.6
13	불고기	20(0.41)	104.8±35.8	야채샐러드	6(0.47)	105.8±35.2
14	호박볶음	20(0.41)	56.3±25.1	오이생채	6(0.47)	69.2±16.8
15	삼겹살구이	19(0.9)	100.3±36.7	취나물	6(0.47)	42.8±23.1
16	조기구이	19(0.39)	70.1±11.7	계란찜	5(0.39)	55.2±28.2
17	계란말이	18(0.37)	71.9±20.3	돼지고기볶음	5(0.39)	122.8±31.5
18	무생채	18(0.37)	62.5±18.2	부추전	5(0.39)	105.9±45.2
19	깻잎장아찌	16(0.33)	24.9±9.7	순대	5(0.39)	79.1±20.8
20	오이소배기	16(0.33)	68.1±33.0	잡채	5(0.39)	77.4±7.8

1) Mean±SD

표 5-35. 외식여부에 따른 다빈도 음식 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등)

구분	내식			외식		
	음식명	빈도(%)	섭취량(g)	음식명	빈도(%)	섭취량(g)
1	우유	124(2.52)	203.7±39.8 <sup>1)</sup>	우유	32(2.53)	213.1±53.7
2	꿀	81(1.65)	261.1±212.7	커피, 설탕, 프림	31(2.45)	113.5±10.5
3	커피, 설탕, 프림	71(1.44)	128.0±63.1	녹차	11(0.87)	1.5±0.7
4	사과, 부사	68(1.38)	139.2±71.9	요구르트, 액상	8(0.63)	127.5±31.1
5	수박	39(0.49)	215.1±115.4	꿀	7(0.55)	264.3±124.9
6	요구르트, 액상	32(0.65)	123.4±44.2	스낵과자	7(0.55)	45.0±28.4
7	포도	29(0.59)	100.5±53.1	오렌지주스	7(0.55)	182.9±37.3
8	복숭아, 백도	26(0.53)	117.3±46.8	콜라	7(0.55)	164.3±62.7
9	사과, 아오리	23(0.47)	130.9±69.2	딸기	4(0.32)	175.0±50.0
10	오렌지	21(0.43)	129.0±61.4	사과, 아오리	4(0.32)	112.5±62.9
11	참외	20(0.41)	142.5±65.4	소주	4(0.32)	87.8±71.0
12	배	18(0.37)	132.5±62.7	아이스크림	4(0.32)	100.0±0.0
13	딸기	17(0.35)	147.1±67.2	커피, 블랙	4(0.32)	107.5±15.0
14	토마토	16(0.33)	156.9±89.7	도우넛, 링	3(0.24)	100.0±0.0
15	두유음료	14(0.28)	73.6±32.0	비스킷	3(0.24)	27.5±4.3
16	아이스크림	14(0.28)	95.4±14.2	참외	3(0.24)	200.0±0.0
17	스낵과자	12(0.24)	33.8±20.8	포도	3(0.24)	108.3±80.4
18	녹차	10(0.20)	1.1±0.3	고구마, 찐것	2(0.16)	140.0±0.0
19	바나나	10(0.20)	155.0±68.5	두유음료	2(0.16)	210.0±14.1
20	비스킷	10(0.20)	30.0±11.7	맥주, 생맥주	2(0.16)	1250.0±353.6

1) Mean±SD



## 나. 열량영양소 섭취량에 기여도가 높은 음식

각 음식의 1인 1회 섭취량을 기준으로 열량영양소, 즉 에너지, 단백질, 지질, 탄수화물 섭취량에 음식별 기여도를 분석하였다. 음식의 섭취빈도를 고려하지 않고 단지 각 영양소의 섭취량만을 가지고 기여도를 분석한 결과 섭취빈도가 1회인 음식들에서 기여도가 높게 나타난 관계로 인해 각 요인별로 섭취빈도 순위가 상위 70위에 포함된 음식을 기준으로 하여 각 영양소별 기여도를 선정하였다.

### 1) 계절별로 열량 영양소의 섭취 기여도

계절별로 조사된 총 음식의 가짓수를 보면 봄에 339개, 여름 427개, 가을 420개, 겨울 410개였다. 이중 섭취빈도가 10회 이상인 음식의 가짓수는 겨울이 68개로 다른 계절에 비해 섭취빈도가 높은 음식의 가짓수가 많았다. 계절에 따라 섭취한 음식의 종류에 차이가 있지만 이들 음식이 영양소 섭취에 기여하는 수준을 보면 표 5-36 ~ 표 5-39과 같다.

계절별로 에너지 섭취량에 대한 기여도를 보면 봄과 여름은 라면(봄: 493.5kcal, 여름: 452.2kcal)과 비빔밥(봄: 417.3kcal, 여름: 407.3kcal)이, 가을은 짜장면(531.6kcal)과 라면(482.5kcal)이, 겨울은 떡만두국(484.6kcal)과 라면(404.4kcal)이 1, 2위로 에너지 섭취량에 대한 기여도가 높은 음식이었다. 주식인 쌀밥이 에너지 섭취에 기여하는 순위를 보면 봄은 14위, 여름 11위, 가을 9위, 겨울 10로 조사되었다. 탄수화물 섭취량에 대한 기여도를 보면 봄철에는 라면, 보리밥, 흑미밥, 국수장국의 순으로 여름철에는 국수장국, 라면, 보리밥, 물냉면, 가을철은 자장면, 라면, 콩밥, 보리밥 순이었고, 겨울철은 떡국, 떡만두국, 라면, 콩밥의 순으로 조사되었다. 쌀밥이 탄수화물 섭취량에 기여하는 순위를 보면 봄은 7위, 여름은 8위, 가을은 6위, 겨울은 5위였다.

단백질에 섭취량에 대한 기여도를 보면 봄에는 닭튀김, 비빔밥, 국수장국, 삼겹살구이, 물냉면이, 여름에는 물냉면, 국수장국, 비빔밥, 북어국, 고등어조림, 가을에는 삼겹살구이, 비빔밥, 자장면, 불고기, 돈가스, 겨울에는 북어국, 삼겹살구이, 비빔밥, 떡만두국, 동태찌개가 상위 순위를 차지하였다. 밥류로는 비빔밥이 모든 계절에서 3위내 포함되어 단백질에 대한 기여도가 높은 음식이었고, 쌀밥은 모든 계절에서 25위내 포함되지 않았다.

지방에 대한 섭취 기여도를 보면 모든 계절에서 삼겹살구이가 1위를 차지하였고, 다음으로 라면, 고등어구이가 5위내 포함되어 지방섭취에 대한 기여도가 높은 음식이었다. 이외 봄에는 닭튀김, 여름에는 쇠고기 장조림, 가을에는 돈가스, 겨울에는 고등어조림이 지방섭취에 기여도가 높은 음식으로 조사되었다.

표 5-36. 계절별로 에너지 섭취량의 주요 급원 음식

순 위	봄			여름			가을			겨울		
	음식	빈도	섭취량(kcal)	음식명	빈도	섭취량(kcal)	음식명	빈도	섭취량(kcal)	음식명	빈도	섭취량(kcal)
1	라면	12	493.48 ± 156.91 <sup>1)</sup>	라면	10	452.21 ± 93.04	짜장면	8	531.56 ± 140.61	떡만두국	12	484.62 ± 20.74
2	비빔밥	6	417.25 ± 60.48	비빔밥	8	407.33 ± 36.33	라면	13	482.49 ± 40.99	라면	26	449.26 ± 82.45
3	김밥	15	401.25 ± 53.04	국수장국	6	381.77 ± 27.37	돈육카레라이스	8	417.49 ± 97.51	떡국	16	404.36 ± 53.21
4	닭튀김	6	368.89 ± 160.32	물냉면	11	379.11 ± 100.19	비빔밥	12	397.39 ± 85.21	비빔밥	11	383.02 ± 118.86
5	국수장국	5	364.42 ± 94.86	돈육카레라이스	7	366.87 ± 89.47	삼겹살구이	8	353.36 ± 401.46	김밥	13	372.98 ± 106.46
6	물냉면	7	345.93 ± 105.45	김치볶음밥	6	336.84 ± 58.49	콩밥	45	317.67 ± 109.69	삼겹살구이	14	370.43 ± 145.06
7	보리밥	14	335.28 ± 46.46	보리밥	24	315.75 ± 91.78	보리밥	28	297.17 ± 70.37	콩밥	47	328.15 ± 55.77
8	돈육카레라이스	6	330.40 ± 191.34	콩밥	23	312.86 ± 69.11	돈까스	8	292.65 ± 104.90	잡곡밥	53	300.60 ± 81.41
9	콩밥	10	315.90 ± 84.77	잡곡밥	54	311.44 ± 120.73	쌀밥	256	288.30 ± 64.41	현미밥	28	278.95 ± 66.92
10	흑미밥	6	314.00 ± 0.00	현미밥	12	292.52 ± 72.42	잡곡밥	71	271.45 ± 97.00	쌀밥	197	273.70 ± 71.11
11	삼겹살구이	6	311.16 ± 113.62	쌀밥	175	280.22 ± 84.14	칼국수	19	265.56 ± 19.34	흑미밥	16	272.01 ± 76.71
12	김치볶음밥	5	309.48 ± 96.05	삼겹살구이	6	276.59 ± 169.37	현미밥	31	262.37 ± 74.47	잡곡밥	65	262.38 ± 65.15
13	현미밥	10	286.74 ± 67.17	돈까스	7	270.14 ± 116.25	아이스크림	8	216.38 ± 3.89	칼국수	14	248.69 ± 53.17
14	쌀밥	134	285.85 ± 68.04	스낵과자	8	261.07 ± 172.10	돼지고기볶음	11	207.04 ± 48.20	떡볶기	13	231.44 ± 58.38
15	식빵	6	282.67 ± 79.98	칼국수	12	248.98 ± 36.53	고등어구이	27	198.02 ± 71.05	고등어조림	12	222.37 ± 33.28
16	토스트	8	274.02 ± 73.03	고등어조림	8	219.20 ± 26.93	롤빵,소프트롤	13	196.83 ± 65.95	고등어구이	24	212.27 ± 22.26
17	잡곡밥	47	263.19 ± 84.65	고구마,찜것	9	213.89 ± 77.17	고등어조림	18	184.21 ± 40.72	롤빵,소프트롤	19	196.77 ± 43.10
18	떡볶기	5	237.18 ± 45.60	아이스크림	13	204.48 ± 45.48	불고기	9	181.42 ± 63.39	고구마,찜것	11	184.09 ± 77.48
19	아이스크림	7	223.71 ± 23.06	롤빵,소프트롤	13	203.91 ± 87.75	식빵	10	178.69 ± 73.64	식빵	13	181.34 ± 68.89
20	롤빵,소프트롤	9	223.20 ± 0.00	식빵	20	201.45 ± 96.43	스낵과자	14	158.30 ± 66.54	땅콩,볶은것	11	135.01 ± 65.43
21	돼지고기볶음	5	222.80 ± 25.72	고등어구이	12	190.33 ± 50.15	우유	94	139.59 ± 57.30	우유	82	131.43 ± 42.85
22	고등어구이	7	206.90 ± 27.18	불고기	9	131.09 ± 48.80	오징어볶음	9	136.27 ± 13.03	복어국	10	128.80 ± 6.91
23	고등어조림	8	189.63 ± 60.00	우유	77	128.53 ± 63.35	순두부찌개	14	133.23 ± 49.47	갈치구이	11	125.11 ± 9.65
24	스낵과자	6	171.50 ± 39.44	두유음료	8	122.85 ± 34.21	고구마,찜것	10	130.00 ± 41.33	조기구이	12	123.12 ± 0.00
25	불고기	6	157.42 ± 35.85	조기구이	9	109.44 ± 27.15	청국장찌개	10	106.74 ± 34.86	계란말이	13	122.75 ± 42.05

1) Mean±SD

표 5-37. 계절별로 탄수화물 섭취량의 주요 급원음식

순위	봄			여름			가을			겨울		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	라면	12	77.02 ± 24.50 <sup>1)</sup>	국수장국	6	70.85 ± 2.52	짜장면	8	91.27 ± 24.14	떡국	16	77.21 ± 9.95
2	보리밥	14	74.10 ± 10.27	라면	10	69.49 ± 12.27	라면	13	72.12 ± 0.26	떡만두국	12	74.29 ± 0.10
3	흑미밥	6	67.52 ± 0.00	보리밥	24	68.64 ± 20.19	콩밥	45	64.46 ± 22.53	라면	26	69.99 ± 10.80
4	국수장국	5	64.83 ± 16.11	물냉면	11	67.01 ± 16.94	보리밥	28	64.34 ± 16.67	콩밥	47	67.05 ± 11.43
5	콩밥	10	64.59 ± 17.33	잡곡밥	54	65.22 ± 26.22	돈육카레라이스	8	64.22 ± 21.33	쌀밥	197	60.40 ± 15.69
6	비빔밥	6	63.77 ± 0.90	콩밥	23	63.96 ± 14.16	쌀밥	256	63.57 ± 14.21	비빔밥	11	59.27 ± 14.37
7	쌀밥	134	63.07 ± 15.02	현미밥	12	61.82 ± 15.77	비빔밥	12	61.89 ± 10.57	흑미밥	16	59.00 ± 16.61
8	물냉면	7	62.87 ± 24.18	쌀밥	175	61.80 ± 18.55	잡곡밥	71	56.79 ± 20.72	현미밥	28	58.72 ± 14.00
9	김밥	15	62.25 ± 7.92	비빔밥	8	61.20 ± 6.87	현미밥	31	54.84 ± 16.26	잡곡밥	65	58.86 ± 15.31
10	현미밥	10	60.75 ± 14.23	돈육카레라이스	7	57.67 ± 18.68	칼국수	19	49.28 ± 1.29	김밥	13	57.01 ± 16.34
11	잡곡밥	47	54.88 ± 17.74	김치볶음밥	6	52.71 ± 12.04	롤빵, 소프트롤	13	34.22 ± 11.99	잡곡밥1	50	55.49 ± 13.60
12	김치볶음밥	5	51.24 ± 12.75	고구마, 전것	9	49.96 ± 18.03	고구마, 전것	10	30.37 ± 9.66	잡곡밥2	15	52.16 ± 13.14
13	돈육카레라이스	6	50.16 ± 35.29	칼국수	12	47.27 ± 7.18	식빵	10	27.94 ± 12.04	떡볶기	13	45.89 ± 7.85
14	떡볶기	5	47.98 ± 8.23	롤빵, 소프트롤	13	35.79 ± 15.83	돈까스	8	24.06 ± 8.62	칼국수	14	45.55 ± 8.91
15	식빵	6	46.39 ± 11.09	스낵과자	8	31.66 ± 20.48	사과, 부사	90	21.04 ± 9.85	고구마, 전것	11	43.00 ± 18.10
16	롤빵, 소프트롤	9	39.52 ± 0.00	식빵	20	31.58 ± 14.34	스낵과자	14	21.00 ± 9.54	롤빵,소프트롤	19	34.84 ± 7.63
17	토스트	8	37.23 ± 8.18	돈까스	7	22.21 ± 9.56	아이스크림	8	20.90 ± 2.83	식빵	13	28.26 ± 9.53
18	사과,후지	7	33.51 ± 7.71	요구르트, 액상	18	19.37 ± 6.50	요구르트, 호상	15	16.32 ± 1.24	꿀	123	24.34 ± 17.33
19	바나나	7	32.73 ± 15.07	아이스크림	13	19.12 ± 4.31	요구르트, 액상	9	14.74 ± 4.67	오렌지쥬스	13	21.40 ± 4.53
20	아이스크림	7	21.34 ± 3.82	오렌지, 캔쥬스	12	16.74 ± 8.98	오렌지쥬스	21	14.00 ± 4.97	사과, 부사	100	21.21 ± 10.39
21	스낵과자	6	20.93 ± 4.54	수박	42	16.52 ± 11.55	배	21	13.98 ± 6.29	요구르트,액상	24	18.13 ± 6.10
22	요구르트, 액상	8	19.04 ± 5.54	비스켓	10	14.52 ± 5.68	꿀	84	13.85 ± 7.49	배	30	16.32 ± 8.00
23	닭튀김	6	17.88 ± 7.77	포도	44	13.51 ± 7.43	불고기	9	11.42 ± 4.22	스낵과자	16	13.65 ± 3.77
24	오렌지쥬스	12	17.33 ± 5.08	사과, 아오리	38	12.94 ± 7.24	우유	94	11.36 ± 6.29	오렌지	12	12.87 ± 6.66
25	사과, 홍옥	8	15.59 ± 8.34	우유	77	10.09 ± 4.96	돼지고기볶음	11	10.67 ± 2.64	단감	10	12.54 ± 5.89

1) Mean±SD

표 5-38. 계절별로 단백질 섭취량의 주요 급원음식

순위	봄			여름			가을			겨울		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	닭튀김	6	21.60 ± 9.39 <sup>1)</sup>	물냉면	11	16.66 ± 5.23	삼겹살구이	8	23.01 ± 27.49	복어국	10	20.18 ± 1.07
2	비빔밥	6	16.62 ± 5.44	국수장국	6	16.04 ± 3.68	비빔밥	12	15.57 ± 7.10	삼겹살구이	14	18.43 ± 7.22
3	국수장국	5	16.26 ± 5.25	비빔밥	8	15.64 ± 4.18	짜장면	8	15.31 ± 4.05	비빔밥	11	18.35 ± 10.92
4	삼겹살구이	6	15.48 ± 5.65	복어국	6	15.06 ± 6.76	불고기	9	14.94 ± 5.19	떡만두국	12	16.93 ± 2.21
5	물냉면	7	14.33 ± 4.18	고등어조림	8	14.69 ± 1.80	돈까스	8	14.04 ± 5.03	동태찌개	13	16.47 ± 5.27
6	돼지고기볶음	5	13.91 ± 1.61	오징어채무침	8	14.23 ± 9.41	돈육카레라이스	8	13.96 ± 2.13	고등어조림	12	14.99 ± 2.25
7	조기구이	5	13.44 ± 0.00	삼겹살구이	6	13.76 ± 8.43	라면	13	13.02 ± 3.29	조기구이	12	13.44 ± 0.00
8	고등어구이	7	12.80 ± 1.68	돈까스	7	12.96 ± 5.57	돼지고기볶음	11	12.92 ± 2.99	고등어구이	24	13.31 ± 1.39
9	토스트	8	12.77 ± 6.33	돈육카레라이스	7	12.59 ± 2.68	고등어조림	18	12.39 ± 2.76	갈치구이	11	12.31 ± 0.95
10	고등어조림	8	12.74 ± 4.04	조기구이	9	11.95 ± 2.96	고등어구이	27	12.27 ± 4.40	칼국수	14	11.92 ± 4.28
11	불고기	6	12.62 ± 2.85	고등어구이	12	11.77 ± 3.10	칼국수	19	11.50 ± 2.28	라면	26	11.05 ± 3.35
12	라면	12	12.36 ± 4.66	라면	10	11.57 ± 3.88	순두부찌개	14	11.18 ± 4.28	떡국	16	10.99 ± 2.47
13	순두부찌개	7	12.00 ± 3.11	불고기	9	10.62 ± 3.98	참치김치찌개	11	11.04 ± 2.44	김밥	13	9.82 ± 3.08
14	돈육카레라이스	6	11.06 ± 5.31	칼국수	12	10.58 ± 2.32	청국장찌개	10	10.71 ± 2.75	순두부찌개	14	9.00 ± 2.86
15	김밥	15	10.49 ± 1.83	김치볶음밥	6	10.28 ± 4.71	콩밥	45	10.47 ± 3.80	콩밥	47	8.78 ± 1.48
16	참치김치찌개	8	10.45 ± 2.25	쇠고기장조림	8	9.87 ± 3.07	오징어볶음	9	10.46 ± 0.98	계란말이	13	7.59 ± 2.65
17	식빵	6	9.19 ± 2.75	콩밥	23	8.36 ± 1.83	보리밥	28	8.14 ± 3.26	콩조림(콩자반)	14	7.44 ± 0.51
18	콩밥	10	8.43 ± 2.26	전새우볶음	7	8.15 ± 5.08	돈육김치찌개	20	7.98 ± 4.20	잔멸치볶음	45	7.38 ± 2.46
19	김치볶음밥	5	8.28 ± 4.44	잡곡밥	54	7.98 ± 2.92	계장	9	7.95 ± 2.40	참치김치찌개	12	7.32 ± 2.44
20	고추멸치볶음	6	7.74 ± 0.25	계란찜	19	7.26 ± 2.62	우유	94	7.91 ± 4.18	청국장찌개	11	7.25 ± 3.01
21	잡곡밥	47	7.52 ± 3.50	식빵	20	7.20 ± 4.54	두부된장국	25	7.86 ± 1.99	잡곡밥	65	7.04 ± 2.42
22	된장찌개	33	7.45 ± 2.08	보리밥	24	7.02 ± 2.39	잡곡밥	71	7.75 ± 3.74	된장찌개	38	6.89 ± 2.49
23	우유	46	7.37 ± 3.09	두부된장국	13	7.01 ± 2.49	롤빵,소프트롤	13	7.48 ± 3.09	우유	82	6.75 ± 1.67
24	콩조림(콩자반)	12	7.10 ± 0.86	우유	77	6.88 ± 3.40	된장찌개	44	7.26 ± 1.84	잡곡밥1	50	6.45 ± 2.00
25	잔멸치볶음	28	7.08 ± 0.69	된장찌개	55	6.53 ± 2.14	계란후라이	31	6.51 ± 1.18	돈육김치찌개	37	6.44 ± 4.00

- 276 -

1) Mean±SD

표 5-39. 계절별로 지방 섭취량의 주요 급원음식

순위	봄			여름			가을			겨울		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	삼겹살구이	6	27.06 ± 9.88 <sup>1)</sup>	삼겹살구이	6	24.05 ± 14.73	삼겹살구이	8	39.11 ± 45.73	삼겹살구이	14	32.21 ± 12.62
2	닭튀김	6	23.70 ± 10.30	쇠고기장조림	8	21.44 ± 6.36	라면	13	19.04 ± 2.85	고등어구이	24	17.20 ± 1.79
3	라면	12	18.59 ± 6.02	라면	10	17.34 ± 4.13	돈까스	8	15.84 ± 5.68	라면	26	17.11 ± 3.77
4	고등어구이	7	16.33 ± 2.15	고등어구이	12	15.02 ± 3.96	고등어구이	27	15.71 ± 5.61	고등어조림	12	14.41 ± 2.17
5	아이스크림	7	15.89 ± 5.25	돈까스	7	14.62 ± 6.29	아이스크림	8	13.54 ± 1.03	떡만두국	12	12.78 ± 1.27
6	돼지고기볶음	5	13.44 ± 1.58	고등어조림	8	14.09 ± 1.73	돼지고기볶음	11	12.53 ± 2.90	땅콩, 볶은것	11	11.58 ± 5.61
7	고등어조림	8	12.22 ± 3.89	스낵과자	8	13.35 ± 9.07	고등어조림	18	11.88 ± 2.66	김밥	13	11.33 ± 3.76
8	김밥	15	11.81 ± 1.87	아이스크림	13	13.12 ± 2.90	돈육카레라이스	8	10.96 ± 0.41	비빔밥	11	10.06 ± 5.16
9	비빔밥	6	10.55 ± 4.20	비빔밥	8	10.92 ± 3.09	비빔밥	12	10.32 ± 4.30	계란말이	13	9.54 ± 3.42
10	토스트	8	10.10 ± 6.30	김치볶음밥	6	9.08 ± 2.96	짜장면	8	10.18 ± 2.69	갈치구이	11	8.06 ± 0.62
11	순두부찌개	7	9.28 ± 2.59	돈육카레라이스	7	9.01 ± 2.15	스낵과자	14	9.49 ± 3.29	계란후라이	14	7.50 ± 0.00
12	돈육카레라이스	6	9.00 ± 2.89	계란후라이	15	7.50 ± 0.00	순두부찌개	14	8.62 ± 3.32	조기구이	12	7.34 ± 0.00
13	스낵과자	6	8.54 ± 1.82	두유음료	8	7.04 ± 2.34	불고기	9	8.40 ± 2.94	우유	82	6.90 ± 2.01
14	국수장국	5	7.72 ± 7.24	계란찜	19	6.94 ± 2.15	계란말이	18	7.82 ± 3.27	순두부찌개	14	6.26 ± 2.36
15	김치볶음밥	5	7.60 ± 3.81	우유	77	6.84 ± 3.38	계란후라이	31	7.68 ± 1.40	스낵과자	16	6.08 ± 2.13
16	계란후라이	11	7.50 ± 0.00	조기구이	9	6.52 ± 1.62	우유	94	7.56 ± 3.49	계란찜	20	5.79 ± 1.24
17	계란말이	8	7.50 ± 2.00	미역국	38	6.26 ± 2.04	오징어볶음	9	6.08 ± 0.53	미역국	32	5.72 ± 1.42
18	우유	46	7.46 ± 3.44	불고기	9	6.17 ± 2.31	미역국	44	6.03 ± 1.47	야채샐러드	11	5.13 ± 2.31
19	조기구이	5	7.34 ± 0.00	국수장국	6	6.05 ± 7.43	계란찜	16	5.91 ± 1.67	식빵	13	5.00 ± 4.18
20	불고기	6	7.29 ± 1.63	물냉면	11	5.68 ± 2.21	식빵	10	5.00 ± 3.81	떡국	16	4.83 ± 1.28
21	식빵	6	6.70 ± 3.64	식빵	20	5.09 ± 3.47	돈육김치찌개	20	4.58 ± 2.78	복어국	10	4.68 ± 0.63
22	호박전	5	6.57 ± 1.06	돈육김치찌개	14	4.47 ± 3.68	롤빵, 소프트롤	13	4.42 ± 2.04	콩조림(콩자반)	14	4.39 ± 0.30
23	미역국	28	6.12 ± 1.22	고추멸치볶음	14	3.99 ± 1.14	청국장찌개	10	4.36 ± 2.83	돈육김치찌개	37	3.78 ± 2.61
24	계란찜	8	5.19 ± 1.27	롤빵, 소프트롤	13	3.88 ± 1.58	칼국수	19	4.00 ± 0.98	잔멸치볶음	45	3.77 ± 0.45
25	물냉면	7	4.87 ± 2.03	비스킷	10	3.63 ± 1.42	쇠고기무국	12	3.80 ± 0.73	롤빵, 소프트롤	19	3.60 ± 0.79

1) Mean±SD

## 2) 가족수에 따른 열량영양소의 섭취 기여도

가족수에 따라 조사된 총 음식의 가짓수를 보면 3인 이하는 406개, 4인은 492개, 5인 이상은 351개였다. 이중 섭취빈도가 10회 이상인 음식의 가짓수는 4인이 70개로 3인 이하 41개, 5인 이상 27개에 비해 많았다. 가족수에 따라 섭취한 음식의 종류에 차이가 있지만 이들 음식이 영양소 섭취에 기여하는 수준을 보면 표 5-40 ~ 표 5-42와 같다.

에너지 섭취량에 기여도가 높은 음식을 보면 3인 이하는 라면, 김밥, 삼겹살구이, 보리밥의 순이었고, 4인은 라면, 비빔밥, 김밥, 국수장국, 5인 이상은 돈육카레라이스, 김밥, 라면, 비빔밥의 순으로 세 군 모두 라면과 김밥이 에너지 섭취에 기여도가 높은 음식이었다. 쌀밥은 3인 이하군과 5인 이상군에서는 9위를 4인군에서는 10위를 차지하여 에너지 섭취량에 대한 기여도가 높음을 알 수 있었다. 탄수화물 섭취량에 대한 기여도를 보면 보리밥이 세 군에서 2위내 포함되어 기여도가 높은 음식이었으며, 쌀밥은 3인 이하 군에서는 4위, 4인군에서는 7위, 5인 이상 군에서는 8위를 차지하였다.

단백질에 대한 기여도를 보면 3인 이하 군에서는 삼겹살구이, 동태찌개, 고등어조림, 4인군에서는 비빔밥, 국수장국, 삼겹살구이, 5인 이상군에서는 북어국, 비빔밥, 부대고기찌개의 순이었다. 4인군과 5인 이상군에서 비빔밥이 단백질 섭취에 기여도가 높은 음식으로 조사된 반면 3인 이하군에서는 비빔밥이 25위내 포함되지 않았다. 지방에 대한 기여도를 보면 라면과 고등어구이가 세 군 모두 3위내 포함된 것으로 보아 지방 섭취에 대한 기여도가 높은 음식이었다. 이외 3인 이하군과 4인군에서는 삼겹살구이가 1위를 차지하였다.

표 5-40. 가족수에 따른 에너지 섭취량의 주요 급원 음식

순위	3인 이하			4인			5인 이상		
	음식명	빈도	섭취량(kcal)	음식명	빈도	섭취량(kcal)	음식명	빈도	섭취량(kcal)
1	라면	15	498.85 ± 121.38 <sup>1)</sup>	라면	28	451.24 ± 95.79	돈육카레라이스	5	445.28 ± 15.10
2	김밥	8	405.55 ± 86.26	비빔밥	11	404.01 ± 50.85	김밥	5	433.95 ± 21.78
3	삼겹살구이	8	388.95 ± 173.11	김밥	20	373.75 ± 90.13	라면	5	401.43 ± 99.74
4	보리밥	10	338.89 ± 27.45	국수장국	10	371.40 ± 65.17	비빔밥	9	387.79 ± 124.14
5	김치볶음밥	7	322.96 ± 88.22	물냉면	14	349.92 ± 101.60	콩밥	11	327.07 ± 56.75
6	콩밥	29	320.02 ± 66.65	콩밥	40	322.49 ± 64.03	보리밥	11	323.99 ± 56.21
7	흑미밥	9	292.31 ± 70.33	보리밥	25	320.56 ± 89.51	현미밥	10	322.34 ± 11.83
8	현미밥	13	288.12 ± 61.25	삼겹살구이	16	311.16 ± 131.20	잡곡밥	54	295.64 ± 76.93
9	쌀밥	148	287.17 ± 75.85	돈까스	10	297.16 ± 104.41	쌀밥	111	276.99 ± 77.67
10	잡곡밥	53	281.45 ± 67.63	쌀밥	247	275.37 ± 73.47	부대고기찌개	5	245.63 ± 114.62
11	칼국수	10	234.25 ± 51.73	흑미밥	11	273.99 ± 73.85	칼국수	7	241.43 ± 53.60
12	식빵	10	227.92 ± 74.46	잡곡밥	97	273.56 ± 86.84	아이스크림	9	215.00 ± 0.00
13	고등어조림	9	219.72 ± 38.55	칼국수	12	268.94 ± 22.94	고등어구이	7	212.98 ± 20.46
14	고등어구이	11	208.49 ± 32.34	현미밥	27	267.38 ± 76.52	롤빵, 소프트롤	6	204.60 ± 45.56
15	롤빵, 소프트롤	12	199.95 ± 44.25	떡볶기	18	230.84 ± 52.58	식빵	10	200.02 ± 97.82
16	아이스크림	8	196.14 ± 57.58	고등어조림	12	217.78 ± 35.74	고등어조림	7	192.60 ± 55.76
17	스낵과자	10	192.89 ± 148.36	아이스크림	10	207.46 ± 43.15	돼지고기볶음	5	191.24 ± 50.22
18	우유	57	136.77 ± 75.04	롤빵, 소프트롤	23	207.45 ± 66.66	스낵과자	5	166.95 ± 50.43
19	순두부찌개	9	132.09 ± 34.25	고등어구이	25	201.69 ± 37.39	불고기	7	133.30 ± 51.53
20	동태찌개	7	127.62 ± 21.31	식빵	19	200.16 ± 96.43	바나나	7	132.86 ± 68.07
21	조기구이	7	123.12 ± 0.00	고구마, 찐것	12	173.96 ± 34.73	갈치구이	8	128.02 ± 0.00
22	계란말이	9	106.04 ± 19.28	불고기	13	156.55 ± 36.06	북어국	7	124.01 ± 25.71
23	굴	42	105.40 ± 82.47	스낵과자	15	148.07 ± 93.16	우유	42	123.84 ± 26.22
24	요구르트, 호상	7	99.00 ± 0.00	우유	106	130.61 ± 42.49	김치전	5	114.84 ± 40.94
25	계란후라이	12	96.68 ± 0.00	두유음료	10	127.92 ± 40.87	조기구이	5	110.81 ± 27.53

1) Mean±SD

표 5-41. 가족수에 따른 탄수화물 섭취량의 주요 급원 음식

순위	3인 이하			4인			5인 이상		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	라면	15	78.39 ± 18.88 <sup>1)</sup>	보리밥	25	69.73 ± 19.74	돈육카레라이스	5	72.82 ± 0.40
2	보리밥	10	74.94 ± 6.08	라면	28	69.27 ± 12.52	보리밥	11	71.60 ± 12.42
3	콩밥	29	65.36 ± 13.66	국수장국	10	68.22 ± 11.41	현미밥	10	68.31 ± 2.57
4	쌀밥	148	63.36 ± 16.74	콩밥	40	65.93 ± 13.11	김밥	5	67.84 ± 1.46
5	흑미밥	9	63.05 ± 15.08	물냉면	14	64.88 ± 17.02	콩밥	11	66.88 ± 11.60
6	김밥	8	61.99 ± 12.62	비빔밥	11	61.59 ± 5.60	라면	5	64.70 ± 16.07
7	현미밥	13	61.06 ± 12.99	쌀밥	247	60.76 ± 16.21	잡곡밥	54	62.34 ± 16.08
8	잡곡밥	53	58.34 ± 14.17	흑미밥	11	59.46 ± 16.05	쌀밥	111	61.11 ± 17.12
9	김치볶음밥	7	53.24 ± 10.93	김밥	20	57.39 ± 13.82	비빔밥	9	58.90 ± 16.15
10	칼국수	10	44.25 ± 10.40	잡곡밥	97	56.77 ± 18.44	칼국수	7	45.70 ± 9.35
11	식빵	10	37.30 ± 11.38	현미밥	27	56.17 ± 16.12	롤빵, 소프트롤	6	36.23 ± 8.07
12	롤빵, 소프트롤	12	35.40 ± 7.83	칼국수	12	48.72 ± 1.21	바나나	7	34.43 ± 17.64
13	굴	42	26.07 ± 20.40	떡볶기	18	46.40 ± 7.68	식빵	10	32.61 ± 15.86
14	스낵과자	10	23.33 ± 17.48	고구마, 찌것	12	40.64 ± 8.11	요구르트, 액상	11	20.65 ± 3.76
15	사과,부사	33	21.33 ± 11.11	롤빵, 소프트롤	23	36.55 ± 12.02	스낵과자	5	20.35 ± 5.88
16	오렌지,천연과즙	11	21.00 ± 4.70	식빵	19	30.43 ± 13.50	굴	20	20.21 ± 12.68
17	아이스크림	8	18.37 ± 5.45	돈까스	10	24.43 ± 8.58	아이스크림	9	19.90 ± 0.00
18	요구르트, 액상	14	18.30 ± 6.96	굴	67	23.50 ± 16.01	사과, 부사	20	18.86 ± 12.67
19	배	9	17.17 ± 5.83	사과,부사	47	22.14 ± 8.77	수박	15	17.51 ± 17.37
20	수박	13	17.02 ± 8.19	아이스크림	10	19.73 ± 4.96	부대고기찌개	5	16.44 ± 7.84
21	오렌지	6	16.50 ± 5.11	요구르트, 액상	25	18.11 ± 6.39	배	10	16.27 ± 9.32
22	요구르트, 호상	7	16.00 ± 0.00	스낵과자	15	17.48 ± 11.64	오렌지쥬스	7	16.20 ± 5.38
23	콜라	6	15.83 ± 6.65	배	11	15.68 ± 8.89	사과, 아오리	5	13.44 ± 5.01
24	포도	16	15.73 ± 9.29	수박	32	14.65 ± 5.58	김치전	5	13.32 ± 4.42
25	비스킷	6	13.92 ± 8.09	포도	21	13.46 ± 7.18	참외	8	11.18 ± 3.96

1) Mean±SD



표 5-42. 가족수에 따른 단백질 섭취량의 주요 급원 음식

순위	3인이하			4인			5인이상		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	삼겹살구이	8	19.35 ± 8.61 <sup>1)</sup>	비빔밥	11	19.19 ± 9.67	복어국	7	19.43 ± 3.91
2	동태찌개	7	18.42 ± 3.55	국수장국	10	16.01 ± 3.99	비빔밥	9	15.46 ± 6.16
3	고등어조림	9	14.77 ± 2.60	삼겹살구이	16	15.48 ± 6.53	부대고기찌개	5	15.10 ± 7.84
4	조기구이	7	13.44 ± 0.00	고등어조림	12	14.66 ± 2.42	돈육카레라이스	5	14.45 ± 0.30
5	고등어구이	11	13.03 ± 2.04	동태찌개	10	14.43 ± 6.87	고등어구이	7	13.23 ± 1.28
6	라면	15	12.24 ± 3.83	돈까스	10	14.25 ± 5.01	고등어조림	7	12.90 ± 3.73
7	김밥	8	11.24 ± 3.08	물냉면	14	14.17 ± 5.42	갈치구이	8	12.60 ± 0.00
8	순두부찌개	9	11.23 ± 2.70	칼국수	12	13.62 ± 4.03	돼지고기볶음	5	12.21 ± 3.16
9	칼국수	10	9.91 ± 2.88	조기구이	14	12.96 ± 1.80	조기구이	5	12.10 ± 3.01
10	참치김치찌개	6	9.23 ± 2.04	고등어구이	25	12.58 ± 2.34	김밥	5	10.83 ± 1.14
11	김치볶음밥	7	9.15 ± 5.40	불고기	13	12.41 ± 2.66	불고기	7	10.73 ± 4.15
12	콩밥	29	8.57 ± 1.77	라면	28	11.51 ± 3.88	칼국수	7	10.69 ± 3.31
13	식빵	10	8.01 ± 3.62	김밥	20	9.76 ± 2.51	참치김치찌개	5	10.06 ± 3.03
14	돈육김치찌개	19	7.80 ± 3.90	콩밥	40	8.61 ± 1.70	라면	5	9.08 ± 2.26
15	된장찌개	37	7.57 ± 2.26	참치김치찌개	14	7.87 ± 2.67	콩밥	11	8.73 ± 1.51
16	우유	57	7.45 ± 4.34	계란말이	14	7.53 ± 3.17	잡곡밥	54	7.23 ± 2.56
17	잡곡밥	53	7.08 ± 1.98	콩조림(콩자반)	18	7.26 ± 0.73	돈육김치찌개	12	7.07 ± 3.30
18	두부된장국	14	6.97 ± 2.36	두유음료	10	7.22 ± 3.51	식빵	10	6.90 ± 3.92
19	계란찜	8	6.92 ± 2.68	고추멸치볶음	15	7.15 ± 1.17	잔멸치볶음	24	6.86 ± 2.35
20	보리밥	10	6.89 ± 0.72	잡곡밥	97	7.08 ± 2.64	된장찌개	33	6.77 ± 2.29
21	고추멸치볶음	10	6.70 ± 1.68	잔멸치볶음	50	7.05 ± 2.61	우유	42	6.54 ± 0.95
22	계란말이	9	6.58 ± 1.61	보리밥	25	7.03 ± 2.30	보리밥	11	6.46 ± 1.12
23	콩조림(콩자반)	14	6.55 ± 2.02	우유	106	6.82 ± 2.03	롤빵, 소프트롤	6	6.45 ± 1.44
24	잔멸치볶음	34	6.54 ± 1.23	식빵	19	6.66 ± 4.00	계란후라이	9	6.35 ± 0.00
25	계란후라이	12	6.35 ± 0.00	계란찜	26	6.61 ± 2.03	현미밥	10	5.83 ± 0.23

1) Mean±SD

표 5-43. 가족수에 따른 지방 섭취량의 주요 급원 음식

순위	3인 이하			4인			5인 이상		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	삼겹살구이	8	33.83 ± 15.05 <sup>1)</sup>	삼겹살구이	16	27.06 ± 11.41	고등어구이	7	16.95 ± 1.66
2	라면	15	18.73 ± 4.70	라면	28	17.37 ± 4.32	라면	5	14.85 ± 3.69
3	고등어구이	11	16.77 ± 2.65	고등어구이	25	16.17 ± 3.03	부대고기찌개	5	13.94 ± 5.89
4	고등어조림	9	14.20 ± 2.50	돈가스	10	16.09 ± 5.65	아이스크림	9	13.90 ± 0.00
5	아이스크림	8	12.60 ± 3.69	아이스크림	10	14.35 ± 5.24	김밥	5	12.75 ± 1.48
6	김밥	8	12.02 ± 2.93	고등어조림	12	14.09 ± 2.33	고등어조림	7	12.36 ± 3.58
7	스낵과자	10	9.85 ± 7.94	김밥	20	11.25 ± 3.20	돼지고기볶음	5	11.96 ± 3.12
8	순두부찌개	9	8.38 ± 2.64	비빔밥	11	10.83 ± 3.98	비빔밥	9	10.10 ± 4.62
9	계란말이	9	8.10 ± 1.44	계란말이	14	9.75 ± 4.15	돈육카레라이스	5	9.96 ± 1.43
10	김치볶음밥	7	7.79 ± 3.67	스낵과자	15	7.68 ± 4.81	스낵과자	5	8.30 ± 2.36
11	계란후라이	12	7.50 ± 0.00	계란후라이	19	7.50 ± 0.00	갈치구이	8	8.25 ± 0.00
12	우유	57	7.44 ± 4.34	불고기	13	7.18 ± 1.53	땅콩, 볶은것	5	7.61 ± 2.84
13	조기구이	7	7.34 ± 0.00	조기구이	14	7.08 ± 0.98	계란후라이	9	7.50 ± 0.00
14	야채샐러드	6	7.31 ± 3.89	두유음료	10	6.99 ± 1.98	우유	42	6.73 ± 2.36
15	계란찜	8	6.80 ± 2.40	우유	106	6.88 ± 2.06	조기구이	5	6.61 ± 1.64
16	미역국	27	5.93 ± 2.25	계란찜	26	6.31 ± 1.71	불고기	7	6.24 ± 2.41
17	식빵	10	5.13 ± 2.50	국수장국	10	6.15 ± 6.57	미역국	23	6.09 ± 1.36
18	돈육김치찌개	19	4.40 ± 2.47	미역국	48	6.08 ± 1.38	계란찜	13	5.45 ± 1.33
19	고추멸치볶음	10	4.17 ± 1.02	식빵	19	5.75 ± 4.70	호박전	5	5.40 ± 1.62
20	콩조림(콩자반)	14	3.86 ± 1.19	물냉면	14	4.52 ± 2.42	김치전	5	5.15 ± 1.73
21	쇠고기무국	9	3.82 ± 0.67	고추멸치볶음	15	4.45 ± 0.71	식빵	10	4.64 ± 2.50
22	롤빵, 소프트롤	12	3.66 ± 0.81	콩조림(콩자반)	18	4.28 ± 0.43	복어국	7	4.48 ± 1.49
23	비스킷	6	3.48 ± 2.02	칼국수	12	3.93 ± 0.92	돈육김치찌개	12	4.05 ± 2.26
24	잔멸치볶음	34	3.46 ± 0.66	롤빵, 소프트롤	23	3.88 ± 1.20	어묵볶음	11	3.83 ± 1.18
25	칼국수	10	3.30 ± 0.94	돈육김치찌개	37	3.64 ± 3.54	롤빵, 소프트롤	6	3.74 ± 0.83

1) Mean±SD

### 3) 가족 내 총수입에 따른 열량영양소의 섭취 기여도

가족 내 총수입에 따라 조사된 총 음식의 가짓수를 보면 300만원 이하는 482개, 300만원 ~ 450만원 사이는 395개, 450만원 이상은 366개였다. 이중 섭취빈도가 10회 이상인 음식의 가짓수는 300만원 이하가 72개로 다른 군에 비해 많았다. 가족 내 총수입에 따라 섭취한 음식의 종류에 차이가 있지만 이들 음식이 영양소 섭취에 기여하는 수준을 보면 표 5-44 ~ 표 5-47과 같다.

에너지 섭취량에 대한 기여도를 보면 라면이 수입에 상관없이 기여도가 1위인 것으로 조사되었다. 그 다음 순위는 300만원 이하인 경우에서 김밥, 비빔밥, 삼겹살구이, 물냉면이었고, 300만원 ~ 450만원 사이에서는 비빔밥, 떡국, 김밥, 콩밥, 450만원 이상은 수제비, 김밥, 비빔밥, 현미밥 순으로 라면 이외에 김밥과 비빔밥 역시 에너지 섭취량에 대한 기여도가 높은 음식이었다.

탄수화물 섭취량에 대한 기여도를 보면 300만원 이하에서는 라면, 보리밥, 콩밥, 물냉면, 흑미밥, 300만원 ~ 450만원 사이에서는 떡국, 라면, 콩밥, 비빔밥, 쌀밥, 450만원 이상에서는 수제비, 현미밥, 라면, 콩밥, 보리밥 순으로 조사되어 라면과 콩밥이 수입에 상관없이 탄수화물 섭취에 대한 기여도가 높은 음식이었다.

단백질에 대한 기여도가 높은 음식을 보면 300만원 이하에서는 삼겹살구이, 동태찌개, 고등어조림, 비빔밥, 물냉면 이었고, 300만원 ~ 450만원 사이에서는 비빔밥, 고등어구이, 갈치구이, 라면, 조기구이 순이었고, 450만원 이상에서는 갈비구이, 비빔밥, 동태찌개, 조기구이, 수제비 순으로 나타나 비빔밥이 가족내 수입과 상관없이 단백질 기여도가 높은 음식으로 조사되었다.

지방에 대한 기여도가 높은 음식을 보면 300만원 이하에서는 삼겹살구이, 라면, 고등어구이, 고등어조림, 아이스크림, 300만원 ~ 400만원 사이에서는 삼겹살구이, 라면, 고등어구이, 비빔밥, 고등어조림, 400만원 이상에서는 갈비구이, 고등어구이, 라면, 아이스크림, 계란말이 순으로 가족내 수입과 상관없이 라면과 고등어구이가 지방섭취량에 대한 기여도가 높은 음식으로 조사되었다.

표 5-44. 가족 총수입에 따른 에너지 섭취량의 주요 급원 음식

순위	300만원 이하			300만원 ~ 450만원			450만원 이상		
	음식명	빈도	섭취량(kcal)	음식명	빈도	섭취량(kcal)	음식명	빈도	섭취량(kcal)
1	라면	29	473.73 ± 105.07 <sup>1)</sup>	라면	11	461.67 ± 88.46	라면	8	413.53 ± 133.96
2	김밥	15	413.70 ± 66.95	비빔밥	7	447.90 ± 50.52	수제비	5	373.07 ± 20.21
3	비빔밥	12	399.17 ± 51.52	떡국	7	388.72 ± 78.63	김밥	6	359.04 ± 107.28
4	삼겹살구이	15	373.39 ± 140.26	김밥	12	377.45 ± 89.86	비빔밥	6	341.67 ± 136.52
5	물냉면	14	358.80 ± 99.97	콩밥	20	336.80 ± 30.14	현미밥	7	318.47 ± 0.34
6	보리밥	29	337.64 ± 36.36	현미밥	21	286.05 ± 65.70	콩밥	13	303.75 ± 76.96
7	콩밥	47	321.13 ± 69.13	쌀밥	148	281.49 ± 74.75	보리밥	11	280.94 ± 129.24
8	흑미밥	12	299.79 ± 45.00	흑미밥	10	264.24 ± 86.30	잡곡밥	58	272.76 ± 71.38
9	잡곡밥	84	293.69 ± 76.77	잡곡밥	72	262.87 ± 81.63	쌀밥	91	266.48 ± 86.92
10	쌀밥	267	282.22 ± 70.75	칼국수	12	251.16 ± 46.63	갈비구이	5	261.31 ± 119.68
11	현미밥	22	270.53 ± 76.27	고구마, 찌겉	7	239.29 ± 88.81	칼국수	7	230.03 ± 61.12
12	칼국수	10	263.57 ± 19.51	삼겹살구이	7	237.07 ± 78.40	떡볶기	5	224.00 ± 98.68
13	식빵	12	241.60 ± 91.79	떡볶기	8	232.61 ± 34.44	아이스크림	8	216.30 ± 2.41
14	고등어조림	14	233.13 ± 3.27	식빵	9	215.17 ± 85.71	롤빵, 소프트롤	13	203.91 ± 38.38
15	떡볶기	10	213.55 ± 53.05	고등어구이	12	209.69 ± 31.11	고등어구이	14	192.85 ± 46.97
16	고등어구이	17	212.38 ± 17.30	롤빵, 소프트롤	10	200.88 ± 39.02	식빵	18	180.37 ± 87.44
17	롤빵, 소프트롤	18	207.70 ± 76.09	고등어조림	10	179.59 ± 56.22	고구마, 찌겉	5	157.50 ± 39.13
18	아이스크림	14	198.10 ± 55.00	스낵과자	9	170.08 ± 136.44	불고기	10	139.54 ± 48.49
19	불고기	10	145.35 ± 36.83	바나나	7	139.50 ± 46.50	우유	48	137.45 ± 52.39
20	스낵과자	17	140.66 ± 42.08	갈치구이	8	128.02 ± 0.00	계란말이	5	131.20 ± 45.86
21	우유	105	132.19 ± 59.15	우유	52	122.40 ± 27.43	두유음료	5	129.30 ± 25.27
22	순두부찌개	12	123.42 ± 39.06	조기구이	13	113.65 ± 23.12	갈치구이	7	128.02 ± 0.00
23	계란말이	16	114.11 ± 45.89	굴	40	113.53 ± 93.72	동태찌개	5	123.74 ± 15.01
24	동태찌개	14	109.55 ± 37.66	순두부찌개	8	107.92 ± 41.97	조기구이	7	123.12 ± 0.00
25	고추멸치볶음	10	106.87 ± 9.42	콩조림(콩자반)	13	105.98 ± 7.49	땅콩, 볶은것	6	118.07 ± 83.89

1) Mean±SD

표 5-45. 가족 총수입에 따른 탄수화물 섭취량의 주요 급원 음식

순위	300만원 이하			300만원 ~ 450만원			450만원 이상		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	라면	29	74.21 ± 15.37 <sup>1)</sup>	떡국	7	74.00 ± 15.04	수제비	5	74.50 ± 3.29
2	보리밥	29	74.10 ± 8.32	라면	11	68.85 ± 10.92	현미밥	7	67.53 ± 0.08
3	콩밥	47	65.66 ± 14.15	콩밥	20	68.75 ± 6.33	라면	8	66.19 ± 20.76
4	물냉면	14	65.47 ± 19.31	비빔밥	7	65.10 ± 1.48	콩밥	13	62.11 ± 15.74
5	흑미밥	12	64.79 ± 9.69	쌀밥	148	62.11 ± 16.49	보리밥	11	60.93 ± 28.10
6	김밥	15	63.40 ± 10.19	현미밥	21	60.10 ± 13.73	쌀밥	91	58.78 ± 19.16
7	쌀밥	267	62.27 ± 15.62	김밥	12	57.89 ± 13.59	잡곡밥	58	57.17 ± 15.23
8	잡곡밥	84	61.22 ± 16.35	흑미밥	10	57.35 ± 18.70	김밥	6	56.23 ± 16.89
9	비빔밥	12	61.08 ± 5.21	고구마, 찌겉	7	55.90 ± 20.75	비빔밥	6	55.91 ± 19.47
10	현미밥	22	57.20 ± 16.33	잡곡밥	72	54.18 ± 16.95	떡볶기	5	42.36 ± 12.94
11	칼국수	10	49.27 ± 0.99	떡볶기	8	48.00 ± 6.29	칼국수	7	42.22 ± 12.05
12	떡볶기	10	43.27 ± 10.07	칼국수	12	46.57 ± 7.03	고구마, 찌겉	5	36.79 ± 9.14
13	식빵	12	38.42 ± 13.27	바나나	7	36.15 ± 12.05	롤빵, 소프트롤	13	35.79 ± 7.44
14	롤빵, 소프트롤	18	36.78 ± 13.47	롤빵, 소프트롤	10	35.57 ± 6.91	식빵	18	27.57 ± 12.05
15	꿀	67	22.94 ± 14.74	식빵	9	35.56 ± 14.45	아이스크림	8	20.24 ± 0.62
16	사과, 부사	39	22.75 ± 10.75	꿀	40	28.08 ± 23.18	요구르트, 액상	13	20.10 ± 7.46
17	오렌지, 천연과즙	15	19.60 ± 5.42	스낵과자	9	20.88 ± 16.75	사과, 부사	21	19.67 ± 12.47
18	아이스크림	14	18.71 ± 5.71	사과, 부사	40	20.52 ± 8.82	오렌지, 캔쥬스	5	19.60 ± 12.00
19	배	15	18.54 ± 7.67	요구르트, 액상	19	19.18 ± 5.11	꿀	22	18.80 ± 6.49
20	수박	31	17.66 ± 13.23	오렌지, 천연과즙	7	18.75 ± 5.95	요구르트, 호상, 말기	5	16.00 ± 0.00
21	요구르트, 액상	18	17.24 ± 5.93	배	7	15.67 ± 10.97	사과, 아오리	13	14.24 ± 6.35
22	스낵과자	17	16.59 ± 5.32	포도	13	14.91 ± 8.41	오렌지	5	14.06 ± 8.47
23	비스킷	11	14.52 ± 5.38	수박	19	14.21 ± 4.93	수박	10	13.50 ± 4.74
24	포도	15	14.10 ± 8.32	오렌지	11	12.83 ± 5.73	배	8	12.74 ± 4.32
25	오렌지	12	12.38 ± 5.78	사과, 아오리	17	12.57 ± 8.86	포도	18	12.65 ± 6.58

1) Mean±SD

표 5-46. 가족 총수입에 따른 단백질 섭취량의 주요 급원 음식

순위	300만원 이하			300만원 ~ 450만원			450만원 이상		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	삼겹살구이	15	18.58 ± 6.98 <sup>1)</sup>	비빔밥	7	19.54 ± 4.83	갈비구이	5	20.28 ± 12.64
2	동태찌개	14	15.79 ± 6.39	고등어구이	12	13.09 ± 1.95	비빔밥	6	18.05 ± 14.26
3	고등어조림	14	15.67 ± 0.11	갈치구이	8	12.60 ± 0.00	동태찌개	5	17.13 ± 1.48
4	비빔밥	12	15.14 ± 4.75	라면	11	12.52 ± 4.03	조기구이	7	13.44 ± 0.00
5	물냉면	14	14.91 ± 5.07	조기구이	13	12.41 ± 2.52	수제비	5	13.39 ± 1.98
6	고등어구이	17	13.26 ± 1.10	고등어조림	10	12.10 ± 3.83	갈치구이	7	12.60 ± 0.00
7	칼국수	10	12.09 ± 3.29	삼겹살구이	7	11.79 ± 3.90	고등어구이	14	11.99 ± 2.92
8	불고기	10	11.67 ± 2.93	칼국수	12	11.44 ± 4.02	칼국수	7	11.29 ± 4.54
9	라면	29	11.53 ± 3.54	떡국	7	10.74 ± 3.12	불고기	10	10.96 ± 3.55
10	순두부찌개	12	10.64 ± 2.94	김밥	12	10.16 ± 2.89	라면	8	9.89 ± 4.19
11	김밥	15	10.62 ± 1.81	순두부찌개	8	9.04 ± 3.52	김밥	6	9.69 ± 3.56
12	참치김치찌개	12	9.80 ± 2.42	콩밥	20	9.04 ± 0.75	건새우볶음	5	9.42 ± 4.95
13	콩밥	47	8.58 ± 1.84	콩조림(콩자반)	13	7.43 ± 0.53	참치김치찌개	7	8.43 ± 2.55
14	식빵	12	7.73 ± 3.57	식빵	9	7.27 ± 3.00	콩밥	13	8.11 ± 2.05
15	고추멸치볶음	10	7.56 ± 0.62	잔멸치볶음	38	7.03 ± 3.00	계란말이	5	7.86 ± 2.84
16	잡곡밥	84	7.40 ± 2.53	잡곡밥	72	6.99 ± 2.60	우유	48	7.15 ± 2.86
17	된장찌개	68	7.06 ± 2.37	고추멸치볶음	13	6.92 ± 1.53	된장찌개	25	6.76 ± 2.22
18	우유	105	7.03 ± 3.14	돈육김치찌개	18	6.81 ± 3.48	잡곡밥	58	6.69 ± 1.98
19	보리밥	29	7.00 ± 1.08	된장찌개	33	6.60 ± 2.03	두부된장국	5	6.67 ± 2.55
20	계란말이	16	7.00 ± 2.83	우유	52	6.56 ± 1.54	식빵	18	6.52 ± 4.43
21	콩조림(콩자반)	18	6.94 ± 1.13	롤빵, 소프트롤	10	6.34 ± 1.23	잔멸치볶음	23	6.45 ± 1.50
22	돈육김치찌개	41	6.94 ± 4.30	계란찜	15	6.32 ± 0.54	롤빵, 소프트롤	13	6.44 ± 1.19
23	잔멸치볶음	47	6.90 ± 1.68	현미밥	21	5.44 ± 1.56	두유음료	5	6.41 ± 0.91
24	계란찜	23	6.77 ± 2.13	쌀밥	148	5.34 ± 1.42	계란후라이	9	6.35 ± 0.00
25	두부된장국	15	6.74 ± 2.59	배추된장국	7	5.29 ± 1.08	보리밥	11	6.35 ± 3.29

1) Mean±SD

표 5-47. 가족 총수입에 따른 지방 섭취량의 주요 급원 음식

순위	300만원 이하			300만원 ~ 450만원			450만원 이상		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	삼겹살구이	15	32.47 ± 12.20 <sup>1)</sup>	삼겹살구이	7	20.62 ± 6.82	갈비구이	5	21.10 ± 12.70
2	라면	29	17.93 ± 4.37	라면	11	18.25 ± 4.31	고등어구이	14	15.38 ± 3.76
3	고등어구이	17	17.05 ± 1.45	고등어구이	12	16.84 ± 2.53	라면	8	15.09 ± 4.59
4	고등어조림	14	15.03 ± 0.02	비빔밥	7	13.08 ± 3.72	아이스크림	8	13.90 ± 0.00
5	아이스크림	14	13.47 ± 5.23	고등어조림	10	11.65 ± 3.73	계란말이	5	10.23 ± 3.79
6	김밥	15	12.59 ± 2.69	김밥	12	11.23 ± 2.97	김밥	6	10.21 ± 3.09
7	비빔밥	12	10.34 ± 3.57	스낵과자	9	8.54 ± 6.85	땅콩, 볶은것	6	10.13 ± 7.19
8	계란말이	16	8.84 ± 3.55	갈치구이	8	8.25 ± 0.00	갈치구이	7	8.25 ± 0.00
9	순두부찌개	12	7.91 ± 2.73	조기구이	13	6.78 ± 1.38	비빔밥	6	7.62 ± 4.57
10	계란후라이	25	7.50 ± 0.00	순두부찌개	8	6.70 ± 2.82	두유음료	5	7.61 ± 2.27
11	스낵과자	17	7.24 ± 2.35	미역국	32	6.67 ± 0.90	계란후라이	9	7.50 ± 0.00
12	우유	105	7.04 ± 3.10	우유	52	6.51 ± 1.47	우유	48	7.45 ± 3.60
13	불고기	10	6.75 ± 1.68	계란찜	15	6.23 ± 0.60	조기구이	7	7.34 ± 0.00
14	식빵	12	6.35 ± 4.55	식빵	9	4.88 ± 2.29	불고기	10	6.35 ± 2.05
15	계란찜	23	6.34 ± 1.92	야채샐러드	7	4.70 ± 2.35	미역국	28	5.71 ± 1.65
16	미역국	38	5.76 ± 1.98	떡국	7	4.67 ± 1.65	계란찜	9	5.57 ± 2.61
17	물냉면	14	4.92 ± 2.36	콩조림(콩자반)	13	4.38 ± 0.31	식빵	18	4.82 ± 3.68
18	고추멸치볶음	10	4.66 ± 0.37	고추멸치볶음	13	4.29 ± 0.96	수제비	5	4.69 ± 2.30
19	어묵볶음	11	4.26 ± 2.65	돈육김치찌개	18	3.98 ± 2.30	어묵볶음	5	3.96 ± 1.08
20	콩조림(콩자반)	18	4.10 ± 0.66	롤빵, 소프트롤	10	3.67 ± 0.71	롤빵, 소프트롤	13	3.88 ± 0.64
21	돈육김치찌개	41	4.08 ± 2.93	잔멸치볶음	38	3.55 ± 0.82	고추멸치볶음	6	3.77 ± 1.17
22	쇠고기무국	10	3.84 ± 0.64	칼국수	12	3.53 ± 1.05	칼국수	7	3.57 ± 1.15
23	롤빵, 소프트롤	18	3.80 ± 1.39	호박볶음	9	3.44 ± 1.39	잔멸치볶음	23	3.41 ± 0.80
24	잔멸치볶음	47	3.64 ± 0.88	고사리나물	9	2.73 ± 1.13	떡볶기	5	3.32 ± 3.82
25	비스킷	11	3.63 ± 1.35	시금치나물	16	2.44 ± 1.15	돈육김치찌개	9	3.11 ± 4.81

1) Mean±SD

#### 4) 사회경제적 수준에 따른 열량영양소의 섭취 기여도

사회경제적 수준에 따라 조사된 총 음식의 가짓수를 보면 상류층이 406개, 중류층이 465개, 하류층이 385개였다. 이중 섭취빈도가 10회 이상인 음식의 가짓수는 중류층이 69개로 상류층과 하류층에 비해 많았다. 사회경제적 수준에 따라 섭취한 음식의 종류에 차이가 있지만 이들 음식이 영양소 섭취에 기여하는 수준을 보면 표 5-48 ~ 표 5-51과 같다.

사회경제적 수준에 따라 에너지 섭취량에 기여하는 음식을 보면 비빔밥과 김밥이 사회경제적 수준에 상관없이 2, 3위로 에너지 섭취량에 대한 기여도가 높은 음식이었고, 에너지 기여도 1위를 차지한 음식을 보면 상류층은 돈육카레라이스, 중류층과 하류층은 라면이었다. 쌀밥이 에너지섭취량에 기여하는 정도를 보면 상류층은 7위, 중류층은 11위, 하류층은 12위였다.

탄수화물 섭취량에 대한 기여도가 높은 음식을 보면 상류층은 돈육카레라이스, 현미밥, 보리밥, 콩밥, 쌀밥 순이었고, 중류층은 수제비, 보리밥, 라면, 국수장국, 물냉면 순이며, 하류층은 라면, 보리밥, 콩밥, 흑미밥, 김밥의 순으로 나타나 보리밥이 사회경제적 수준과 상관없이 탄수화물에 대한 기여도가 높은 음식으로 나타났다.

단백질 섭취량에 대한 기여도가 높은 음식을 보면 비빔밥이 상류층에서 1위, 중류층에서 2위, 하류층에서 4위로 단백질에 대한 기여도가 높은 음식으로 조사되었다. 그 외 상류층에서는 갈치구이, 고등어구이, 돈육카레라이스, 고등어조림 순이었고, 중류층은 북어국, 물냉면, 삼겹살구이, 국수장국 순이며, 하류층은 동태찌개, 고등어조림, 비빔밥, 물냉면의 순으로 나타났다.

지방 섭취량에 대한 기여도를 보면 상류층에서는 고등어구이, 고등어조림, 비빔밥, 땅콩, 김밥이었고, 중류층에서는 삼겹살구이, 쇠고기 장조림, 라면, 고등어구이, 고등어조림, 하류층에서는 삼겹살구이, 라면, 고등어구이, 고등어조림, 아이스크림 순으로 조사되어 고등어구이와 고등어조림이 계층에 상관없이 지방에 대한 기여도가 높은 음식이었다.



표 5-48. 사회경제적 수준에 따른 에너지 섭취량의 주요 급원 음식

순위	상			중			하		
	음식명	빈도	섭취량(kcal)	음식명	빈도	섭취량(kcal)	음식명	빈도	섭취량(kcal)
1	돈육카레라이스	6	395.88 ± 85.51 <sup>1)</sup>	라면	29	452.02 ± 98.13	라면	14	489.34 ± 120.02
2	비빔밥	6	385.57 ± 155.87	비빔밥	12	414.12 ± 50.12	김밥	7	427.95 ± 41.36
3	김밥	10	337.38 ± 106.24	김밥	16	407.48 ± 68.64	비빔밥	7	384.65 ± 57.42
4	콩밥	13	310.50 ± 68.12	물냉면	12	378.41 ± 97.29	삼겹살구이	8	337.09 ± 107.36
5	현미밥	9	309.65 ± 26.51	국수장국	9	367.49 ± 67.87	물냉면	6	333.31 ± 106.10
6	보리밥	10	300.33 ± 118.17	수제비	9	363.93 ± 22.03	콩밥	32	331.80 ± 53.37
7	쌀밥	113	266.54 ± 84.49	보리밥	22	332.82 ± 55.29	보리밥	14	331.52 ± 52.02
8	잡곡밥	54	253.42 ± 72.43	삼겹살구이	14	325.98 ± 156.81	김치볶음밥	6	317.48 ± 87.04
9	칼국수	6	230.10 ± 68.86	콩밥	35	317.82 ± 70.19	흑미밥	6	310.28 ± 9.92
10	떡볶기	9	206.54 ± 79.69	흑미밥	13	287.89 ± 70.17	잡곡밥	37	309.55 ± 69.07
11	고등어구이	13	198.86 ± 41.51	쌀밥	229	280.95 ± 71.07	현미밥	14	287.14 ± 69.98
12	롤빵, 소프트롤	14	197.32 ± 44.37	현미밥	27	273.39 ± 74.03	쌀밥	164	285.40 ± 73.25
13	고구마, 찐것	6	189.58 ± 86.03	잡곡밥	123	266.85 ± 75.91	칼국수	8	259.36 ± 18.67
14	식빵	21	182.70 ± 89.75	칼국수	15	253.62 ± 42.25	식빵	8	250.91 ± 108.33
15	스낵과자	7	181.81 ± 175.41	떡볶기	10	232.66 ± 46.24	고등어조림	9	233.17 ± 3.53
16	고등어조림	8	175.85 ± 54.27	식빵	10	223.84 ± 62.60	롤빵, 소프트롤	6	232.50 ± 113.90
17	불고기	11	138.42 ± 53.38	고등어조림	11	221.25 ± 34.67	아이스크림	6	217.35 ± 5.76
18	잡채	6	135.68 ± 22.33	고구마, 찐것	10	220.00 ± 78.88	고등어구이	11	209.09 ± 20.96
19	두유음료	6	134.30 ± 25.71	고등어구이	19	207.45 ± 34.57	돼지고기볶음	7	192.09 ± 54.44
20	갈치구이	9	128.02 ± 0.00	롤빵, 소프트롤	21	201.94 ± 41.29	스낵과자	9	149.13 ± 47.56
21	우유	55	125.92 ± 36.39	아이스크림	16	199.33 ± 51.12	우유	49	126.48 ± 31.81
22	땅콩, 볶은것	6	118.07 ± 83.89	스낵과자	14	169.28 ± 101.77	순두부찌개	7	124.93 ± 44.25
23	어묵볶음	6	98.05 ± 26.50	바나나	10	139.58 ± 69.20	계란말이	10	114.32 ± 59.13
24	계란후라이	8	96.68 ± 0.00	우유	101	135.83 ± 64.21	동태찌개	7	112.35 ± 31.40
25	콩조림(콩자반)	8	95.90 ± 34.38	계란말이	12	120.96 ± 29.29	고추멸치볶음	10	108.01 ± 9.42

1) Mean±SD

표 5-49. 사회경제적 수준에 따른 탄수화물 섭취량의 주요 급원 음식

순위	상			중			하		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	돈육카레라이스	6	66.44 ± 14.66 <sup>1)</sup>	수제비	9	74.19 ± 3.09	라면	14	76.98 ± 18.75
2	현미밥	9	65.65 ± 5.63	보리밥	22	72.91 ± 12.39	보리밥	14	73.22 ± 11.59
3	보리밥	10	65.11 ± 25.75	라면	29	70.23 ± 13.41	콩밥	32	67.85 ± 10.91
4	콩밥	13	63.49 ± 13.93	국수장국	9	68.16 ± 12.10	흑미밥	6	67.20 ± 1.94
5	쌀밥	113	58.79 ± 18.62	물냉면	12	67.46 ± 16.32	김밥	7	64.95 ± 6.27
6	비빔밥	6	56.20 ± 19.61	콩밥	35	64.91 ± 14.39	잡곡밥	37	64.81 ± 16.32
7	잡곡밥	54	52.78 ± 15.07	비빔밥	12	63.85 ± 2.09	쌀밥	164	62.98 ± 16.16
8	김밥	10	52.67 ± 17.05	김밥	16	62.61 ± 10.19	물냉면	6	61.32 ± 25.97
9	고구마, 찌것	6	44.29 ± 20.10	흑미밥	13	62.45 ± 15.21	현미밥	14	60.85 ± 14.84
10	칼국수	6	41.02 ± 12.70	쌀밥	229	61.98 ± 15.69	비빔밥	7	60.10 ± 6.68
11	떡볶기	9	40.70 ± 11.55	현미밥	27	57.43 ± 15.63	김치볶음밥	6	52.60 ± 11.87
12	롤빵, 소프트롤	14	34.64 ± 8.33	잡곡밥	123	55.26 ± 15.88	칼국수	8	49.38 ± 1.07
13	식빵	21	28.37 ± 13.08	고구마, 찌것	10	51.39 ± 18.43	롤빵, 소프트롤	6	41.17 ± 20.17
14	잡채	6	22.35 ± 2.41	칼국수	15	47.06 ± 6.35	식빵	8	40.62 ± 15.60
15	스낵과자	7	21.88 ± 20.55	떡볶기	10	46.99 ± 8.69	사과, 부사	21	22.95 ± 8.38
16	굴	22	20.94 ± 10.43	바나나	10	36.17 ± 17.94	굴	44	21.68 ± 11.21
17	요구르트, 액상	16	20.39 ± 6.71	롤빵, 소프트롤	21	35.76 ± 7.31	아이스크림	6	20.26 ± 0.87
18	사과, 부사	29	16.44 ± 8.28	식빵	10	35.65 ± 10.06	요구르트, 액상	7	19.97 ± 4.64
19	사과, 아오리	20	15.14 ± 8.16	굴	63	26.33 ± 21.65	수박	18	19.17 ± 16.29
20	포도	18	13.94 ± 8.49	사과, 부사	50	23.26 ± 11.46	배	10	17.30 ± 6.08
21	오렌지	6	13.37 ± 7.76	스낵과자	14	20.78 ± 12.50	스낵과자	9	17.02 ± 6.28
22	배	9	12.81 ± 4.77	아이스크림	16	18.73 ± 5.28	포도	9	15.67 ± 7.70
23	수박	13	11.54 ± 3.89	배	11	18.31 ± 10.85	비스킷	7	14.52 ± 6.95
24	참외	8	11.41 ± 3.62	오렌지, 천연과즙	18	18.26 ± 5.13	단감	6	14.25 ± 6.98
25	딸기	9	10.68 ± 4.41	요구르트, 액상	27	17.41 ± 5.87	오렌지	7	11.31 ± 6.21

1) Mean±SD

표 5-50. 사회경제적 수준에 따른 단백질 섭취량의 주요 급원 음식

순위	상			중			하		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	비빔밥	6	21.52 ± 13.23 <sup>1)</sup>	복어국	9	17.37 ± 5.36	삼겹살구이	8	16.77 ± 5.34
2	갈치구이	9	12.60 ± 0.00	비빔밥	12	16.49 ± 4.88	동태찌개	7	16.61 ± 5.20
3	고등어구이	13	12.38 ± 2.61	물냉면	12	16.39 ± 5.14	고등어조림	9	15.67 ± 0.12
4	돈육카레라이스	6	12.16 ± 3.40	삼겹살구이	14	16.22 ± 7.80	비빔밥	7	14.26 ± 5.53
5	고등어조림	8	11.78 ± 3.63	국수장국	9	15.52 ± 3.91	물냉면	6	13.44 ± 3.55
6	칼국수	6	11.04 ± 3.42	고등어조림	11	14.91 ± 2.34	고등어구이	11	13.04 ± 1.34
7	불고기	11	10.89 ± 4.01	동태찌개	10	14.50 ± 6.73	돼지고기볶음	7	11.99 ± 3.41
8	김밥	10	9.05 ± 3.52	고등어구이	19	12.94 ± 2.15	라면	14	11.79 ± 3.53
9	오징어무침	7	8.47 ± 2.25	조기구이	17	12.65 ± 2.23	칼국수	8	11.06 ± 2.41
10	콩밥	13	8.29 ± 1.82	수제비	9	12.65 ± 2.15	김밥	7	10.83 ± 1.02
11	참치김치찌개	7	8.06 ± 2.39	칼국수	15	12.17 ± 4.58	순두부찌개	7	10.36 ± 3.63
12	두부된장국	7	7.39 ± 2.44	라면	29	11.32 ± 3.83	참치김치찌개	8	10.21 ± 2.30
13	두유음료	6	7.04 ± 1.74	김밥	16	10.82 ± 2.09	콩밥	32	8.86 ± 1.42
14	보리밥	10	6.80 ± 3.08	쇠고기장조림	9	9.97 ± 3.86	돈육김치찌개	20	8.56 ± 4.06
15	콩조림(콩자반)	8	6.72 ± 2.41	순두부찌개	13	9.80 ± 3.08	식빵	8	8.51 ± 4.24
16	식빵	21	6.53 ± 4.29	콩밥	35	8.51 ± 1.86	김치볶음밥	6	8.38 ± 3.91
17	고추멸치볶음	11	6.53 ± 1.58	어묵국	9	7.88 ± 2.33	고추멸치볶음	10	7.61 ± 0.62
18	우유	55	6.52 ± 1.39	두부된장국	9	7.85 ± 1.90	잡곡밥	37	7.53 ± 2.40
19	잡곡밥	54	6.49 ± 2.39	참치김치찌개	10	7.78 ± 2.78	계란찜	12	7.53 ± 2.49
20	된장찌개	36	6.41 ± 2.15	계란말이	12	7.46 ± 1.94	롤빵, 소프트롤	6	7.33 ± 3.59
21	계란후라이	8	6.35 ± 0.00	우유	101	7.24 ± 3.59	콩조림(콩자반)	10	7.20 ± 0.80
22	잔멸치볶음	28	6.27 ± 1.65	잔멸치볶음	50	7.12 ± 2.57	된장찌개	36	7.19 ± 2.30
23	롤빵, 소프트롤	14	6.23 ± 1.39	식빵	10	7.03 ± 2.12	잔멸치볶음	30	6.94 ± 1.92
24	어묵볶음	6	6.03 ± 1.48	보리밥	22	6.98 ± 1.43	계란말이	10	6.87 ± 3.53
25	계란찜	12	6.01 ± 2.65	된장찌개	54	6.98 ± 2.27	우유	49	6.79 ± 1.65

1) Mean±SD

표 5-51. 사회경제적 수준에 따른 지방 섭취량의 주요 급원 음식

순위	상			중			하		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	고등어구이	13	15.89 ± 3.37 <sup>1)</sup>	삼겹살구이	14	28.35 ± 13.64	삼겹살구이	8	29.32 ± 9.34
2	고등어조림	8	11.28 ± 3.48	쇠고기장조림	9	22.16 ± 8.40	라면	14	18.51 ± 4.80
3	비빔밥	6	10.74 ± 5.48	라면	29	17.14 ± 4.14	고등어구이	11	16.77 ± 1.77
4	땅콩, 볶은것	6	10.13 ± 7.19	고등어구이	19	16.65 ± 2.77	고등어조림	9	15.03 ± 0.02
5	김밥	10	9.67 ± 2.86	고등어조림	11	14.35 ± 2.26	아이스크림	6	13.95 ± 0.12
6	스낵과자	7	9.40 ± 9.44	아이스크림	16	13.51 ± 4.87	김밥	7	13.38 ± 1.86
7	돈육카레라이스	6	8.40 ± 2.31	김밥	16	12.16 ± 2.77	돼지고기볶음	7	11.62 ± 3.35
8	갈치구이	9	8.25 ± 0.00	비빔밥	12	10.79 ± 3.75	비빔밥	7	9.63 ± 4.34
9	두유음료	6	7.74 ± 2.05	계란말이	12	9.28 ± 2.44	계란말이	10	8.98 ± 4.58
10	계란후라이	8	7.50 ± 0.00	스낵과자	14	8.50 ± 5.11	순두부찌개	7	8.19 ± 3.02
11	우유	55	6.60 ± 1.64	계란후라이	22	7.50 ± 0.00	김치볶음밥	6	7.85 ± 3.41
12	불고기	11	6.32 ± 2.32	우유	101	7.32 ± 3.83	스낵과자	9	7.83 ± 2.73
13	미역국	26	6.04 ± 1.66	순두부찌개	13	7.02 ± 2.64	계란후라이	10	7.50 ± 0.00
14	계란찜	12	5.72 ± 2.26	조기구이	17	6.91 ± 1.22	계란찜	12	7.09 ± 2.12
15	식빵	21	4.72 ± 3.50	미역국	49	6.22 ± 1.23	우유	49	6.80 ± 1.49
16	고추멸치볶음	11	4.10 ± 0.98	식빵	10	5.95 ± 4.13	식빵	8	6.03 ± 3.86
17	어묵볶음	6	4.08 ± 1.01	계란찜	23	5.89 ± 1.07	미역국	23	5.68 ± 2.31
18	콩조림(콩자반)	8	3.97 ± 1.42	물냉면	12	5.55 ± 2.19	돈육김치찌개	20	5.15 ± 2.62
19	롤빵, 소프트롤	14	3.75 ± 0.79	국수장국	9	5.11 ± 6.03	고추멸치볶음	10	4.67 ± 0.38
20	잡채	6	3.64 ± 1.00	어묵볶음	11	4.58 ± 2.45	물냉면	6	4.54 ± 1.87
21	칼국수	6	3.63 ± 1.15	수제비	9	4.16 ± 1.74	롤빵, 소프트롤	6	4.25 ± 2.08
22	잔멸치볶음	28	3.31 ± 0.88	콩조림(콩자반)	17	4.08 ± 0.68	콩조림(콩자반)	10	4.25 ± 0.47
23	돈육김치찌개	9	2.64 ± 2.37	복어국	9	3.82 ± 1.42	무숙채	7	4.13 ± 0.40
24	떡볶기	9	2.56 ± 2.86	롤빵, 소프트롤	21	3.69 ± 0.75	쇠고기무국	7	3.75 ± 0.76
25	참치김치찌개	7	2.49 ± 2.42	잔멸치볶음	50	3.63 ± 0.69	잔멸치볶음	30	3.67 ± 1.01

1) Mean±SD

## 5) 외식여부에 따른 열량영양소의 섭취 기여도

외식여부에 따라 조사된 총 음식의 가짓수를 보면 내식 530개, 외식 345개로 외식에 비해 내식이 다양한 종류의 음식을 섭취하는 것으로 조사되었다. 이중, 섭취빈도가 10회 이상인 음식의 가짓수는 내식이 99개로 외식 21에 비해 4배 이상 많았다. 외식여부에 따라 섭취한 음식의 종류에 차이가 있지만 이들 음식이 영양소 섭취에 기여하는 수준을 제시한 것은 표 5-52 ~ 표 5-55와 같다.

에너지섭취량에 기여하는 음식의 종류를 보면 내식은 라면, 떡국, 삼겹살구이, 보리밥, 콩밥, 현미밥의 순이었고, 외식은 라면, 비빔밥, 우동, 김밥, 보리밥, 수제비의 순으로 조사되어 외식여부에 상관없이 라면이 에너지 섭취량에 대한 기여도가 높은 음식이었다.

탄수화물 섭취량에 대한 기여도를 보면 내식은 떡국, 보리밥, 라면, 콩밥, 쌀밥, 흑미밥 순이며, 외식은 라면, 보리밥, 수제비, 우동, 잡곡밥, 콩밥의 순으로 조사되어 보리밥, 라면, 콩밥이 내식과 외식 모두에서 탄수화물 섭취량에 대한 기여도가 높은 음식으로 조사되었다. 이 외 내식의 경우 과일류가 탄수화물 섭취의 주 급원 음식이었으나 외식은 칼국수, 토스트, 스낵과자, 돈가스 등 탄수화물 섭취의 주 급원 음식이었다.

단백질 섭취량에 기여하는 음식을 보면 내식은 북어국, 삼겹살구이, 동태찌개, 고등어조림, 고등어구이, 조기구이 순이었고, 외식은 비빔밥, 육개장, 설렁탕, 삼겹살구이, 우동, 돈가스 순으로 조사되어 내외식 모두에서 삼겹살구이가 단백질에 대한 기여도가 높은 음식 중 하나로 나타났다.

지방 섭취량에 대한 기여도를 보면 삼겹살구이가 내식과 외식 모두에서 1위를 차지하여 지방 섭취량에 기여하는 수준이 높은 음식 중 하나였다. 이외 내식은 고등어구이, 라면, 고등어조림, 아이스크림 순으로 조사되었고 외식은 설렁탕, 라면, 돈가스, 육개장 순으로 나타났다.

표 5-52. 외식여부에 따른 에너지 섭취량의 주요 급원 음식

순위	내식			외식		
	음식명	빈도	섭취량(kcal)	음식명	빈도	섭취량(kcal)
1	라면	36	435.97 ± 87.19 <sup>1)</sup>	라면	7	559.23 ± 162.49
2	떡국	15	402.03 ± 54.23	비빔밥	11	432.59 ± 53.32
3	삼겹살구이	19	338.45 ± 123.90	우동	5	412.91 ± 101.95
4	보리밥	30	323.62 ± 60.37	김밥	24	380.36 ± 84.70
5	콩밥	73	322.61 ± 63.52	보리밥	9	370.71 ± 69.33
6	현미밥	46	287.66 ± 64.42	수제비	6	361.29 ± 21.13
7	흑미밥	19	281.49 ± 65.29	물냉면	12	339.58 ± 129.01
8	쌀밥	366	276.65 ± 74.57	돈까스	7	332.92 ± 67.51
9	잡곡밥	191	270.33 ± 79.56	삼겹살구이	7	325.98 ± 202.44
10	고등어조림	23	214.90 ± 40.55	잡곡밥	12	318.87 ± 57.67
11	고등어구이	38	206.41 ± 31.98	콩밥	5	315.90 ± 78.49
12	아이스크림	14	205.26 ± 30.73	김치볶음밥	6	308.40 ± 85.95
13	식빵	34	201.50 ± 85.21	쌀밥	100	288.14 ± 81.95
14	롤빵, 소프트롤	17	192.04 ± 46.12	토스트	5	269.44 ± 69.98
15	불고기	20	133.79 ± 44.38	칼국수	14	253.79 ± 49.12
16	두유음료	14	132.07 ± 37.36	떡볶기	11	236.48 ± 22.28
17	우유	124	124.31 ± 30.50	육개장	6	232.49 ± 19.79
18	갈치구이	14	123.45 ± 11.62	스낵과자	7	232.24 ± 147.42
19	복어국	15	117.40 ± 30.88	돼지고기볶음	5	210.98 ± 52.00
20	조기구이	19	116.64 ± 19.41	롤빵, 소프트롤	12	195.30 ± 50.47
21	계란말이	18	109.64 ± 32.47	부대고기찌개	5	184.48 ± 100.72
22	동태찌개	19	108.86 ± 35.08	설렁탕	5	178.73 ± 0.00
23	굴	81	99.22 ± 80.83	감자탕	5	175.98 ± 0.00
24	콩조림(콩자반)	30	97.61 ± 21.56	부추전	5	147.23 ± 48.84
25	고추멸치볶음	24	97.44 ± 22.45	우유	32	139.26 ± 55.56

1) Mean±SD

표 5-53. 외식여부에 따른 탄수화물 섭취량의 주요 급원 음식

순위	내식			외식		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	떡국	15	77.04 ± 10.28 <sup>1)</sup>	라면	7	85.82 ± 26.67
2	보리밥	30	70.86 ± 13.37	보리밥	9	81.93 ± 15.42
3	라면	36	68.52 ± 12.17	수제비	6	74.94 ± 3.13
4	콩밥	73	65.95 ± 13.01	우동	5	72.29 ± 17.96
5	쌀밥	366	61.03 ± 16.45	잡곡밥	12	67.38 ± 12.91
6	흑미밥	19	61.01 ± 14.11	콩밥	5	64.59 ± 16.05
7	현미밥	46	60.67 ± 13.69	비빔밥	11	64.56 ± 1.65
8	잡곡밥	191	55.63 ± 16.52	쌀밥	100	63.58 ± 18.08
9	롤빵, 소프트롤	17	33.76 ± 8.51	물냉면	12	59.07 ± 24.27
10	식빵	34	31.92 ± 13.25	김밥	24	58.59 ± 13.11
11	굴	81	24.54 ± 20.00	김치볶음밥	6	52.62 ± 11.89
12	사과,부사	68	21.30 ± 11.00	떡볶기	11	48.71 ± 3.62
13	아이스크림	14	19.06 ± 2.90	칼국수	14	45.58 ± 8.89
14	요구르트, 액상	32	18.91 ± 6.39	토스트	5	37.67 ± 10.02
15	수박	39	16.83 ± 12.02	롤빵, 소프트롤	12	34.58 ± 8.94
16	사과, 아오리	23	14.53 ± 7.58	스낵과자	7	27.96 ± 17.08
17	포도	29	14.17 ± 7.48	돈까스	7	27.49 ± 5.60
18	배	18	13.65 ± 6.46	굴	7	24.84 ± 11.74
19	오렌지	21	12.78 ± 6.08	잡채	5	22.78 ± 2.62
20	참외	20	10.40 ± 4.78	요구르트, 액상	8	19.75 ± 4.20
21	우유	124	9.81 ± 2.63	오렌지쥬스	7	19.20 ± 3.92
22	복숭아, 백도	26	9.55 ± 3.77	설령탕	5	17.41 ± 0.00
23	딸기	17	9.12 ± 4.17	콜라	7	16.43 ± 6.27
24	두유음료	14	9.00 ± 2.17	부추전	5	15.86 ± 4.11
25	콩조림(콩자반)	30	8.92 ± 1.97	부대고기찌개	5	12.61 ± 8.41

1) Mean±SD

표 5-54. 외식여부에 따른 단백질 섭취량의 주요 급원 음식

순위	내식			외식		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	복어국	15	18.21 ± 4.90 <sup>1)</sup>	비빔밥	11	20.59 ± 8.70
2	삼겹살구이	19	16.84 ± 6.16	육개장	6	18.63 ± 1.64
3	동태찌개	19	15.57 ± 5.76	설렁탕	5	16.79 ± 0.00
4	고등어조림	23	14.46 ± 2.74	삼겹살구이	7	16.22 ± 10.07
5	고등어구이	38	12.87 ± 2.00	우동	5	16.05 ± 3.99
6	조기구이	19	12.73 ± 2.12	돈까스	7	16.03 ± 3.26
7	갈치구이	14	12.15 ± 1.14	물냉면	12	15.20 ± 5.80
8	떡국	15	10.81 ± 2.44	라면	7	14.70 ± 4.59
9	불고기	20	10.78 ± 3.58	감자탕	5	13.95 ± 0.00
10	라면	36	10.50 ± 3.16	김치볶음밥	6	13.59 ± 13.60
11	콩밥	73	8.62 ± 1.69	돼지고기볶음	5	13.17 ± 3.25
12	참치김치찌개	20	8.57 ± 2.79	칼국수	14	12.60 ± 3.36
13	청국장찌개	14	7.47 ± 2.93	수제비	6	12.55 ± 2.10
14	잡곡밥	191	7.18 ± 2.50	토스트	5	12.11 ± 6.19
15	두유음료	14	7.32 ± 3.08	부대고기찌개	5	10.99 ± 6.77
16	두부된장국	21	7.03 ± 2.48	김밥	24	9.93 ± 2.32
17	고추멸치볶음	24	6.92 ± 1.54	순두부찌개	9	8.83 ± 2.96
18	된장찌개	96	6.88 ± 2.37	콩밥	5	8.43 ± 2.10
19	식빵	34	6.86 ± 3.68	어묵국	5	8.32 ± 2.19
20	콩조림(콩자반)	30	6.84 ± 1.51	부추전	5	8.16 ± 5.26
21	보리밥	30	6.84 ± 1.62	잡곡밥	12	7.85 ± 1.48
22	잔멸치볶음	96	6.80 ± 2.33	보리밥	9	7.65 ± 1.64
23	계란말이	18	6.69 ± 2.11	계란말이	6	7.43 ± 2.95
24	우유	124	6.66 ± 1.71	어묵볶음	7	7.39 ± 3.43
25	돈육김치찌개	54	6.55 ± 3.62	잔멸치볶음	11	7.22 ± 0.08

1) Mean±SD



표 5-55. 외식여부에 따른 지방 섭취량의 주요 급원 음식

순위	내식			외식		
	음식명	빈도	섭취량(g)	음식명	빈도	섭취량(g)
1	삼겹살구이	19	29.43 ± 10.77 <sup>1)</sup>	삼겹살구이	7	28.35 ± 17.61
2	고등어구이	38	16.53 ± 2.59	설렁탕	5	21.95 ± 0.00
3	라면	36	16.48 ± 3.78	라면	7	21.27 ± 6.11
4	고등어조림	23	13.89 ± 2.64	돈까스	7	17.93 ± 3.64
5	아이스크림	14	13.23 ± 1.96	육개장	6	14.09 ± 1.11
6	계란말이	18	8.45 ± 2.58	돼지고기볶음	5	12.73 ± 3.16
7	갈치구이	14	7.96 ± 0.75	스낵과자	7	11.88 ± 8.04
8	계란후라이	35	7.50 ± 0.00	비빔밥	11	11.38 ± 3.98
9	두유음료	14	7.37 ± 2.10	김밥	24	11.38 ± 2.77
10	조기구이	19	6.95 ± 1.16	부대고기찌개	5	10.61 ± 5.13
11	우유	124	6.68 ± 1.96	계란말이	6	9.59 ± 3.77
12	불고기	20	6.25 ± 2.07	토스트	5	9.31 ± 6.06
13	계란찜	39	6.24 ± 1.58	감자탕	5	9.20 ± 0.00
14	미역국	83	6.17 ± 1.60	야채샐러드	6	8.09 ± 2.70
15	식빵	34	5.14 ± 3.55	우유	32	7.17 ± 2.48
16	떡국	15	4.74 ± 1.26	양배추샐러드	8	7.02 ± 2.68
17	고추멸치볶음	24	4.27 ± 0.95	김치볶음밥	6	6.66 ± 4.12
18	북어국	15	4.27 ± 1.36	부추전	5	6.31 ± 1.72
19	콩조림(콩자반)	30	4.04 ± 0.89	순두부찌개	9	6.14 ± 2.41
20	돈육김치찌개	54	4.01 ± 2.84	계란찜	5	6.11 ± 3.18
21	롤빵, 소프트롤	17	3.63 ± 0.84	순대	5	5.92 ± 1.56
22	잔멸치볶음	96	3.53 ± 0.89	물냉면	12	5.39 ± 2.22
23	무숙채	14	3.14 ± 1.36	미역국	12	5.32 ± 1.71
24	호박볶음	20	2.92 ± 1.31	어묵볶음	7	5.12 ± 2.82
25	청국장찌개	14	2.69 ± 1.43	우동	5	4.76 ± 1.17

1) Mean±SD

#### 다. 메뉴패턴 분석

메뉴패턴은 조사대상자들이 각 끼니에 섭취한 음식명을 기준으로 하여 평가하였다. 음식 분류의 기준은 한국영양학회에서 개발한 Can-pro 2.0의 음식 database의 분류기준에 따랐으며, 분류시 양념류는 제외시켰다. 그 외 찜류, 구이류, 전 및 부침류, 볶음류, 조림류, 튀김류, 나물 및 무침류, 회류, 젓갈류, 장아찌류는 반찬에 포함시켰다. 또한 생채소 및 기타에 포함되는 음식도 반찬에 포함시켜 반찬의 가짓수에 따른 패턴으로 분류하였다. 예를 들어 쌀밥에 배추김치, 된장찌개, 멸치볶음, 시금치나물, 상추쌈을 한 끼니에 먹었다면 밥+찌개+김치+반찬3의 메뉴패턴으로 분류된다. 이러한 방법으로 분류한 메뉴패턴의 형태는 180여 가지 정도 되었다.

또한 끼니별로 영양소 섭취량을 계산하고 이를 한국인 영양권장량과 비교하였으며, 이를 기준으로 한 NAR 및 MAR을 구하였다. 이를 메뉴패턴과 비교하여 메뉴패턴에 따른 식사의 질을 평가한 결과는 표 5-56 ~ 표 5-60과 같다. 또한 다빈도 메뉴패턴별로 계절, 가족수, 가족내 총수입, 사회경제적 수준 및 외식여부에 따른 빈도는 부록에 제시하였다.

계절별로 다빈도 메뉴패턴 및 MAR값을 보면 4계절 모두 밥+국+반찬1+김치, 밥+국+반찬2+김치의 패턴이 1, 2위로 주로 이용하는 메뉴패턴이었고, 이 두 패턴을 통한 MAR 값은 모든 계절에서 0.8 이상이었으며, 밥+국+반찬2+김치의 MAR값이 겨울에 0.9 이상의 높은 값을 보였다. 이외 봄에는 밥+찌개+반찬1+김치, 밥+반찬2+김치, 밥+찌개+반찬2+김치의 패턴이 상위를 차지하고 있었으며, 이들 메뉴패턴을 통한 MAR값 역시 0.8 이상으로 양호한 수준이었다. 여름에는 면+김치, 밥+반찬2+김치, 밥+찌개+반찬1+김치의 순으로 이용하는 빈도가 높았고, 면+김치의 패턴은 MAR값이 0.6 수준으로 상당히 낮았다. 가을은 밥+찌개+반찬2+김치, 밥+반찬2+김치, 면+김치의 메뉴패턴이 겨울은 밥+찌개+반찬1+김치, 밥+반찬2+김치, 밥+찌개+반찬2+김치의 메뉴패턴의 이용 빈도가 높은 것으로 조사되었으며, 여름철과 마찬가지로 가을철의 면+김치의 패턴에서 MAR값 0.65수준으로 낮았다. 즉 메뉴패턴이 단조로운 형태보다는 국이나 찜이 가미되고 반찬가짓수가 늘어날수록 MAR값이 높아짐을 볼 수 있었다.

가족수에 따른 메뉴패턴 역시 밥+국+반찬1+김치와 밥+국+반찬2+김치의 패턴이 1, 2위를 차지하는 다빈도 메뉴패턴으로 조사되었다. 그 외 3인 이하와 4인에서는 밥+찌개+반찬1+김치, 5인 이상에서는 밥+반찬2+김치가 그 다음으로 이용 빈도가 높은 메뉴패턴으로 조사되었다.

가족내 총수입에 따른 메뉴패턴을 보면 가족수에 따른 메뉴패턴과 유사하게 밥+

국+반찬1+김치와 밥+국+반찬2+김치의 패턴이 1, 2위를 차지하는 다빈도 메뉴패턴이었다. 그 다음으로 300만원 이하에서는 밥+찌개+반찬1+김치, 밥+찌개+반찬2+김치의 순이었고, 300만원 ~ 450만원에서는 면+김치, 밥+반찬2+김치, 450만원 이상에서는 밥+반찬2+김치, 면+김치의 순으로 조사되었다.

사회경제적 수준에 따른 메뉴패턴을 보면 상류층과 중류층은 밥+국+반찬2+김치, 밥+국+반찬1+김치의 패턴이 1, 2위를 차지하였으며, 하류층은 밥+국+반찬1+김치, 밥+찌개+반찬1+김치의 메뉴패턴 이용 빈도가 높았다. 빵을 주식으로 한 메뉴패턴 이용 빈도는 중류층이나 하류층보다는 상류층에서 많았고, 빵을 주식으로 한 메뉴패턴은 밥을 주식으로 한 메뉴패턴에 비해 MAR값이 0.7이하로 낮았다.

외식여부에 따른 다빈도 메뉴패턴을 보면 내식과 외식 모두 밥+국+반찬1+김치와 밥+국+반찬2+김치의 패턴이 1, 2위로 이용 빈도가 높았고, 내식에 비해 외식은 주식으로 면이 포함된 메뉴패턴의 이용 빈도가 높았다. 면을 주식으로 한 메뉴패턴의 MAR값은 밥을 주식으로 한 MAR값에 비해 낮았다. 면을 주식으로 할 경우 밥을 주식하는 경우에 비해 반찬의 이용 가짓수가 줄고, 국이나 찌개의 이용 비율이 낮기 때문에 다양한 종류의 식품을 섭취하지 못한 결과이다.

표 5-56. 계절에 따른 다빈도 메뉴패턴과 MAR

구분	봄			여름		
	메뉴패턴	빈도(%)	MAR	메뉴패턴	빈도(%)	MAR
1	밥+국+반찬1+김치	31(8.93)	0.852±0.115 <sup>1)</sup>	밥+국+반찬1+김치	40(8.33)	0.867±0.115
2	밥+국+반찬2+김치	25(7.20)	0.884±0.112	밥+국+반찬2+김치	36(7.50)	0.871±0.143
3	밥+찌개+반찬1+김치	23(6.63)	0.862±0.109	면+김치	30(6.25)	0.608±0.106
4	밥+반찬2+김치	20(5.76)	0.834±0.121	밥+반찬2+김치	26(5.42)	0.795±0.141
5	밥+찌개+반찬2+김치	18(5.19)	0.920±0.096	밥+찌개+반찬1+김치	23(4.79)	0.813±0.120
6	밥+반찬1+김치	15(4.32)	0.652±0.216	밥+반찬3+김치	19(3.96)	0.839±0.131
7	면+김치	14(4.03)	0.701±0.111	밥+찌개+반찬2+김치	19(3.96)	0.910±0.109
8	면	9(2.59)	0.640±0.233	면	15(3.13)	0.563±0.123
9	밥+국+김치	9(2.59)	0.805±0.116	밥+반찬1+김치	13(2.71)	0.734±0.183
10	빵+우유	9(2.59)	0.737±0.077	밥+국+김치	12(2.50)	0.721±0.110
11	밥+국	8(2.31)	0.739±0.209	밥+찌개+반찬2	12(2.50)	0.698±0.233
12	밥+반찬2	8(2.31)	0.805±0.134	밥+국+반찬2	10(2.08)	0.855±0.124
13	밥	7(2.02)	0.561±0.299	밥+국+반찬3+김치	9(1.88)	0.964±0.043
14	밥+국+반찬2	7(2.02)	0.841±0.163	밥+찌개+반찬1	8(1.67)	0.854±0.130
15	밥+찌개+반찬2	7(2.02)	0.932±0.097	밥+국+반찬1	7(1.46)	0.761±0.170
16	밥+국+반찬1	6(1.73)	0.834±0.129	면+반찬1	6(1.25)	0.673±0.135
17	밥+국+반찬	6(1.73)	0.872±0.130	면+반찬1+김치	6(1.25)	0.674±0.154
18	밥+찌개+반찬3+김치	6(1.73)	0.961±0.069	밥	6(1.25)	0.673±0.159
19	면+반찬	5(1.44)	0.623±0.236	밥+국+반찬3	6(1.25)	0.906±0.093
20	밥+김치	5(1.44)	0.703±0.118	밥+반찬2	6(1.25)	0.759±0.127

1) Mean±SD

(계속)

구분	가을			겨울		
	메뉴패턴	빈도(%)	MAR	메뉴패턴	빈도(%)	MAR
1	밥+국+반찬1+김치	78(12.36)	0.822±0.140 <sup>1)</sup>	밥+국+반찬1+김치	61(9.46)	0.857±0.131
2	밥+국+반찬2+김치	67(10.62)	0.895±0.100	밥+국+반찬2+김치	55(8.53)	0.914±0.093
3	밥+찌개+반찬2+김치	32(5.07)	0.905±0.083	밥+찌개+반찬1+김치	34(5.27)	0.881±0.109
4	밥+반찬2+김치	31(4.91)	0.806±0.151	밥+반찬2+김치	30(4.65)	0.792±0.172
5	면+김치	26(4.12)	0.648±0.124	밥+찌개+반찬2+김치	30(4.65)	0.922±0.084
6	밥+찌개+반찬1+김치	25(3.96)	0.896±0.101	면+김치	28(4.34)	0.643±0.087
7	밥+반찬1+김치	23(3.65)	0.714±0.174	밥+반찬1+김치	26(4.03)	0.720±0.188
8	밥+찌개+반찬2	22(3.49)	0.916±0.091	면	21(3.26)	0.522±0.154
9	밥+국+반찬3+김치	21(3.33)	0.929±0.078	밥+찌개+반찬2	21(3.26)	0.844±0.125
10	밥+국+김치	18(2.85)	0.740±0.150	밥+국+반찬3+김치	20(3.10)	0.960±0.053
11	밥+반찬3+김치	18(2.85)	0.850±0.137	밥+찌개+반찬	16(2.48)	0.803±0.142
12	밥+찌개+김치	16(2.54)	0.731±0.162	밥+국+반찬2	15(2.33)	0.922±0.072
13	면	14(2.22)	0.577±0.167	밥+반찬3+김치	15(2.33)	0.877±0.098
14	밥+김치	10(1.59)	0.691±0.212	빵+우유	14(2.17)	0.693±0.129
15	밥+국	9(1.43)	0.623±0.215	밥+찌개+김치	13(2.02)	0.814±0.144
16	밥+찌개+반찬3+김치	9(1.43)	0.943±0.058	밥+국+김치	11(1.71)	0.736±0.202
17	밥+국+반찬1	7(1.11)	0.750±0.122	밥+국	10(1.55)	0.763±0.146
18	밥+찌개+반찬1	7(1.11)	0.811±0.119	떡	9(1.40)	0.437±0.145
19	밥+찌개+반찬3	7(1.11)	0.846±0.145	떡+김치	9(1.40)	0.600±0.114
20	밥+국+반찬2	6(0.95)	0.784±0.144	밥+찌개+반찬3	9(1.40)	0.975±0.044

1) Mean±SD

(계속)

표 5-57. 가족수에 따른 다빈도 메뉴 패턴과 MAR

구분	3인 이하			4인			5인 이상		
	메뉴패턴	빈도(%)	MAR	메뉴패턴	빈도(%)	MAR	메뉴패턴	빈도(%)	평균
1	밥+국+반찬1+김치	38(9.11)	0.860±0.141 <sup>1)</sup>	밥+국+반찬2+김치	66(9.03)	0.899±0.104	밥+국+반찬1+김치	34(10.5)	0.842±0.137
2	밥+국+반찬2+김치	28(6.71)	0.878±0.154	밥+국+반찬1+김치	60(8.21)	0.868±0.099	밥+국+반찬2+김치	22(6.79)	0.901±0.093
3	밥+찌개+반찬1+김치	24(5.76)	0.882±0.116	밥+찌개+반찬1+김치	39(5.34)	0.851±0.110	밥+반찬2+김치	20(6.17)	0.749±0.156
4	밥+반찬+김치	20(4.80)	0.742±0.194	밥+반찬2+김치	37(5.06)	0.816±0.153	밥+찌개+반찬2+김치	18(5.56)	0.941±0.060
5	밥+반찬2+김치	19(4.56)	0.839±0.119	밥+반찬3+김치	37(5.06)	0.816±0.153	밥+찌개+반찬1+김치	17(5.25)	0.831±0.122
6	밥+찌개+반찬2+김치	18(4.32)	0.926±0.085	밥+찌개+반찬2+김치	31(4.24)	0.900±0.112	밥+국+반찬3+김치	12(3.70)	0.961±0.052
7	면+김치	15(3.60)	0.673±0.115	밥+찌개+반찬2	25(3.42)	0.820±0.161	밥+반찬1+김치	11(3.40)	0.763±0.159
8	면	12(2.88)	0.550±0.155	밥+반찬1+김치	23(3.15)	0.643±0.200	면	11(3.40)	0.485±0.109
9	밥+국+반찬3+김치	12(2.88)	0.963±0.052	밥+국+반찬2	17(2.33)	0.901±0.109	면+김치	11(3.40)	0.600±0.105
10	밥+국+반찬2	11(2.64)	0.872±0.085	밥+찌개+반찬1	16(2.19)	0.835±0.124	밥+찌개+김치	10(3.09)	0.727±0.154
11	밥+찌개+반찬2	10(2.40)	0.840±0.181	밥+국+김치	15(2.5)	0.756±0.129	밥+국+김치	9(2.78)	0.831±0.150
12	밥+국	9(2.16)	0.651±0.148	빵+우유	13(1.78)	0.735±0.095	밥+반찬3+김치	7(2.16)	0.847±0.133
13	빵+우유	9(2.16)	0.731±0.116	밥+국+반찬1	12(1.64)	0.810±0.140	밥+반찬2	6(1.85)	0.776±0.195
14	밥+찌개+반찬1	8(4.32)	0.823±0.099	밥+국	11(1.50)	0.759±0.182	빵+우유	5(1.54)	0.683±0.149
15	밥	7(1.68)	0.605±0.256	밥+반찬1	11(1.50)	0.585±0.180	밥+찌개+반찬2	5(1.54)	0.745±0.271
16	밥+반찬3+김치	7(1.68)	0.857±0.110	밥+국+반찬3+김치	10(1.31)	0.939±0.099	밥+찌개+반찬1	5(1.54)	0.739±0.208
17	밥+찌개+김치	6(1.44)	0.742±0.190	밥	9(1.23)	0.651±0.207	밥+김치	5(1.54)	0.797±0.103
18	밥+찌개+반찬3+김치	6(1.44)	0.989±0.027	밥+반찬2	8(1.09)	0.817±0.128	밥	5(1.54)	0.498±0.235
19	면+반찬1	5(1.20)	0.693±0.141	밥+찌개+반찬3	8(1.09)	0.858±0.163	밥+국+반찬3	4(1.23)	0.878±0.122
20	면+반찬1+김치	5(1.20)	0.670±0.075	빵+음료	8(1.09)	0.525±0.205	밥+국+반찬2	4(1.23)	0.839±0.211

1) Mean±SD

표 5-58. 수입에 따른 다빈도 메뉴 패턴과 MAR

구분	300만원이하			300만원~450만원			450만원이상		
	메뉴패턴	빈도(%)	MAR	메뉴패턴	빈도(%)	MAR	메뉴패턴	빈도(%)	평균
1	밥+국+반찬1+김치	76(10.72)	0.845±0.139 <sup>1)</sup>	밥+국+반찬2+김치	39(8.76)	0.919±0.086	밥+국+반찬2+김치	28(8.81)	0.830±0.148
2	밥+국+반찬2+김치	49(6.91)	0.911±0.103	밥+국+반찬1+김치	35(7.87)	0.892±0.082	밥+국+반찬1+김치	21(6.60)	0.853±0.102
3	밥+찌개+반찬1+김치	49(6.91)	0.856±0.111	면+김치	23(5.17)	0.638±0.099	밥+반찬2+김치	17(5.35)	0.792±0.176
4	밥+찌개+반찬2+김치	42(5.92)	0.918±0.094	밥+반찬2+김치	23(5.17)	0.779±0.148	면+김치	14(4.40)	0.605±0.099
5	밥+반찬2+김치	36(2.08)	0.826±0.136	밥+찌개+반찬1+김치	18(4.05)	0.835±0.137	밥+찌개+반찬1+김치	13(4.09)	0.885±0.094
6	면+김치	35(4.94)	0.654±0.109	면	17(3.82)	0.563±0.173	빵+우유	12(3.77)	0.669±0.103
7	밥+반찬1+김치	35(4.94)	0.686±0.208	밥+찌개+반찬2+김치	17(3.82)	0.926±0.082	밥+반찬3+김치	11(3.46)	0.856±0.135
8	면	20(2.82)	0.518±0.125	밥+반찬3+김치	14(3.15)	0.858±0.119	밥+찌개+반찬2	10(3.14)	0.759±0.246
9	밥+찌개+반찬1	18(2.54)	0.821±0.107	밥+국+반찬3+김치	12(2.70)	0.927±0.094	밥+국+반찬3+김치	9(2.83)	0.968±0.059
10	밥+찌개+반찬2	18(2.54)	0.852±0.137	밥+찌개+반찬2	12(2.70)	0.808±0.171	면	8(2.52)	0.658±0.213
11	밥+국+김치	17(2.40)	0.703±0.144	밥+국+김치	11(2.47)	0.807±0.133	밥+반찬1+김치	8(2.52)	0.764±0.146
12	밥+국+반찬2	16(12.26)	0.922±0.078	밥+국+반찬2	11(2.47)	0.820±0.147	밥+찌개+반찬2+김치	8(2.52)	0.902±0.125
13	밥	14(1.97)	0.552±0.246	밥+반찬1+김치	11(2.47)	0.720±0.184	밥+국	6(1.89)	0.843±0.113
14	밥+반찬3+김치	14(1.97)	0.870±0.097	밥+국	9(2.02)	0.670±0.209	밥+찌개+반찬3	6(1.89)	0.858±0.190
15	밥+국+반찬3+김치	13(1.83)	0.972±0.034	밥+찌개+김치	9(2.02)	0.749±0.149	밥+국+반찬1	5(1.57)	0.859±0.135
16	밥+반찬2	11(1.55)	0.758±0.138	밥+찌개+반찬1	9(2.02)	0.790±0.191	밥+국+반찬2	5(1.57)	0.900±0.095
17	밥+찌개+김치	11(1.55)	0.780±0.176	반찬1	7(1.57)	0.518±0.162	밥+반찬2	5(1.57)	0.822±0.147
18	빵+우유	10(1.41)	0.791±0.078	밥+국+반찬1	7(1.57)	0.758±0.145	면+반찬1+김치	4(1.26)	0.670±0.119
19	밥+반찬1	9(1.27)	0.620±0.196	밥	6(1.35)	0.655±0.134	밥+국+김치	4(1.26)	0.792±0.183
20	밥+찌개+반찬3	9(1.27)	0.940±0.065	빵	6(1.35)	0.623±0.310	밥+반찬3	4(1.26)	0.811±0.235

1) Mean±SD

표 5-59. 사회·경제적 수준에 따른 다빈도 메뉴 패턴과 MAR

구분	상			중			하		
	메뉴패턴	빈도(%)	MAR	메뉴패턴	빈도(%)	평균	메뉴패턴	빈도(%)	평균
1	밥+국+반찬2+김치	31(8.40)	0.872±0.150 <sup>1)</sup>	밥+국+반찬1+김치	61(8.63)	0.868±0.120	밥+국+반찬1+김치	48(12.12)	0.847±0.134
2	밥+국+반찬1+김치	23(6.23)	0.860±0.102	밥+국+반찬2+김치	54(7.64)	0.902±0.087	밥+찌개+반찬1+김치	33(8.33)	0.859±0.117
3	밥+반찬2+김치	19(5.15)	0.811±0.165	면+김치	42(5.94)	0.640±0.104	밥+국+반찬2+김치	31(7.83)	0.904±0.119
4	밥+찌개+반찬1+김치	16(4.34)	0.823±0.135	밥+반찬2+김치	34(4.81)	0.793±0.145	밥+찌개+반찬2+김치	25(6.31)	0.925±0.072
5	면+김치	15(4.07)	0.631±0.095	밥+찌개+반찬1+김치	31(4.38)	0.870±0.100	밥+반찬2+김치	23(5.81)	0.814±0.146
6	밥+찌개+반찬2+김치	12(3.25)	0.904±0.120	밥+찌개+반찬2+김치	30(4.24)	0.918±0.101	밥+반찬1+김치	20(5.05)	0.703±0.207
7	빵+우유	12(3.25)	0.659±0.106	면	29(4.10)	0.543±0.139	밥+찌개+반찬1	12(3.03)	0.828±0.095
8	면	9(2.44)	0.645±0.257	밥+반찬1+김치	26(3.68)	0.687±0.201	밥+반찬3+김치	11(2.78)	0.867±0.093
9	밥+국+반찬3+김치	9(2.44)	0.963±0.058	밥+찌개+반찬2	26(3.68)	0.858±0.102	밥+국+김치	10(2.53)	0.759±0.162
10	밥+반찬3+김치	9(2.44)	0.848±0.150	밥+국+반찬3+김치	20(2.83)	0.952±0.080	밥+국+반찬2	9(2.27)	0.905±0.092
11	밥+국	8(2.17)	0.800±0.158	밥+국+김치	19(2.69)	0.726±0.145	밥	8(2.02)	0.612±0.233
12	밥+반찬1+김치	8(2.17)	0.764±0.140	밥+반찬3+김치	19(2.69)	0.865±0.111	면	7(1.77)	0.519±0.100
13	밥+찌개+반찬2	8(2.17)	0.599±0.253	밥+국+반찬2	17(2.40)	0.871±0.136	빵+우유	7(1.77)	0.784±0.083
14	빵	8(2.17)	0.569±0.312	밥+찌개+반찬1	14(1.98)	0.794±0.168	면+반찬	6(1.52)	0.695±0.143
15	밥+국+반찬2	6(1.63)	0.886±0.090	밥+국+반찬1	13(1.84)	0.751±0.145	밥+찌개+반찬2	6(1.52)	0.920±0.099
16	밥+찌개+반찬3	6(1.63)	0.863±0.193	밥+찌개+김치	13(1.84)	0.796±0.187	밥+국	5(1.26)	0.673±0.125
17	빵+음료	6(1.63)	0.579±0.235	밥+반찬2	12(1.70)	0.766±0.140	밥+국+반찬3+김치	5(1.26)	0.953±0.035
18	밥+반찬3	5(1.36)	0.796±0.206	밥	10(1.41)	0.541±0.229	면+반찬2+김치	4(1.01)	0.925±0.060
19	밥+찌개+김치	5(1.36)	0.698±0.086	밥+국	10(1.41)	0.705±0.192	밥+국+반찬3	4(1.01)	0.881±0.116
20	밥+찌개+반찬3+김치	5(1.36)	0.966±0.037	밥+찌개+반찬3	9(1.27)	0.941±0.069	밥+반찬1	4(1.01)	0.583±0.148

1) Mean±SD



표 5-60. 외식여부에 따른 다빈도 메뉴 패턴과 MAR

순위	내식			외식		
	메뉴패턴	빈도(%)	MAR	메뉴패턴	빈도(%)	MAR
1	밥+국+반찬+김치	163(10.90)	0.879±0.114 <sup>1)</sup>	밥+국+반찬2+김치	25(6.22)	0.858±0.116
2	밥+국+반찬2+김치	141(9.43)	0.909±0.107	밥+국+반찬+김치	24(5.97)	0.843±0.124
3	밥+반찬2+김치	92(6.15)	0.826±0.138	면+김치	22(5.47)	0.623±0.071
4	밥+찌개+반찬+김치	86(5.75)	0.871±0.104	밥+찌개+반찬+김치	21(5.22)	0.849±0.107
5	밥+찌개+반찬2+김치	86(5.75)	0.931±0.084	밥+반찬2+김치	18(4.48)	0.806±0.129
6	밥+반찬+김치	57(3.81)	0.713±0.175	면	15(3.73)	0.612±0.212
7	밥+반찬3+김치	48(3.21)	0.873±0.104	밥+국+김치	14(3.48)	0.840±0.090
8	면+김치	47(3.14)	0.644±0.121	밥+찌개+반찬2+김치	12(2.99)	0.882±0.118
9	밥+국+반찬3+김치	41(2.74)	0.970±0.039	밥+반찬+김치	11(2.74)	0.738±0.180
10	밥+국+반찬2	40(2.67)	0.895±0.090	밥+국+반찬3+김치	10(2.49)	0.941±0.100
11	밥+찌개+반찬	39(2.61)	0.835±0.129	밥+찌개+반찬2	10(2.49)	0.793±0.163
12	밥+찌개+반찬2	37(2.47)	0.830±0.148	밥+국+반찬2	9(2.24)	0.802±0.178
13	면	31(2.07)	0.558±0.156	빵+우유	8(1.99)	0.770±0.036
14	빵+우유	28(1.87)	0.715±0.105	밥+국	7(1.74)	0.778±0.176
15	밥+국+김치	25(1.67)	0.687±0.146	밥+찌개+반찬3+김치	7(1.74)	0.992±0.019
16	밥+찌개+반찬3	25(1.67)	0.895±0.136	면+반찬	6(1.49)	0.690±0.202
17	밥+찌개+김치	22(1.47)	0.797±0.162	밥+면	6(1.49)	0.834±0.130
18	밥+국+반찬	20(1.34)	0.821±0.149	밥	5(1.24)	0.587±0.048
19	밥+국	19(1.27)	0.712±0.168	밥+반찬	5(1.24)	0.703±0.141
20	밥+찌개+반찬3+김치	19(1.27)	0.956±0.055	밥+반찬3+김치	5(1.24)	0.851±0.089

1) Mean±SD

## 제6절 농산물의 음식정보 데이터베이스 구축

### 1. 농산물을 이용한 음식의 표준레시피 개발

표준레시피 설정을 위해 식이조사 자료와 98국민건강·영양조사 자료를 활용하여 표준레시피를 구하고, 이들 평균레시피 중 표 6-1에 제시된 음식을 제외하고 섭취횟수가 높은 음식을 대상으로 137종의 대표레시피를 선정하였다. 137종의 대표레시피의 목록을 음식류별로 정리한 것이 표 6-2이다. 이렇게 설정된 대표레시피를 가지고 직접 조리와 관능검사를 실시하여 최종적으로 116종의 표준레시피를 설정하였다. 표준레시피 설정을 위한 조리 과정 중 실시한 관능검사의 결과는 표 6-3에 제시하였다. 관능검사의 항목으로 매운맛(강도와 기호), 짠맛(강도와 기호), 단맛(강도와 기호), 신맛(강도와 기호), 신맛(기호), 색, 맛, 전반적기호도였으며 각 항목별로 9점 만점으로 평가하였다. 평가의 결과 전반적인 기호도 점수가 5점 이하인 음식은 새우조림과 순대국이었다. 이러한 과정을 거쳐 최종적으로 선정된 116종의 표준레시피의 음식목록은 표 6-4와 같다.

다음은 예시로 갈치튀김과 양념갈치튀김의 평균레시피, 대표레시피 및 표준레시피를 제시한 것이며 116종의 음식에 대한 평균레시피, 대표레시피 및 표준레시피는 부록에 제시하였다. 또한 관능검사 결과 대표레시피에서 식품의 가감을 통해 개발된 표준레시피 및 이미지사진은 부록에 제시하였다. 개발된 표준레시피는 Can-pro 2.0을 이용하여 영양성분을 분석하였으며, 분석된 결과는 부록에 나타나 있다.

< 평균레시피, 대표레시피 및 표준레시피 - 예시: 갈치튀김 >

◇ 갈치튀김(양념갈치튀김)

평균레시피		대표레시피		표준레시피	
식품	분량(g)	식품	분량(g)	식품	분량(g)
갈치	48.80	갈치	48.80	갈치	48.80
밀가루	4.06	밀가루	4.06	밀가루	4.06
들기름	13.44	참기름	13.44	참기름	13.44
옥수수기름	3.78	옥수수기름	3.78	옥수수기름	3.78
간장	1.23	간장	1.23	간장	1.23
콩기름	4.20	콩기름	4.20	콩기름	2.10
소금	2.55	소금	2.55	소금	2.55
고춧가루	0.37	고춧가루	0.37	고춧가루	0.37
고춧잎	0.53	깨소금	0.51	깨소금	0.51
깨소금	0.51				

◇ 갈치튀김(갈치튀김)

평균레시피		대표레시피		표준레시피	
식품	분량(g)	식품	분량(g)	식품	분량(g)
갈치	49.81	갈치	49.81	갈치	49.81
계란	7.16	계란	7.16	계란	7.16
밀가루	3.58	밀가루	3.58	밀가루	3.58
콩	3.58	콩기름	3.58	콩기름	0.50
소금	1.42	소금	1.42	소금	1.42

표 6-1. 선행연구에서 작성된 표준레시피의 음식 목록

분류	음식명
밥류	감자밥, 국밥, 김치볶음밥, 김밥, 기장밥, 보리밥, 비빔밥, 오곡밥, 유부초밥, 잡곡밥, 조밥, 콩밥, 팥밥, 현미밥
빵, 과자류	토스트
면, 만두류	떡만두국(만두속, 국물), 물냉면, 소면, 수제비, 장국국수, 짜장면, 짬뽕, 칼국수, 비빔국수
죽, 스프류	팥죽, 호박죽, 흰죽
국, 탕류	감자국, 곰국, 김치국, 냉이국, 대구국, 동태국, 돼지고기국, 된장국, 무국, 미역국, 배추국, 북어국, 쇠고기국, 시금치국, 시래기국, 아욱국, 어묵국, 오징어국, 우거지국, 콩나물국, 호박국, 육개장, 달걀국, 사골탕, 추어탕
찌개류	감자찌개, 고등어찌개, 광어찌개(간장, 된장), 김치찌개, 넘치찌개, 대구찌개, 동태찌개, 돼지고기찌개, 된장찌개, 두부찌개, 무찌개, 버섯찌개, 북어찌개, 비지찌개, 순두부찌개, 오징어찌개, 청국장찌개, 해물찌개, 호박찌개
찜류	돼지고기찜, 북어찜, 쇠갈비찜, 조기찜, 편육, 찢고추찜
구이류	고등어구이, 김구이, 콩치구이, 더덕구이, 도라지구이, 돼지불고기, 돼지갈비구이, 돼지불고기(간장), 두부양념구이, 조기구이, 햄구이
전, 부침류	김치전, 달걀부침(김), 동그랑땡, 동태전, 두부부침, 미나리전, 파전, 호박전
볶음류	감자볶음, 김치볶음, 김치참치볶음, 돼지고기볶음, 떡볶음, 물오징어볶음, 미역줄기볶음, 버섯볶음, 쇠고기볶음, 야채볶음, 어묵볶음, 오징어채볶음, 잡채, 쥐포볶음, 찢고추볶음, 호박볶음
조림류	감자조림, 고등어조림, 깻잎조림, 콩치조림, 동태조림, 두부조림, 땅콩조림, 북어조림, 쇠고기장조림, 연근조림, 이면수조림, 콩조림, 찢고추조림 돼지고기장조림, 멸치조림
튀김류	감자튀김, 고구마맛탕, 고구마튀김, 고등어튀김, 고추튀김, 콩치튀김, 닭튀김, 동태튀김, 돼지고기강정, 미역튀김, 야채튀김, 조기튀김
나물, 무침류	개숙나물, 돌나물, 미나리나물, 고사리나물, 두릅나물, 미역줄기무침, 고추잎나물, 마늘쫑무침, 배추나물, 고추장아찌, 무생채, 부추무침, 깻잎나물, 무숙채, 상추겉절이, 단무지무침, 무장아찌, 물오징어무침, 도라지나물, 묵무침, 물미역무침, 도라지생채, 숙주나물, 쑥갓나물, 오이나물, 시금치나물, 톳나물, 오이생채, 콩나물무침, 호박나물, 오징어포무침, 취나물
음료, 주류, 차류	수정과, 식혜
떡류	약식

표 6-2. 최종적으로 표준레시피 작업을 위해 선정된 대표레시피 음식 목록

분류	음식명
밥류	비빔밥(산채비빔밥, 돌솥비빔밥), 볶음밥(김치볶음밥, 계란볶음밥), 김밥, 생선초밥
빵, 과자류	샌드위치
면, 만두류	수제비(감자수제비), 국수(쇠고기말이국수, 멸치국수, 비빔국수), 돌냄비우동, 만둣국, 떡만두국, 고기만두, 군만두
국, 탕류	대구탕, 동태국, 매운탕(명태매운탕, 우럭매운탕, 메기매운탕), 미역국, 미역냉국, 북어국, 쇠고기미역국, 순대국, 감자국(양념감자국), 냉이국, 배추국, 시금치국, 시금치된장국, 시래기국, 무국, 김치국, 김치콩나물국, 감자탕, 곰국(사골국, 닭국), 삼계탕, 된장국(감자된장국, 호박된장국, 배추된장국), 두부국, 계란국, 떡국
찌개류	게찌개(전골), 고등어찌개, 콩치찌개, 낙지찌개, 동태찌개, 돼지고기찌개, 소세지찌개, 호박찌개, 김치찌개, 두부찌개(두부찌개, 순두부찌개), 버섯전골
찜류	돼지갈비찜, 수육(쇠고기수육), 순대, 돼지고기보쌈
구이류	가자미구이, 고등어구이, 굴비구이, 콩치구이, 도미구이, 삼치구이, 불고기(돼지불고기, 쇠고기불고기)
전, 부침류	쇠고기산적, 버섯계란부침, 부추전, 김치전, 두부부침, 녹두빈대떡, 계란말이, 계란후라이, 소세지부침
볶음류	미역줄기볶음, 새우볶음, 소세지볶음, 소고기볶음, 감자볶음, 고추멸치볶음, 느타리버섯볶음, 김치볶음, 떡볶기(간장떡볶기, 고추장떡볶기, 라볶기)
조림류	가자미 조림, 고등어조림, 꼬막조림, 명태조림, 병어조림, 콩치조림, 삼치조림, 새우조림, 장조림(돼지고기장조림, 소고기장조림), 감자조림, 파리고추조림, 시래기조림, 두부조림, 땅콩조림, 메추리알조림(메추리알조림, 메추리알소고기조림)
튀김류	갈치튀김(양념갈치튀김, 갈치튀김), 고등어튀김, 다시마튀각, 감자튀김, 고추튀김, 고구마맛탕, 고구마튀김, 고추부각
나물, 무침류	골뱅이무침, 미역무침, 깻잎나물, 굴무침, 고사리나물, 냉이무침, 김무침, 고추무침, 더덕무침, 꼬막무침, 고춧잎무침, 도라지나물무침, 배추나물, 샐러드(파일샐러드, 야채샐러드, 감자샐러드), 무나물, 상추겉절이, 시금치나물, 무생채, 숙주나물, 결절이, 미나리무침, 배추겉절이, 도토리묵무침
김치류	깻잎김치, 갯김치, 동치미, 백김치, 부추김치, 물김치
젓갈류	새우젓
장아찌류	게장

표 6-3. 표준레시피적용 음식의 관능검사결과

순번	음식명	매운맛 (강도)	매운맛 (기호)	짠맛 (강도)	짠맛 (기호)	단맛 (강도)	단맛 (기호)	신맛 (강도)	신맛 (기호)	색	맛	전반적 기호도
1	가자미조림	6.7	6.8	5.2	5.1	5.0	5.3	0.0	0.0	7.3	6.9	7.0
2	갈치양념튀김	0.0	0.0	7.0	5.5	0.0	0.0	0.0	0.0	6.0	6.2	6.3
3	갈치튀김	0.0	0.0	4.2	5.7	0.0	0.0	0.0	0.0	6.1	5.7	5.6
4	고등어조림	4.8	5.8	4.9	6.0	3.8	6.2	0.0	0.0	6.6	6.9	7.0
5	고등어튀김	0.0	0.0	5.5	6.6	0.0	0.0	0.0	0.0	7.5	6.8	7.1
6	고등어찌개	4.8	4.9	5.5	4.7	4.2	3.9	0.0	0.0	5.8	4.8	5.1
7	골뱅이무침	4.9	5.0	5.5	5.4	3.8	4.7	3.0	3.3	6.1	5.6	5.7
8	김무침	0.0	0.0	5.6	5.1	4.0	5.6	0.0	0.0	5.7	5.5	5.8
9	꼬막무침	5.2	5.9	5.2	5.6	5.4	5.6	0.0	0.0	6.6	6.0	6.0
10	꼬막조림	5.7	5.6	5.3	5.4	5.4	5.1	0.0	0.0	5.7	5.3	5.6
11	꽂치조림	5.6	5.5	5.0	6.4	4.7	6.4	0.0	0.0	6.6	6.4	6.4
12	꽂치찌개	5.4	5.7	5.5	7.1	0.0	0.0	0.0	0.0	6.6	6.8	7.0
13	낙지찌개	6.5	5.6	5.2	5.7	4.4	5.6	0.0	0.0	6.2	6.5	6.6
14	대구탕	6.1	6.2	5.7	6.1	4.1	5.4	0.0	0.0	6.6	6.4	6.1
15	미역국	0.0	0.0	4.8	5.3	0.0	0.0	0.0	0.0	5.7	5.6	5.4
16	미역냉국	0.0	0.0	4.8	5.6	0.0	0.0	5.9	5.3	6.1	6.0	5.9
17	미역무침	5.2	5.2	4.1	5.3	4.6	4.4	4.4	5.3	5.6	5.3	5.3
18	미역줄기볶음	0.0	0.6	6.1	4.9	4.7	4.3	0.0	0.0	5.8	5.3	5.5
19	새우볶음	5.3	5.7	7.4	4.7	4.1	5.2	0.0	0.0	6.0	5.2	5.6
20	새우조림	5.3	5.5	7.1	4.8	4.7	4.9	0.0	0.0	5.3	5.0	4.9
21	새우찌개	6.4	6.2	5.4	5.8	4.6	5.2	0.0	0.0	6.5	5.8	6.1
22	병어조림	5.1	5.5	4.7	5.9	4.5	5.6	0.0	0.0	6.6	6.2	6.3
23	삼치조림	5.1	5.3	5.2	6.0	4.7	5.9	0.0	0.0	6.7	6.4	6.4
24	북어국	7.0	6.5	4.9	6.3	3.9	5.8	0.0	0.0	6.3	6.4	6.3

\* 9점채점법 : 강 도(9-매우 강함, 7-강함, 5-보통, 3-약함, 1-매우 약함)

기호도(9-매우 좋음, 7-좋음, 5-보통, 3-나쁨, 1-매우 나쁨)

(계속)

순번	음식명	매운맛 (강도)	매운맛 (기호)	짠맛 (강도)	짠맛 (기호)	단맛 (강도)	단맛 (기호)	신맛 (강도)	신맛 (기호)	색	맛	전반적 기호도
25	새우튀김	0.0	0.0	5.4	5.9	4.4	6.4	0.0	0.0	6.7	7.0	7.4
26	고기만두	2.2	5.1	4.2	6.3	3.2	5.9	0.0	0.0	6.3	5.9	6.2
27	군만두	2.6	5.3	5.6	5.6	3.4	6.0	0.0	0.0	6.8	6.9	6.8
28	닭국	5.5	6.4	4.8	5.2	4.3	5.4	0.0	0.0	6.3	6.5	6.6
29	닭도리탕	6.2	6.6	4.6	6.3	4.3	5.4	0.0	0.0	6.4	6.7	6.7
30	삼계탕	0.0	0.0	4.2	5.4	4.0	5.6	0.0	0.0	7.1	5.8	5.8
31	쇠고기곰국	3.0	5.2	6.2	4.4	3.6	5.1	0.0	0.0	5.7	5.8	6.0
32	사골국	2.9	4.9	4.4	4.6	3.0	4.5	0.0	0.0	5.7	5.6	5.6
33	부대찌개	6.6	5.7	5.6	5.4	3.6	5.0	0.0	0.0	7.1	6.4	6.5
34	돈까스	0.0	0.0	0.0	0.0	4.0	5.5	0.0	0.0	6.6	7.0	6.6
35	선짓국	5.7	6.3	5.2	6.0	3.6	6.0	0.0	0.0	6.5	6.5	5.9
36	뼈해장국	7.6	6.2	6.9	5.0	4.2	5.2	0.0	0.0	6.4	6.1	6.3
37	쇠고기동그랑뎡	3.0	4.6	5.7	5.6	4.8	5.6	0.0	0.0	6.3	6.9	7.1
38	돼지고기동그랑뎡	2.8	4.7	4.2	6.0	4.3	5.7	0.0	0.0	6.5	6.3	6.4
39	돼지갈비찜	2.0	5.2	5.1	5.5	5.0	5.4	0.0	0.0	6.8	7.3	7.2
40	돼지고기보쌈	1.2	4.4	4.4	5.7	3.7	5.4	0.0	0.0	6.0	6.7	6.4
41	쇠고기장조림	4.6	5.5	7.5	4.8	3.7	4.8	0.0	0.0	6.8	6.3	6.3
42	돼지고기장조림	3.2	4.8	6.0	6.1	5.0	4.9	0.0	0.0	6.9	6.6	6.6
43	쇠고기산적	1.9	5.0	4.9	6.1	4.1	5.8	0.0	0.0	6.6	6.3	6.5
44	돼지고기찌개	6.0	6.6	5.7	6.3	3.8	5.7	0.0	0.0	6.5	6.9	6.9
45	쇠고기불고기	0.0	0.0	5.5	7.5	6.8	7.5	0.0	0.0	7.7	7.8	7.7
46	돼지고기불고기	6.5	6.8	6.1	6.7	5.3	6.4	0.0	0.0	6.7	7.4	6.9
47	소세지볶음	5.4	5.3	6.9	6.0	5.0	5.1	0.0	0.0	5.9	6.3	6.1
48	소세지부침	0.0	0.0	7.4	6.3	4.8	5.3	0.0	0.0	5.9	6.2	5.8

(계속)

순번	음식명	매운맛 (강도)	매운맛 (기호)	짠맛 (강도)	짠맛 (기호)	단맛 (강도)	단맛 (기호)	신맛 (강도)	신맛 (기호)	색	맛	전반적 기호도
49	감자볶음	2.2	5.5	6.0	5.9	5.2	5.7	0.0	0.0	7.3	6.9	7.2
50	쇠고기미역국	2.1	5.4	6.8	5.2	3.9	5.4	0.0	0.0	7.4	6.9	7.2
51	순대국	5.9	5.2	5.0	4.7	3.1	3.9	0.0	0.0	5.4	4.8	4.3
52	양념감자국	2.7	4.9	5.1	5.7	4.2	5.3	0.0	0.0	5.9	6.4	6.2
53	감자조림	5.3	6.9	5.0	6.1	3.9	5.5	0.0	0.0	6.5	7.1	6.9
54	고구마맛탕	0.0	0.0	0.0	0.0	6.9	7.3	0.0	0.0	6.5	7.6	7.6
55	고구마튀김	0.0	0.0	3.1	6.6	4.0	6.5	0.0	0.0	6.1	7.3	6.9
56	고사리나물	0.0	0.0	7.3	5.7	3.7	5.3	0.0	0.0	6.5	6.0	6.1
57	고추무침	5.5	6.5	6.5	5.6	3.3	5.1	0.0	0.0	7.2	6.1	6.3
58	고추튀김	4.0	5.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	6.8	6.3	6.2
59	고추일무침	4.0	6.0	6.0	6.1	3.4	4.9	0.0	0.0	7.2	6.4	6.9
60	감자샐러드	0.0	0.0	4.9	5.9	4.4	6.1	0.0	0.0	7.0	7.1	7.2
61	깻잎나물	1.9	4.5	7.1	5.1	3.8	4.9	0.0	0.0	7.4	6.0	6.1
62	깻잎김치	6.9	6.4	7.8	5.7	3.2	3.9	0.0	0.0	7.7	6.6	6.6
63	고추멸치볶음	4.4	6.0	6.4	5.9	3.9	4.3	0.0	0.0	7.4	6.7	7.0
64	느타리버섯볶음	1.9	5.5	4.9	6.1	4.1	5.9	0.0	0.0	7.4	7.4	7.3
65	도라지나물무침	6.1	6.2	4.9	6.7	4.6	6.2	6.5	7.0	8.0	7.2	7.4
66	배추국	2.8	5.8	4.3	6.0	0.0	0.0	0.0	0.0	6.6	6.7	6.7
67	배추나물	3.1	5.0	7.1	5.2	0.0	0.0	0.0	0.0	7.5	5.3	5.7
68	미나리무침	5.2	6.0	5.6	5.8	4.2	5.7	6.6	6.8	7.2	7.0	7.2
69	더덕무침	6.7	6.9	5.7	5.6	4.0	5.0	6.2	6.0	7.7	6.6	6.8
70	무나물	0.0	0.0	7.5	5.8	3.5	5.1	0.0	0.0	6.6	5.8	5.6
71	무생채	0.0	0.0	5.7	5.3	3.8	4.5	5.8	5.7	6.4	5.4	5.9
72	버섯계란무침	0.0	0.0	4.4	6.6	4.3	7.0	0.0	0.0	7.3	7.6	7.9

(계속)



순번	음식명	매운맛 (강도)	매운맛 (기호)	짠맛 (강도)	짠맛 (기호)	단맛 (강도)	단맛 (기호)	신맛 (강도)	신맛 (기호)	색	맛	전반적 기호도
73	버섯전골	7.3	6.7	4.8	7.2	3.4	6.2	0.0	0.0	7.1	7.7	7.7
74	부추전	0.0	0.0	4.4	5.8	3.6	6.1	0.0	0.0	7.0	6.8	6.8
75	상추겉절이	5.9	6.2	6.8	5.9	4.5	6.0	7.7	5.0	6.6	6.1	6.1
76	호박찌개	6.6	6.7	5.7	6.5	4.8	6.3	0.0	0.0	7.5	6.9	7.0
77	시래기국	5.4	6.8	5.3	6.1	3.5	6.4	0.0	0.0	6.9	6.5	6.7
78	시래기조림	4.2	6.4	7.3	5.2	3.6	5.6	0.0	0.0	6.9	6.4	6.6
79	숙주나물	2.4	6.6	6.7	5.5	3.6	5.9	0.0	0.0	7.4	6.0	6.1
80	시금치국	5.5	6.2	5.8	5.8	0.0	0.0	0.0	0.0	7.3	6.5	6.4
81	시금치나물	2.3	6.6	6.5	5.4	3.6	6.1	0.0	0.0	7.3	5.9	6.2
82	김치전	4.7	5.8	5.3	6.0	3.3	5.7	0.0	0.0	7.3	6.8	6.9
83	도토리묵무침	4.6	6.2	4.6	6.0	3.9	5.8	0.0	0.0	7.2	7.0	7.0
84	무우국	0.0	0.0	5.5	6.8	3.0	5.8	0.0	0.0	7.3	7.3	7.4
85	김치국	6.9	6.3	5.6	6.2	3.3	5.2	0.0	0.0	7.0	6.4	6.4
86	김치볶음	6.1	7.0	5.8	6.8	4.8	6.5	0.0	0.0	7.3	7.2	7.1
87	김치찌개	7.4	6.8	5.3	6.4	4.1	5.4	0.0	0.0	7.4	7.0	7.1
88	감자된장국	4.1	5.8	5.9	7.4	3.8	6.1	0.0	0.0	7.2	7.6	7.5
89	호박된장국	5.2	5.3	4.7	5.6	3.7	5.2	0.0	0.0	7.3	6.2	6.0
90	배추된장국	5.2	6.1	5.0	6.3	3.9	5.8	0.0	0.0	6.9	6.4	6.5
91	두부국	0.0	0.0	5.9	6.3	3.7	5.6	0.0	0.0	7.2	7.0	6.8
92	두부부침	0.0	0.0	6.0	6.0	3.3	5.9	0.0	0.0	7.3	6.8	7.0
93	두부조림	4.9	6.3	5.3	6.6	4.9	6.7	0.0	0.0	7.5	7.4	7.6
94	두부찌개	5.7	5.2	3.8	5.1	4.3	4.9	0.0	0.0	6.6	5.7	5.8
95	순두부찌개	4.8	5.7	4.4	5.6	3.2	6.3	0.0	0.0	7.1	6.5	6.6
96	땅콩조림	0.0	0.0	7.6	4.8	5.1	6.2	0.0	0.0	7.5	5.9	5.9

(계속)

순번	음식명	매운맛 (강도)	매운맛 (기호)	짠맛 (강도)	짠맛 (기호)	단맛 (강도)	단맛 (기호)	신맛 (강도)	신맛 (기호)	색	맛	전반적 기호도
97	메추리알조림	0.0	0.0	6.8	6.4	4.8	6.6	0.0	0.0	6.9	6.9	6.8
98	메추리알쇠고기	0.0	0.0	6.9	7.2	5.7	7.2	0.0	0.0	7.3	7.6	7.4
99	감자수제비	0.0	0.0	4.8	6.0	3.6	5.7	0.0	0.0	6.7	6.0	6.0
100	김치콩나물국	7.5	6.5	6.2	6.2	3.6	6.1	0.0	0.0	7.3	7.4	7.1
101	계란국	0.0	0.0	5.7	6.6	4.0	6.1	0.0	0.0	7.5	7.9	7.5
102	계란말이	0.0	0.0	5.3	6.7	4.7	6.4	0.0	0.0	8.3	7.8	7.8
103	김치볶음밥	4.2	6.1	5.2	6.2	3.4	6.2	0.0	0.0	6.3	6.7	6.7
104	계란볶음밥	0.0	0.0	6.0	5.8	3.7	6.4	0.0	0.0	6.7	6.5	6.5
105	산채비빔밥	4.6	6.4	5.2	6.4	3.4	6.1	0.0	0.0	7.4	6.9	7.0
106	비빔국수	5.9	6.2	4.4	5.7	3.3	5.1	4.0	4.6	6.3	5.3	5.6
107	쇠고기말이국수	2.3	4.7	4.6	6.0	3.4	6.6	0.0	0.0	6.2	6.1	6.2
108	멸치국수	0.0	0.0	6.2	6.5	2.9	6.2	0.0	0.0	6.8	6.7	6.8
109	돌냄비우동	0.0	0.0	4.4	5.3	4.5	6.0	0.0	0.0	6.5	6.7	6.9
110	만두국	0.0	0.0	5.6	6.3	4.1	6.6	0.0	0.0	6.8	7.1	7.1
111	샌드위치	0.0	0.0	5.3	6.9	5.3	7.1	0.0	0.0	7.2	7.6	7.5
112	간장떡볶이	0.0	0.0	5.2	6.5	6.1	6.8	0.0	0.0	7.1	7.2	7.0
113	고추장떡볶이	6.5	6.6	5.9	5.8	4.8	5.7	0.0	0.0	7.2	6.9	6.8
114	라볶이	6.0	5.9	5.7	5.6	5.0	5.6	0.0	0.0	6.2	6.3	6.3
115	떡국	0.0	0.0	5.7	6.0	3.2	5.4	0.0	0.0	6.7	6.6	6.8
116	떡만두국	0.0	0.0	5.9	6.6	3.7	6.1	0.0	0.0	7.1	7.4	7.4

표 6-4. 최종적으로 선정된 표준레시피 목록

분류	음식명
밥류	비빔밥(산채비빔밥), 볶음밥(김치볶음밥, 계란볶음밥)
빵, 과자류	샌드위치
면, 만두류	수제비(감자수제비), 국수(쇠고기말이국수, 멸치국수, 비빔국수), 돌냄비우동, 만두국, 떡만두국, 고기만두, 군만두
국, 탕류	대구탕, 미역국, 미역냉국, 북어국, 쇠고기미역국, 순대국, 감자국(양념감자국), 배추국, 시금치국, 시래기국, 무국, 김치국, 김치콩나물국, 된장국(감자된장국, 호박된장국, 배추된장국), 두부국, 계란국, 떡국, 곰국(사골국, 닭국), 삼계탕
찌개류	고등어찌개, 콩치찌개, 낙지찌개, 동태찌개, 돼지고기찌개, 호박찌개, 김치찌개, 두부찌개(두부찌개, 순두부찌개), 버섯전골
찜류	돼지갈비찜, 돼지고기보쌈
구이류	가자미구이, 불고기(돼지불고기, 쇠고기불고기)
전, 부침류	쇠고기산적, 버섯계란부침, 부추전, 김치전, 두부부침, 계란말이, 소세지부침
볶음류	미역줄기볶음, 새우볶음, 소세지볶음, 감자볶음, 고추멸치볶음, 느타리버섯볶음, 김치볶음, 떡볶기(간장떡볶기, 고추장떡볶기, 라볶기)
조림류	가자미조림, 고등어조림, 병어조림, 콩치조림, 삼치조림, 새우조림, 장조림(돼지고기장조림, 소고기장조림), 감자조림, 시래기조림, 두부조림, 땅콩조림, 메추리알조림(메추리알조림, 메추리알소고기조림)
튀김류	갈치튀김(양념갈치튀김, 갈치튀김), 고등어튀김, 고추튀김, 고구마맛탕, 고구마튀김
나물, 무침류	풀뱅이무침, 미역무침, 깻잎나물, 고사리나물, 김무침, 고추무침, 더덕무침, 꼬막무침, 고춧잎무침, 도라지나물무침, 배추나물샐러드(감자샐러드), 무나물, 상추겉절이, 시금치나물, 무생채, 숙주나물, 미나리무침, 도토리묵무침
김치류	깻잎김치

## 2. 외식업체 대상 메뉴 레시피

### 가. 조사대상 업체별 음식명 및 레시피

#### 1) 한식당 - A

기본 상차림인 늘부상차림에 나오는 음식의 종류와 더불어 추가적으로 주문할 수 있는 음식의 레시피를 조사하였다. 조사된 레시피는 다음과 같다.

#### ◎ 기본 상차림 레시피

음식명	식품명	중량	분량	음식명	식품명	중량	분량	
조밥	쌀	110g	1인	나박김치	오이	30g	2인	
	조	5g			배추	15g		
된장찌개	된장	30g	2인		무청	15g		
	호박	30g			홍고추	조금		
	감자	30g		취나물무침	취나물삶은것	50g	2인	
	두부	30g			샐러드	양상추		15g
	느타리버섯	15g				무순		5g
파	10g	오이	15g					
계란찜	계란	2개	2인	토마토		15g		
	홍고추	약간		장조림	마요네즈			
	청고추	약간			삶은계란	1개	2인	
양념복어	복어	1/2마리	소고기		100g			
	배추김치	배추	120g		불린표고버섯	20g		
잡채	삶은당면	200g	2인	양파	15g			
	삶은시금치	30g		마늘쫀	10g			
	당근	20g		간장				
	양파	25g		조기구이	조기	1마리(대)	2인	
	황백지단	15g			낙지볶음	낙지		120g
	불린복이버섯	10g				양파		30g
상추무침	상추	6장	2인	고추		10g		
	치커리	30g		파		10g		
	양파	25g		미나리	10g			
	간장	45ml		고추장				
퐁치조림	퐁치	2마리	2인	창란젓		10g	2인	
	우거지	120g		깻잎절임	깻잎	6장		2인
호박전		2개	2인		갈비찜	돼지갈비	200g	
동태전		2개		당근		20g		
갈비찜	계란(황백지단고명)	양파	15g	청포묵무침	청포묵	100g	2인	
		누룽지	200g		불린표고버섯	황,홍,청피망		40g
		매실쥬스	100ml			김		김
					참기름			

◎ 선택메뉴명 및 레시피

음식명	식품명	중량	분량
돼지숯불구이	돼지고기	300g	2인
		450g	3~4인
소숯불구이	소고기	300g	2인
		450g	3~4인
소갈비찜	소갈비	450g	1회
	감자		
	당근		
	양파		
	은행		
	청홍고추		
	계란지단(고명)		
훈제오리보쌈	훈제오리	300g	1회
참게장	참게(대)	1마리	1회

2) 한식당 - B

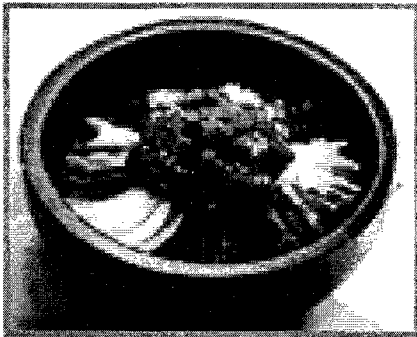
전주비빔밥과 낙지비빔밥의 레시피를 조사했으며 여기에 함께 나오는 반찬류를 조사하였다. 조사된 레시피는 다음과 같다.

◎ 전주비빔밥 레시피

식품명	중량	분량	식품명	중량	분량
밥	300g	1인	무생채	20g	1인
삶은콩나물	30g	(이하동일)	황채	15g	(이하동일)
황포묵	20g		밤	1/6개	
육회	35g		대추	1/2개	
오이	20g		은행	2개	
볶은호박	20g		계란(황백지단)	20g	
고사리	15g		다시마튀각	2g	
도라지	10g		양념고추장	25g	
무채	20g		호두	1/2개	
표고버섯	20g		잣	3개	

◎ 낙지비빔밥 레시피

식품명	중량	분량	식품명	중량	분량
밥	300g	1인	당근	30g	1인
삶은 콩나물	30g	(이하동일)	계란(황백지단)	20g	(이하동일)
낙지	65g		표고버섯	30g	
양파	30g		호박	20g	
깻잎	15g		오이	20g	



< 낙지비빔밥 >



< 전주비빔밥 >

◎ 반찬류 레시피

음식명	식품명	중량	분량	음식명	식품명	중량	분량
김치전		2개	2인	김부각		4g	2인
동태전		2개	2인	백김치		70g	2인
샐러드	옥수수(캔)	100g	2인	배추김치		80g	2인
	오이	50g		가지볶음	가지	65g	2인
	당근	30g			양파	15g	
	진포도	3개			고추	약간	
	마요네즈				파	약간	
오징어젓		25g	2인				

### 3) 한식당 - C

가정식과 누룽지정식에 대해 조사했으며 가정식은 밥에 반찬류, 누룽지정식은 누룽지에 반찬류로 구성되어있으며 조사한 레시피는 다음과 같다.

#### ◎ 가정식과 누룽지정식의 레시피

구분	음식명	식품명	중량	분량
주식	밥	쌀	100g	1인
		흑미	10g	
	누룽지		400g	1인
반찬	김치찌개	신김치	50g	2인
		무청	30g	(이하동일)
	고추조림	조림고추	25g	
		마른새우	4개(소)	
	가지볶음	볶은가지	100g	
	굴무침	생굴	13개	
		생채(무)	50g	
		부추	15g	
		고추	조금	
	갈치젓갈		20g	
	부추김치	부추	60g	
	콩나물무침	삶은콩나물	50g	
	메추리알장조림	삶은메추리알	6개	
	소고기장조림		40g	
	마늘쫀조림	마늘쫀	30g	
		마늘	4쪽	
	콩조림	검은콩	30g	
		통깨	약간	
	고등어구이	고등어	1마리	
	양파초절임	양파	50g	
		고추	약간	
		식초		
	오뎅볶음	오뎅	50g	
	상추무침	상추	4장(중)	
		양념장		
	열무김치	열무	50g	
	오이냉채	오이	60g	
		홍고추		
	김치볶음	신김치	70g	
		돼지고기	30g	
	홍,청고추	조금		
묵은김치		120g		
호박볶음	호박	50g		

4) 한식당 - D

정식과 쌈밥에 함께 나오는 반찬류에 대해서 조사했으며 레시피는 다음과 같다.

◎ 정식과 쌈밥의 레시피

정식				쌈밥			
음식명	식품명	중량	분량	음식명	식품명	중량	분량
녹차너비아니	등심	100g	1인	생갈비살	갈비살	100g	1인
대나무밥	쌀	110g	1인	대나무밥	쌀	110g	1인
	후미	10g			후미	5g	
	콩	10알			콩	10알	
	대추	1/4개			대추	1/4개	
쌈	겨자채	2장씩	1인	쌈	겨자채	2장씩	1인
	고채				고채		
	경수채				경수채		
	홀스레디쉬				홀스레디쉬		
	쌈신선초				쌈신선초		
	일당귀				일당귀		
	레드치커리				레드치커리		
	앤다이브류				앤다이브류		
	잎치커리				잎치커리		
	로메인상추				로메인상추		
	오크리프상추				오크리프상추		
	비트잎				비트잎		
	샐러리				샐러리		
	모시대				모시대		
	잎치커리				잎치커리		
	트레비소				트레비소		
	말라바시금치				말라바시금치		
	잎브로콜리				잎브로콜리		
	벨지움앤다이브				벨지움앤다이브		
영양쌈장		100g	2인	영양쌈장		100g	2인



◎ 반찬의 종류와 레시피

음식명	식품명	중량	분량
시래기된장국	시래기	30g	1인
	된장		
두부부침	두부	50g	2인
	계란		
	양념장		
동치미	무	10g	
	오이	10g	
	고추	5g	
	양파	5g	
	물	150ml	
새송이버섯볶음	새송이		
	양파		
	고추		
	마늘		
	깨		
배추김치		100g	2인
오징어젓		40g	2인
모듬나물	취나물	전체80g	2인
	고사리		
	깻잎		
	시래기		
	두릅		
	고춧잎		

4) 한식당 - D

만두전문점에서 개성만두와 개성조랭이떡국의 레시피와 함께 나오는 반찬류에 대해 조사하였다.

◎ 개성만두국과 개성조랭이떡국의 레시피

음식명	식품명	중량	분량
개성만두국	만두	55g x 6개	1인
	파	약간	
	육수	350ml	
개성조랭이떡국	조랭이떡	300ml (컵으로 1컵)	
	파	약간	
	육수	350ml	
<반찬>	깍두기	100g	2인
	김치	150g	
	초간장	30ml	1인

5) 한식당 - E

판매 메뉴 중 오징어불고기와 함께 제공되는 반찬류의 레시피를 조사하였다.

◎ 오징어불고기와 반찬류의 레시피

음식명	식품명	중량	분량
오징어불고기	오징어	中 1마리	2인
	대파	15g	
	실파	30g	
	미나리	40g	
	양파	160g	
밥		300g	1인
반찬류			
음식명	식품명	중량	분량
샐러드1	오이	15g	2인
	당근	15g	
	마카로니	30g	
	양배추	5g	
	사과	20g	
샐러드2	적채	10g	1인
	양배추	30g	
	당근	20g	
오이피클	오이	20g	2인
햄야채볶음	햄	40g	2인
	당근	20g	
	적피망	10g	
	청피망	10g	
김치		100g	
미역국		250ml	1인

6) 죽집

죽집으로 2개의 식당에서 판매되고 있는 버섯굴죽과 전복죽의 레시피와 함께 제공되는 반찬의 종류에 대해 조사하였다. 조사된 레시피는 다음과 같다.

◎ 죽 종류와 반찬류의 레시피

A 죽집			B 죽집		
음식명	식품명	중량	음식명	식품명	중량
버섯굴죽	맷쌀	1/2컵	전복죽	불린쌀	1/2컵
	육수			육수(사골국물, 다시 마, 무, 파)	
	표고버섯	30g		전복	1개
	굴	50g		참기름	
	숙갓	15g		고명(김가루, 깨, 달걀노른자)	
	호박	15g			
	고명(김가루, 깨, 달걀노른자)				
반찬류					
물김치		210g	콩나물무침		70g
배추김치		50g	배추김치		50g
콩나물무침		60g	미역줄기볶음		40g
풀꾸기젓		40g	조개젓		30g
			시금치나물무 침	삶은시금치	70g
				양파	10g
				홍고추	약간
			물김치		200g

## 7) 중식당

중식당의 코스로 제공된 음식의 레시피를 조사하였다.

### ◎ 음식명 및 레시피

음식명	식품명	중량	음식명	식품명	중량
오이피클		40g	홍콩식매운닭고기	닭튀김	100g
양파볶음	양파	20g		표고버섯	1개
	오이	8g		죽순	30g
	죽순	8g		청,홍피망	12g
	고추기름			양파	20g
세가지냉채	해파리	50g		부추	8g
	오이	30g		파	8g
	홍피망	5g		팽이버섯	8g
	피단	1/10개		고추기름	
	연어	1점	복숭아빵		1개
	양상추	3g	짬뽕	면	100g
	와사비	15g		청경채	2장
	쇠고기편육	1점		굴	3개
	젤라틴	8g		해삼	1/3개
게살스프	게살	20g		양파	20g
	팽이버섯	15g		표고버섯	1개
	파	7g		카테일새우	2개
	녹말			오징어	15g
삼살삭스핀	표고버섯	25g		조갯살	10g
	카테일새우	3개		송이버섯(통조림)	5g
	파	5g		죽순	20g
	마늘	2g		파	5g
	부추	10g		홍피망	5g
	팽이버섯	20g		당근	3g
	돼지고기	25g		배추	5g
	죽순	10g	볶음밥	밥	200g
	삭스핀			계란	1/2개
크림새우	새우(튀김)	2마리(대)		카테일새우	6개
	양파	10g		날치알	15g
	적채	10g		파	15g
	차커리	2장		깨	
	양상추	10g	황도주스		120ml
	당근	5g	참쌀떡		1개(소)
	래디쉬	2g			
	적로메인	1장			
	크림소스	45ml(3큰술)			

8) 베트남 음식점

베트남 음식 중 월남쌈에 대해 조사하였으며 레시피는 다음과 같다.

◎ 월남쌈의 레시피

음식명	식품명	중량	분량
월남쌈	라이스페이퍼	12장	1회(2~3인)
	가는 쌀국수(삶은것)	100g	
	숙주	30g	
	피망	30g	
	파인애플(통조림)	30g	
	맛살	30g	
	당근	30g	
	팽이버섯	30g	
	적채	30g	
	계란지단	30g	
	토마토	1/2개	
	무순	10g	
	깻잎	20g	
	고수	20g	
	부추	15g	
	익힌소고기	40g	
	각테일새우	30g	
	땅콩분태	10g	
뜨거운물		200ml	
소스		45ml	

### 9) 터키식당

터키식당에서 판매되고 있는 일부 음식의 레시피에 대해 조사하였다.

#### ◎ 음식의 종류와 레시피

음식명	식품명	중량	분량
ekmek(빵)		지름17~18cm x 2장	1인
밥		180g	1인
merjimek corba (메르지멕 초르바:녹두 스프)	녹두		1인 200ml
	향신료(박하잎, 파슬리, 고추가루...)		
	식용유		
choban salad	양상추	280g	2인
	오이	30g	
	토마토	1/2개	
	양파	1/4개	
	레몬	1/6개	
	파슬리	장식용 10g	
	블랙올리브	2개	
chicken shish kebop	닭고기	40gx3조각	2인
beef shish kebop	쇠고기	35gx3조각	2인
	양송이	2개	
biber dolma	피망	1개	2인
	양고기		
	밥		
sebzeli yemek(양고기 야채)	양파		
	양고기	20gx5조각	2인
	감자	8조각	
	당근	6조각	
	완두콩	6알	
patlican musakka (양고기 가지)	양고기	130g	2인
	가지	6조각	
	풋고추	1/2개	
	토마토	1조각	
kofte(양고기 껌프테)	양고기	2조각	2인
	감자	7조각	
	풋고추	1/2개	
	토마토	1조각	
메와니		1조각	
seker pare		1조각	
ayran		150ml	1인

10) 패밀리레스토랑

두 곳의 패밀리레스토랑에서 판매되어지고 있는 음식, 주로 스테이크와 샐러드 및 side dish 종류에 대한 레시피를 조사하였다. 이들 두 장소에서 조사한 음식의 종류 및 레시피는 다음과 같다.

◎ 패밀리레스토랑A

steak			
음식명	식품명	중량	분량
빔스스테이크	등심	227g	1인 분량
안심스테이크	안심	150g	
립아이 스테이크	꽃등심	220g	
찰스테이크	안심	125g	
코리아햄버그스테이크	다진 소고기	300g	
바비큐폭립스	돼지갈비	500g	
허브마리네이드 포크 테이크	돼지고기	180g	
로즈마리 트윈포크	돼지갈비	300g	
훈제 타조스테이크	타조	130g	
누드 프라이م 립아이	꽃등심	230g	
씨즈닝 프라이م 뉴욕	채끝 등심	250g	
어린이 바비큐 폭립스	돼지갈비	200g	
어린이 치즈 햄버그 스테이크	다진소고기	120g	
스트립로인 팁 스테이크	소고기	120g	
side dish	* 소스(주로 토마토소스)45ml + 구운감자1개 또는 고구마 1/2개 + 볶은 야채110g		



salad bar			
음식명	식품명	중량	분량
비트샐러드	비트	400g	<믹스류> 샐러드볼에 제공 - 5인분량
	사과	200g	
	치커리	10g	
	양파	50g	
	밀감	3개	
	포도드레싱	6oz	
씨푸드샐러드	믹스드씨푸드	190g	
	레몬	10g	
	양상추	150g	
	치커리	20g	
	그린비타민	30g	
	체리토마토	100g	
	적채	10g	
	당근	10g	
	양파	20g	
	오리엔탈드레싱	6oz	
치킨 씨저 샐러드	닭가슴살	80g	
	양상추	200g	
	치커리	20g	
	그린비타민	30g	
	체리토마토	100g	
	크루통	10g	
	씨저드레싱	6oz	
	* 씨저드레싱: 마요네즈1kg+ 식초 6oz+ 홀저자 30g+ 다진마늘 30g+ 파마산치즈 30g		
브로컬리 믹스	브로컬리	300g	
	양파즙	50g	
	당근즙	50g	
	그라탕소스	800g	
	파마산치즈	20g	
	마요네즈	50g	
	소금	1g	

salad bar			
음식명	식품명	중량	분량
스몰파리지엔 샐러드	알곤약	300g	<믹스류> 샐러드볼에 제공 - 5인분량
	레드알곤약	200g	
	토마토	500g	
	홀콘	280g	
	완두콩(냉동)	200g	
	검은콩	120g	
	허브	2g	
	오리엔탈드레싱	6oz	
세사미엔젤헤어 파스타	카펠리니	1pak(500g)	
	깻잎	200g	
	양송이	100g	
	토마토소스	1500cc	
	파마산치즈	20g	
지중해식 샐러드	가지	400g	
	호박	400g	
	마늘	200g	
	체리토마토	300g	
	대두유	50ml	
	소금	6g	
	후추	1g	
	발사믹드레싱	2oz	
컨츄리가든 샐러드	컨츄리가든	50g	
	크레미	160g	
	두반장소스	4oz	

salad bar			
음식명	식품명	총량	분량
에그믹스	계란	10개	<믹스류> 샐러드볼에 제공 - 5인분량
	양파참	50g	
	당근참	50g	
	할라피노참	50g	
	칠리소스	150g	
토마토샐러드	토마토	1kg	
	계란	10개	
	치커리	40g	
	키워드레싱	4oz	
스위트 피클	무	4kg	
	오이	700g	
	마늘	120g	
	설탕	300g	
	소금	160g	
	식초	800cc	
	물	4L	
	통후추	12g	
	월계수잎	12장	
	딜씨드홀	10g	
	키드니빈스 샐러드	키드니빈	
		양파참	80g
오이피클참		80g	
청피망		40g	
홍피망		20g	
마요네즈		150g	

◎ 패밀리레스토랑 B

steak & sea food			
음식명	식품명	중량	분량
록 햄프턴 립아이	꽃등심	284g	1~2인분
립스 언더 바비	돼지갈비	소 : 403g / 대 : 555g	
프라임 미니스터즈 프라임 립	갈비살	소 : 227g / 중 : 284g 대 : 340g	
드로버스 플래터	돼지갈비+ 닭고기	돼지고기:200g 닭고기: 120g	
빅토리아 휠렛	안심	227g	
카카두 갈비 스테이크	소갈비	소 :410g 대 : 610g	
에어즈락스트립(340g)	등심	340g	
아웃백 스페셜	등심	소 : 227g 대 : 312g	
캔버라 찹스테이크(227g)	다진쇠고기	227g	
스팀드 랍스터 테일	바닷가재	소 : 2마리 / 대 : 3마리	
그릴드 랍스터 테일	바닷가재	소 : 2마리 / 대 : 3마리	
그릴드 쉬림프 언더 바비	새우	6마리	1인분
1/2 립스언더바비	돼지갈비	5대= 약200g	1~2인분
	구운감자	1개	
	피클	30g	
	바비큐소스	30~35g	
Pasta			
음식명	식품명	중량	
투움바파스타	페투치니	삶지않는페투치니 약 170g	1인분
	새우	小 8마리	
	양송이슬라이스	40g	
	다진파	2Ts	
	다진피망(적,홍)	각10g	

Salad			
음식명	식품명	중량	분량
하우스샐러드	방울토마토	4개	1~2인분
	양상추	150g	
	옥수수	70g	
	당근	20g	
	적채	20g	
	로메인레티스	15g	
drink & coffee			
음식명	식품명	중량	분량
레몬 에이드		340cc	1인분
커피		1컵=200ml	
soup			
음식명	식품명	중량	분량
양송이수프		1컵=190ml	1인분
bread			
음식명	식품명	중량	분량
부쉬맨 브레드		1개=100g	1인분

#### 나. 조사된 음식의 영양성분

각 외식업체에서 1인 분량으로 제공하고 있는 각 음식의 영양성분을 보면 한식류 중 김치, 나물류와 같이 기름의 사용량이 적은 음식의 에너지 제공량은 100kcal 이하 였으나 생선 또는 육류 구이나 갈비찜과 같은 찜류는 주재료에 따라 차이는 있지만 200 ~ 500kcal까지 제공하였다. 주식류를 보면 단순히 쌀밥이나 잡곡밥에 비해 일품 요리인 비빔밥이나 조랭이떡국 같은 음식의 에너지 제공량이 600kcal 이상이였으며, 에너지 제공량이 낮을 것으로 예상되었던 죽류 역시 550kcal 이상을 제공하였다. 특히 조랭이떡국류는 880kcal 정도로 고 에너지를 제공하는 음식이었다.

한식 이외 중식이나 동남아음식 및 스테이크류를 비교해 보면 스테이크류가 더 많은 에너지를 제공하는 음식이었고, 중식보다는 동남아음식인 베트남음식이나 터키 음식의 에너지 제공량이 낮았다. 일반적으로 스테이크를 통해서 제공되는 에너지는

500kcal 이상이었으며, 단백질과 더불어 지방의 제공량 역시 30g 정도로 많았다. 에너지 이외에 각 외식업체에서 판매되고 있는 음식의 영양성분을 분석한 결과를 부록에 제시하였다.

### 3. 단체급식소 급식내용 분석

#### 가. 조사대상 급식소 목록 및 급식내용

조사대상 급식소의 목록 및 급식기간은 표 6-5와 같다. 각 급식소별로 각 계절에 제공된 식단은 부록에 제시되어 있다. 단체급식소에서 이용하고 있는 식단의 기본형은 밥, 국 또는 찌개, 김치, 반찬 2 또는 3의 형태가 주를 이루었고 급식소의 성격에 따라서는 2식 또는 3식을 제공하는 급식소(기업체 A, B, D 등)도 있었다.

이들 급식업체에서 제공하고 있는 음식을 조리방법에 따라 분류해 보면 표 6-6과 같다. 주식류로 활용된 음식은 총 62종로 조사되었으며 가장 이용 빈도가 높은 음식은 쌀밥이었고 그 다음으로 보리밥, 흑미밥, 콩밥, 차조밥, 수수밥 등이었으며, 면류로 잔치국수, 콩국수 등을 주로 제공하였다. 국, 찌개류는 총 121종의 음식이 조사되었으며 이 중 띠역국, 배추된장국, 쇠고기무국, 콩나물국, 순두부찌개, 김치국의 순으로 활용 빈도가 높았다. 반찬류(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등을 포함)로는 총 364종의 음식이 조사되었으며 이 중 무생채, 감자조림, 감자채볶음, 단무지무침, 탕수육, 김구이, 도토리묵무침, 돼지고기볶음의 순으로 제공되고 있었다. 김치류는 총 17종이 조사되었고, 빈도가 높은 음식은 배추김치, 깍두기, 배추겉절이, 열무김치, 포기김치의 순이었다. 간식 또는 후식류는 23종이 조사되었으며 모든 끼니에 제공하는 것으로 조사되지 않았기 때문에 섭취빈도나 종류에 있어서 다양하지 않았으나 주로 이용하고 있는 음식은 요구르트, 수박, 매실차의 순이었다.

표 6-5. 단체급식 업체 목록 및 업체별 조사기간

	조사업체	계절	조사기간
1	기업체 A	봄	(삼양사 군포공장) 2003년 3월 24일 ~ 2003년 4월 6일 (삼양사 본사) 2004년 4월 19일 ~ 2004년 5월 2일
		여름	2003년 8월 11일 ~ 2003년 8월 24일
		가을	2003년 10월 6일 ~ 2003년 10월 19일
2	기업체 B	봄	2004년 3월 22일 ~ 2004년 4월 3일
		겨울	2004년 2월 2일 ~ 2004년 2월 14일
3	기업체 C	봄	2003년 4월 21일 ~ 2003년 5월 3일
		여름	2003년 7월 14일 ~ 2003년 7월 26일
4	관공서 A	봄	2003년 4월 15일 ~ 2003년 4월 27일
		여름	2002년 7월 22일 ~ 2002년 8월 3일 2004년 7월 12일 ~ 2004년 7월 23일
		가을	2002년 9월 23일 ~ 2002년 10월 5일
		겨울	2003년 1월 7일 ~ 2003년 1월 19일
5	관공서 B	봄	2002년 4월 1일 ~ 2002년 4월 13일
		여름	2002년 7월 15일 ~ 2002년 7월 26일
		가을	2003년 9월 9일 ~ 2002년 9월 19일
		겨울	2004년 1월 5일 ~ 2004년 1월 17일
6	관공서 C	여름	2004년 7월 19일 ~ 2004년 7월 31일
7	기업체 D	여름	2003년 7월 7일 ~ 2003년 7월 19일
8	기업체 E	여름	2003년 7월 14일 ~ 2003년 7월 26일
9	기업체 G	가을	2003년 9월 22일 ~ 2003년 10월 1일
10	기업체 G	가을	2003년 9월 22일 ~ 2003년 9월 30일
11	관공서 D	겨울	2004년 2월 16일 ~ 2004년 2월 27일
12	기업체 H	겨울	2003년 12월 8일 ~ 2003년 12월 20일

표 6-6. 단체급식소에서 이용한 음식 목록

(N)

식품군	음식목록
<p>밥류 (62종)</p>	<p>쌀밥(210), 보리밥(28), 흑미밥(18), 콩밥(13), 차조밥(12), 수수밥(10), 잔치국수(9), 강낭콩밥(7), 현미밥(7), 콩국수(5), 떡국(4), 비빔밥(4), 오징어덮밥(4), 완두콩밥(4), 짜장밥(4), 닭죽(3), 떡만두국(3), 쫄면(3), 콩나물밥(3), 흑미찰밥(3), 감자수제비국(2), 감자떡가루해물수제비(2), 김치볶음밥(2), 돈육카레라이스(2), 바게뜨빵-마늘바게뜨(2), 비빔국수(2), 생선가스정식(2), 영양밥-돌솥밥(2), 오프라이스(2), 잡채밥(2), 전만두(2), 찰밥(2), 고구마밥(1), 군만두(1), 김치수제비국(1), 누룽지(1), 머핀(1), 메밀국수(1), 물냉면(1), 베이컨김치볶음밥(1), 보리비빔밥(1), 콩나물비빔밥(1), 비빔냉면(1), 쇠고기볶음밥(1), 야채볶음밥(1), 어묵국수(1), 열무김치국수(1), 열무보리비빔밥-볶음고추장(1), 영양밥-양념간장(1), 오곡밥(1), 왕전만두(1), 유부초밥(1), 제육김치덮밥(1), 차수수밥(1), 짬뽕(1), 참치회덮밥(1), 카레라이스(1), 콩나물밥-양념장(1), 콩나물비빔밥(1), 하이라이스-우민찌(1), 해물카레라이스(1)</p>
<p>국, 찌개류 (121종)</p>	<p>미역국(19), 배추된장국(17), 쇠고기무국(16), 콩나물국(16), 순두부찌개(13), 김치국(11), 돈육김치찌개(11), 육개장(10), 계란파국(9), 근대된장국(8), 김치콩나물국(8), 된장찌개(6), 오징어무국(6), 가지냉국(5), 감자유부국(5), 동태매운탕(5), 미역된장국(5), 미역오이냉국(5), 북어국(5), 아욱국(5), 어묵국(5), 청국장찌개(5), 무국(4), 무채어묵국(4), 부대고기찌개(4), 시금치된장국(4), 오징어찌개(4), 짬뽕국(4), 참치김치찌개(4), 감자국(3), 건새우미역국(3), 경단미역국(3), 꽃게탕(3), 두부된장국(3), 쇠고기북어국(3), 어묵무국(3), 우거지국(3), 우렁된장찌개(3), 추어탕(3), 호박된장찌개(3), 홍합무국(3), 감자미역국(2), 달래된장찌개(2), 닭계장(2), 닭곰탕(2), 대구매운탕(2), 동태찌개(2), 돼지등뼈감자국(2), 두부어묵새우젓국(2), 무다시마국(2), 미역냉국(2), 버섯매운탕(2), 시래기된장국(2), 오이냉국(2), 우거지된장국(2), 우무냉국(2), 조랭이미역국(2), 햄김치찌개(2), 갈비탕(1), 감자고비된장국(1), 감자다시마국(1), 감자두부된장국(1), 감자찌개(1), 감자호박국(1), 감자호박된장국(1), 계란국(1), 곰탕(1), 근대유부국(1), 다시마오이냉국(1), 단배추된장국(1), 달래된장국(1), 낙지찌개(1), 닭무국(1), 돼지고기찌개(1), 돼지등뼈감자탕(1), 돼지등뼈우거지탕(1), 두부다시마국(1), 두부팽이버섯된장국(1), 들깨무채국(1), 맑은미역왜된장국(1), 무된장국(1), 버섯된장찌개(1), 버섯왜된장국(1), 부대찌개(1), 북어계란국(1), 북어무국(1), 북어콩나물국(1), 사골우거지탕(1), 새우젓호박국(1), 선지국(1), 설령탕(1), 슈음배추국(1), 쇠고기찌개(1), 시금치조개국(1), 숙완자탕(1), 아욱된장국(1), 야채고추장찌개(1), 어묵고추장국(1), 열갈이된장국(1), 연두부찌개(1), 연두부호박국(1), 열무된장국(1), 오징어국(1), 왜된장국(1), 우거지찌개(1), 원추리된장국(1), 유부국(1), 유부김치국(1), 유부썩갓무국(1), 재첩국(1), 조기매운탕(1), 참치미역국(1), 콩나물된장국(1), 콩나물무채국(1), 완탕(1), 팽이버섯된장국(1), 해물잡탕(1), 해장국(1), 햄섞어찌개(1), 홍합콩나물국(1)</p>

(계속)



식품군	음식목록
반찬류 (384종)	<p>무생채(21), 감자조림(14), 감자채볶음(12), 단무지무침(12), 탕수육(11), 김구이(10), 도토리묵무침(10), 돼지고기볶음(10), 혼합장-쌈장(10), 갈치구이(9), 돼지불고기(9), 오이(9), 양배추쌈(8), 어묵조림(8), 열갈이된장(8), 오이지무침(8), 잡채(8), 조기구이(8), 콩나물(8), 콩나물무침(8), 갈치조림(7), 단무지(7), 도라지무침(7), 돼지고기장조림(7), 두부양념조림(7), 무말랭이무침(7), 미역줄기볶음(7), 과래무침(7), 콩치조림(6), 달걀조림(6), 닭도리탕(6), 당근(6), 마늘쫄무침(6), 마늘쫄볶음(6), 삼치조림(6), 숙주나물(6), 야채튀김(6), 어묵야채볶음(6), 오이부추무침(6), 오징어야채볶음(6), 천사채샐러드(6), 햄야채볶음(6), 고구마줄기볶음(5), 노각무침(5), 달걀후라이(5), 닭찜(5), 돌나물무침(5), 떡볶기(5), 미역오이초무침(5), 비름나물(5), 생선까스(5), 연근조림(5), 오징어볶음(5), 참나물무침(5), 풋고추(5), 호박볶음(5), 가지볶음(4), 양념간장(4), 건파래볶음(4), 계란말이(4), 계란찜(4), 고등어무조림(4), 과일샐러드(4), 김치전(4), 깻잎지양념(4), 돈까스(4), 동그랑땡전(4), 두부구이(4), 두부전(4), 두부조림(4), 동태전(4), 마파두부(4), 야채달걀찜(4), 열갈이된장무침(4), 오복채무침(4), 오이무침(4), 오이소배기(4), 오이양파무침(4), 오징어젓-양념(4), 오징어젓무침(4), 콩치구이(4), 콩나물냉채(4), 감자튀김(3), 감자햄볶음(3), 스크램블드에그(3), 고등어조림(3), 고추장아찌(3), 골뱅이소면말이(3), 굴무생채(3), 파리고추조림(3), 느타리콩나물무침(3), 단배추된장무침(3), 달걀장조림(3), 돼지고기김치볶음(3), 두부찜(3), 삼치구이(3), 순대야채볶음(3), 시금치고추장무침(3), 어묵양파볶음(3), 열무무침(3), 오이생채(3), 오징어채볶음(3), 유부숙갓국(3), 임연수구이(3), 임연수튀김(3), 참치김치볶음(3), 청포묵-달래장(3), 청포묵무침(3), 취나물볶음(3), 햄구이(3), 가지미조림(2), 가지나물(2), 갈치튀김(2), 감자풋고추볶음(2), 갑오징어-데친것(2), 건새우마늘쫄볶음(2), 계란후라이(2), 고로케(2), 고추장(2), 골뱅이무침(2), 근대나물(2), 파리고추찜(2), 냉이나물(2), 다시마쌈(2), 다시마튀각(2), 단호박찜(2), 단호박튀김(2), 닭강정(2), 닭조림(2), 도라지오이무침(2), 도토리묵(2), 돈육두루치기(2), 동태무조림(2), 동태조림(2), 돼지고기장장(2), 돼지고기고추장볶음(2), 돼지고기메추리알조림(2), 두부김치(2), 두부김치볶음(2), 두부부침(2), 두부양념구이(2), 마늘장아찌(2), 마늘쫄어묵볶음(2), 마카로니오이샐러드(2), 만두튀김(2), 매쉬드포테이토(2), 머위나물(2), 멸치파리고추볶음(2), 모듬쌈-쌈장(2), 무나물(2), 무판지(2), 물미역-초고추장(2), 미역냉국(2), 미트볼야채케첩조림(2), 배추(2), 배추나물(2), 부추전(2), 북어채무침(2), 불고기(2), 봉장어구이(2), 사태떡찜(2), 삼색나물(2), 쇠고기장조림(2), 쇠고기콩나물(2), 숙주오이무침(2), 야채떡볶기(2), 야채스틱-쌈장(2), 양배추감자샐러드(2), 양배추샐러드(2), 양파장아찌(2), 어묵볶음(2), 연두부(2), 연두부-양념장(2), 오삼불고기(2), 오이양배추무침(2), 오징어떡볶음(2), 오징어젓무침(2), 옥수수고로케(2), 우영조림(2), 임연수무조림(2), 진미채양배추무침(2), 짜장(2), 쫄면야채무침(2), 초장(2), 콩나물미나리무침(2), 콩조림(2)</p>

(계속)

식품군	음식목록
반찬류 (384종)	<p> 토마토(2), 튀김만두(2), 파래무침(2), 파래야채튀김(2), 포테이토-케첩(2), 해파리냉  채(2), 가자미구이(1), 가지튀김(1), 감자다시마(1), 감자오징어조림(1), 감자전(1), 갑  오징어초무침(1), 건파래뱅어포무침(1), 게맛살양배추(1), 계란-난백-삶은것(1), 고구  마깻잎튀김(1), 고구마돈육장장(1), 고구마사태조림(1), 고등어구이(1), 고등어튀김(1),  고춧잎무침(1), 골뱅이야채무침(1), 굴비튀김(1), 근대고추장무침(1), 김치콩나물(1),  깻잎찜(1), 꼴뚜기젓-양념(1), 낙지볶음(1), 달걀두부전(1), 달걀새우젓찜(1), 달래무  침(1), 닭감자찜(1), 닭떡볶음(1), 닭살비엔나볶음(1), 닭살야채볶음(1), 닭야채볶음(1),  도라지튀김(1), 돈가스소스(1), 돈사태떡조림(1), 돈육감자조림(1), 돈육김치볶음(1),  돈육달걀장조림(1), 돈육보쌈(1), 돈육불고기(1), 돈육옛장조림(1), 돈육짜장볶음(1),  동그랑땡(1), 동태감자조림(1), 동태살찜(1), 동태콩나물찜(1), 돼지갈비찜(1), 돼지고  기두루치기(1), 돼지고기야채볶음(1), 돼지고기완자전(1), 두부(1), 두부강정(1), 두부  명란젓(1), 땅두릅-데친것(1), 떡잡채(1), 마늘쫀게맛살볶음(1), 만두장정(1), 만두탕수  (1), 만두튀김-초간장(1), 메밀야채무침(1), 메추리알조림(1), 멸치볶음(1), 멸치조림  (1), 모듬쌈(1), 무말랭이오징어무침(1), 무미나리생채(1), 무숙채(1), 무짬지무침(1),  물미역오이무침(1), 물과래전(1), 미나리무침(1), 미니치킨커틀렛(1), 미더덕콩나물찜  (1), 미역줄기게맛살볶음(1), 뱀어포튀김(1), 버섯불고기(1), 부추무침(1), 북어강정(1),  북어콩나물찜(1), 비엔나야채볶음(1), 사태감자조림(1), 사태무찜(1), 삼겹살구이(1),  삼색냉채(1), 삼치양념구이(1), 삼치옛장구이(1), 삼치튀김(1), 상추(1), 상치쌈(1), 상  치치커리겉절이(1), 새우동그랑땡고추장조림(1), 새우완자전(1), 생미역(1), 소시지전  (1), 쇠고기계란장조림(1), 쇠고기볶음(1), 쇠고기사태-삶은것(1), 쇠고기야채볶음(1),  수제돈가스(1), 숙주미나리무침(1), 스크램블드에그새우젓호박볶음(1), 쌈다시마-초고  추장(1), 쌈장-고추장함유(1), 숙갓나물(1), 씀바귀나물(1), 안동찜닭(1), 알감자돈육조  림(1), 애호박버섯볶음(1), 애호박볶음(1), 애호박튀김(1), 야채샐러드(1), 양념치킨(1),  양배추겨자무침(1), 양배추쌈-삼장(1), 양배추샐러드(1), 어니언링(1), 양파초절임(1),  어묵고추장조림(1), 어묵김치볶음(1), 어묵두부새우젓(1), 어묵멸치볶음(1), 어묵잡채  (1), 어묵튀김(1), 어묵햄조림(1), 연두부달걀찜(1), 오이양파무침(1), 오이지(1), 오이  초무침(1), 오징어버섯볶음(1), 오징어부추전(1), 오징어불고기(1), 오징어숙회-초고추  장(1), 오징어야채무침(1), 오징어조림(1), 오징어찜(1), 오징어채무침(1), 오징어푹마  늘무침(1), 옥수숫샐러드(1), 와사비-분말(1), 우거지찜(1), 우엉볶음(1), 잔멸치볶음  (1), 장어구이(1), 조기구이(1), 조기찜(1), 쭈꾸미야채볶음(1), 죽향시금치나물무침(1),  쥐포볶음(1), 쥐포채볶음(1), 참치야채볶음(1), 참치통조림(1), 참치회야채초무침(1),  청경채(1), 청포묵김치무침(1), 취나물(1), 치커리(1), 콩나물잡채(1), 탕평채(1), 토마  토케찹(1), 파래전(1), 풋마늘무침(1), 풋마늘잎무침(1), 해물채소전(1), 해초무침(1),  햄대구채볶음(1), 햄전유어(1), 햄청포묵볶음(1), 햄통조림-구운것(1), 호박나물(1), 호  박전(1), 후랑크소세지볶음(1) </p>

(계속)

(N)

식품군	음식목록
김치류 (17종)	배추김치(232), 깍두기(39), 배추겉절이(35), 열무김치(31), 포기김치(21), 총각김치(13), 부추겉절이(5), 달래봄동겉절이(2), 상추겉절이(2), 양배추겉절이(2), 열무겉절이(2), 갓김치(1), 나박김치(1), 백김치(1), 봄동달래겉절이(1), 시금치겉절이(1), 청경채겉절이(1)
간식 또는 후식류 (23종)	요구르트-액상(17), 수박(5), 매실차(3), 꿀(2), 바나나(2), 보리미숫가루(2), 우유(2), 찹쌀미숫가루(2), 토마토(2), 감-연시(1), 단감(1), 땅콩(1), 맛탕(1), 송편-깨(1), 수정과(1), 오렌지(1), 옥수수-찰옥수수-찐것(1), 요구르트-호상(1), 유자차(1), 장떡(1), 절편(1), 초코파이(1), 피크닉(1)

#### 나. 급식소에서 계절별로 이용 빈도가 높은 음식

급식소에서 계절별로 이용 빈도가 높은 음식의 종류 및 1회 제공량은 표 6-7과 같다. 계절에 상관없이 1, 2위는 배추김치와 쌀밥이 차지하였고 그 외 상위 5위 이내에 포함된 음식은 김치류와 보리밥이었다. 즉 봄에는 배추겉절이, 포기김치, 보리밥이, 여름에는 열무김치, 깍두기, 배추겉절이가, 가을에는 깍두기, 열무김치, 무생채, 겨울에는 보리밥, 깍두기, 무생채가 상위 5위에 포함되는 음식이었다. 또한 이들 음식의 1회 제공량은 한국영양학회에서 선정한 1회 분량 이상으로 많았다. 상위 25위내 포함된 음식 중 계절적인 특색을 보인 음식으로 봄에는 돌나물무침, 여름에는 삼계탕, 가지냉국, 겨울에는 건파래볶음, 무말랭이무침 이었다.

표 6-7. 계절별로 단체급식소에서 이용한 다빈도 음식 및 1회 제공량

순위	봄			여름			가을			겨울		
	음식명	빈도(%)	제공량(g)	음식명	빈도(%)	제공량(g)	음식명	빈도(%)	제공량(g)	음식명	빈도(%)	제공량(g)
1	배추김치	41(10.00)	98.54±20.19 <sup>1)</sup>	쌀밥	79(11.70)	127.73±6.67	배추김치	74(12.27)	91.69±18.75	배추김치	52(11.40)	105.87±19.77
2	쌀밥	41(10.00)	122.31±16.02	배추김치	62(9.19)	115.24±22.28	쌀밥	69(11.44)	116.23±10.30	쌀밥	17(3.73)	113.53±11.69
3	배추겉절이	11(2.68)	150.02±1.63	열무김치	18(2.67)	90.00±21.96	각두기	12(1.99)	90.00±33.03	보리밥	7(1.54)	120.00±0.00
4	포기김치	10(2.44)	80.00±0.00	각두기	17(2.52)	98.82±19.65	열무김치	8(1.33)	87.50±29.64	각두기	6(1.32)	103.87±20.24
5	보리밥	8(1.95)	128.75±3.54	배추겉절이	14(2.07)	148.00±8.43	무생채	7(1.16)	81.07±3.71	무생채	5(1.10)	84.58±3.29
6	감자조림	6(1.46)	108.97±3.17	혼합장(쌈장)	9(1.33)	28.33±3.54	김구이	6(1.00)	3.50±0.00	배추된장국	5(1.10)	87.64±5.15
7	돌나물무침	5(1.22)	90.40±8.76	오이	8(1.19)	60.00±0.00	단무지무침	6(1.00)	72.67±9.81	총각김치	5(1.10)	120.00±0.00
8	순두부찌개	5(1.22)	240.42±4.65	무생채	7(1.04)	84.84±2.89	미역국	6(1.00)	36.00±0.00	콩나물무침	5(1.10)	100.00±0.00
9	열무김치	5(1.22)	83.00±9.75	미역국	7(1.04)	22.61±7.15	배추겉절이	6(1.00)	149.10±0.15	흑미밥	5(1.10)	120.00±0.00
10	각두기	4(0.98)	104.30±20.38	보리밥	7(1.04)	132.14±5.67	보리밥	6(1.00)	120.00±0.00	두부구이	4(0.88)	126.00±0.00
11	요구르트, 액	4(0.98)	150.00±0.00	삼계탕	7(1.04)	457.31±103.18	쇠고기무국	6(1.00)	72.73±24.26	무말랭이무침	4(0.88)	77.13±31.84
12	차조밥	4(0.98)	130.00±0.00	흑미밥	7(1.04)	130.00±0.00	콩나물국	6(1.00)	81.50±16.12	미역국	4(0.88)	9.23±3.62
13	천사채샐러드	4(0.98)	82.25±2.50	당근	6(0.89)	40.00±0.00	감자채볶음	5(0.83)	107.60±18.35	배추겉절이	4(0.88)	135.90±26.60
14	콩밥	4(0.98)	120.00±0.00	도토리묵무침	6(0.89)	115.42±15.16	돼지고기볶음	5(0.83)	143.10±0.00	쇠고기무국	4(0.88)	82.33±5.85
15	흑미밥	4(0.98)	127.50±5.00	콩나물	6(0.89)	99.62±10.71	배추된장국	5(0.83)	95.46±6.37	콩밥	4(0.88)	115.00±10.00
16	계란파국	3(0.73)	46.00±13.87	포기김치	6(0.89)	80.00±0.00	요구르트, 액상	5(0.83)	150.00±0.00	갈치구이	3(0.66)	110.00±0.00
17	돈육김치찌개	3(0.73)	135.00±2.60	가지냉국	5(0.74)	77.56±23.16	탕수육	5(0.83)	197.26±30.44	건파래볶음	3(0.66)	7.00±0.00
18	돼지불고기	3(0.73)	134.77±5.33	근대된장국	5(0.74)	85.32±5.62	포기김치	5(0.83)	120.00±0.00	고등어조림	3(0.66)	156.53±6.03
19	마늘쫀무침	3(0.73)	66.33±0.58	도라지무침	5(0.74)	95.62±4.79	고등어무조림	4(0.66)	162.00±0.00	김구이	3(0.66)	3.50±0.00
20	마파두부	3(0.73)	145.00±12.76	돼지고기장조림	5(0.74)	122.40±30.80	김치국	4(0.66)	81.00±24.47	김치국	3(0.66)	72.83±4.62
21	시금치된장국	3(0.73)	89.93±7.56	두부양념조림	5(0.74)	121.84±3.79	김치콩나물국	4(0.66)	97.68±5.65	김치콩나물국	3(0.66)	88.37±1.04
22	양배추쌈	3(0.73)	146.87±41.91	미역오이냉국	5(0.74)	67.00±22.01	달걀후라이	4(0.66)	117.13±38.75	단무지무침	3(0.66)	79.20±0.00
23	오징어볶음	3(0.73)	135.70±9.26	배추된장국	5(0.74)	87.66±5.44	돈육김치찌개	4(0.66)	136.88±2.25	돼지불고기	3(0.66)	131.90±1.80
24	오징어젓, 양념	3(0.73)	28.00±0.00	복어국	5(0.74)	76.02±19.07	마늘쫀볶음	4(0.66)	110.55±77.01	두부조림	3(0.66)	136.06±5.69
25	잔치국수	3(0.73)	278.02±0.00	수박	5(0.74)	200.00±0.00	수수밥	4(0.66)	115.00±17.32	쇠고기복어국	3(0.66)	62.20±0.00

1) Mean±SD

## 다. 영양섭취 상태 분석

단체급식소에서 제공된 식단의 영양소 제공량은 일반적으로 성인 남자(20 ~ 29세)를 기준으로 작성하고 있다. 본 연구에서 조사된 단체급식소의 식단을 끼니별로 분류하여 한 끼니에 제공되는 영양 상태를 분석하였다. 그 결과 평균에너지 제공량은 855.2kcal였고, 계절별로 보면 봄이 908.9kcal로 가을 825.8kcal와 겨울 795.0kcal에 비해 유의적으로 높았다. 식단별로 에너지 제공량의 범위를 보면 500kcal에서 1600kcal까지 다양하였으며, 칼로리가 높은 식단의 음식을 보면 주로 볶음이나 삼계탕과 같이 동물성 식품을 이용한 반찬이 포함될 경우가 많았다. 에너지 이외의 영양소 제공량을 보면 단백질은 여름이 가을보다 더 많이 제공되고 있었고, 철분과 비타민 A는 봄이 가을보다 더 많이 제공되었으며, 비타민 B<sub>1</sub>과 비타민 C의 제공량은 봄이 가을과 겨울보다 많았다(표 6-8).

에너지 섭취비율(탄수화물:단백질:지방의 비)을 보면 평균 57.1%:18.5%:24.5%로 탄수화물 섭취량이 낮고 지방의 섭취비가 높았다. 계절별로 보았을 때 지방과 단백질에 대한 섭취비는 겨울이 29.3%로 봄, 여름, 가을에 비해 유의적으로 높았다. 탄수화물에 대한 섭취비는 겨울이 49.5%로 다른 계절에 비해 유의적으로 낮았다. 이 결과 단체급식소의 식단은 탄수화물보다는 지방이나 단백질 중심의 식단임을 알 수 있다. 이는 앞에서 언급하였듯이 반찬의 조리방법이 구이, 볶음이나 튀김 등과 같이 기름을 이용한 식단이 주가 되었고 주로 동물성식품의 제공량이 권장량 이상이기 때문으로 보인다. 또한 지방의 섭취비가 권장량 수준을 상회하는 경우도 있어 식단 작성시 주의를 요한다(표 6-9).

단체급식소에서 제공된 식단의 영양가를 성인 남자의 한국인영양권장량과 비교한 결과 모든 영양소의 제공량이 100%이상으로 한국인영양권장량 이상으로 제공하고 있었다. 계절별로 보았을 때 에너지는 겨울에서만 권장량 수준 이하였고, 봄, 여름에 비해 유의적으로 낮게 제공되었다. 단백질은 여름이 가을에 비해 유의적으로 높았으며, 철, 비타민 B<sub>1</sub>, 비타민 C는 봄이 가을에 비해 더 많이 제공하고 있었다. 특히 인의 제공량은 칼슘 제공량에 비해 2배 정도 더 많은 것으로 보아 칼슘의 체내 이용률이 낮아질 우려가 있다.

또한 식사의 질을 평가할 수 있는 MAR을 보면 모든 계절에서 0.9 이상으로 전반적인 식사의 질은 좋았다. 그러나 단백질이나 지방의 과잉섭취는 오히려 성인성 질환에 걸릴 우려가 높아짐으로 단체급식소에서 식단작성에 주의를 요할 필요가 있다.

단체급식소에서 이용한 음식의 1회 제공량을 기준으로 영양성분을 분석한 결과는

부록에 나타나 있다.

표 6-8. 단채급식소에서 제공한 식단의 계절별 영양소 제공량

	봄	여름	가을	겨울	전체
에너지(kcal)	908.9±181.6 <sup>1)a</sup>	893.5±203.6 <sup>ab</sup>	825.8±203.3 <sup>bc</sup>	795.0±288.3 <sup>c</sup>	855.2±225.7
단백질(g)	38.6±10.0 <sup>ab</sup>	41.2±16.8 <sup>a</sup>	35.9±10.4 <sup>b</sup>	38.9±14.4 <sup>ab</sup>	38.7±13.6
지질(g)	22.6±11.4	23.1±12.6	23.5±11.9	25.4±12.7	23.6±12.2
탄수화물(g)	139.9±28.9 <sup>a</sup>	131.0±20.6 <sup>ab</sup>	119.3±26.8 <sup>b</sup>	104.7±50.6 <sup>c</sup>	123.4±34.8
섬유소(g)	4.2±1.2	4.0±1.2	3.8±1.2	4.2±1.8	4.0±1.4
칼슘(mg)	298.1±114.6	276.2±123.9	264.0±116.1	296.7±148.5	281.4±126.5
인(mg)	565.2±130.9	572.5±180.5	519.9±145.3	544.4±179.6	550.1±163.5
철(mg)	7.3±2.0 <sup>a</sup>	6.9±2.4 <sup>ab</sup>	6.4±2.4 <sup>b</sup>	7.6±3.2 <sup>a</sup>	7.0±2.6
나트륨(mg)	4156.0±7648.3	3307.0±749.2	3234.9±1114.7	3499.0±1257.2	3486.8±3414.2
칼륨(mg)	1548.9±372.1	1487.1±393.9	1472.1±463.1	1557.9±566.1	1510.3±453.6
비타민A(R.E.)	540.1±295.7 <sup>a</sup>	512.4±288.8 <sup>ab</sup>	419.9±265.3 <sup>b</sup>	504.7±261.7 <sup>a</sup>	490.0±280.4
비타민B <sub>1</sub> (mg)	0.7±0.3 <sup>a</sup>	0.6±0.3 <sup>ab</sup>	0.5±0.2 <sup>c</sup>	0.6±0.3 <sup>bc</sup>	0.6±0.3
비타민B <sub>2</sub> (mg)	0.5±0.2	0.5±0.2	0.5±0.2	0.5±0.2	0.5±0.2
나이아신(mg)	8.8±2.5	9.6±6.7	8.1±2.7	8.8±3.5	8.9±4.5
비타민C(mg)	60.1±20.7 <sup>a</sup>	53.7±20.8 <sup>ab</sup>	50.3±19.1 <sup>b</sup>	59.6±32.5 <sup>b</sup>	55.3±23.8
콜레스테롤(mg)	151.7±146.5	145.7±119.5	156.1±136.4	169.7±115.4	155.2±128.7
지방산(g)	12.8±8.9	13.2±10.8	14.9±9.5	15.0±11.1	14.0±10.2
포화지방산(g)	3.1±2.9	3.4±3.3	3.5±2.7	3.7±3.5	3.4±3.1
단일불포화지방산(g)	4.6±3.7	4.6±4.1	5.6±4.3	5.3±4.5	5.0±4.2
다중불포화지방산(g)	5.1±3.4	5.2±4.5	5.8±4.2	6.1±4.2	5.5±4.1

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

표 6-9. 단체급식소에서 제공한 식단의 계절별 열량영양소 섭취비율

(%)

	봄	여름	가을	겨울	전체
탄수화물	61.2±9.7 <sup>a</sup>	59.7±9.5 <sup>a</sup>	57.5±8.5 <sup>a</sup>	49.5±15.1 <sup>b</sup>	57.1±11.6
지질	21.8±9.1 <sup>1)b</sup>	22.1±8.2 <sup>b</sup>	24.9±8.2 <sup>b</sup>	29.3±11.2 <sup>a</sup>	24.5±9.5
단백질	17.0±2.9 <sup>b</sup>	18.2±4.2 <sup>b</sup>	17.6±4.2 <sup>b</sup>	21.1±8.2 <sup>a</sup>	18.5±5.4

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

표 6-10. 단체급식소에서 제공한 식단의 계절별 한국인영양권장량에 대한 비율

(%)

	봄	여름	가을	겨울	전체
에너지	109.1±21.8 <sup>1)a</sup>	107.2±24.4 <sup>ab</sup>	9.1±24.4 <sup>bc</sup>	95.4±34.6 <sup>c</sup>	102.6±27.1
단백질	165.5±42.9 <sup>ab</sup>	176.5±71.9 <sup>a</sup>	153.8±44.6 <sup>b</sup>	166.8±61.7 <sup>ab</sup>	166.0±58.4
칼슘	127.7±49.1	118.4±53.1	113.2±49.7	127.1±63.6	120.6±54.2
인	242.2±56.1	245.4±77.3	222.8±62.3	233.3±77.0	235.8±70.1
철	183.3±49.2 <sup>a</sup>	173.6±60.8 <sup>ab</sup>	159.9±60.1 <sup>b</sup>	191.1±79.8 <sup>a</sup>	175.5±64.4
비타민A	231.5±126.7	219.6±123.8	180.0±113.7	216.3±112.2	210.0±120.2
비타민B <sub>1</sub>	155.1±76.4 <sup>a</sup>	149.2±74.4 <sup>ab</sup>	125.0±45.4 <sup>c</sup>	128.4±60.7 <sup>bc</sup>	138.8±65.8
비타민B <sub>2</sub>	105.9±35.5	100.2±34.9	96.5±33.6	108.7±49.4	102.1±38.6
나이아신	155.5±44.7	170.1±119.1	142.9±47.5	156.0±62.2	156.6±79.7
비타민C	257.4±88.7 <sup>a</sup>	230.0±89.3 <sup>ab</sup>	215.7±81.7 <sup>b</sup>	255.6±139.3 <sup>a</sup>	236.8±101.9

1) Mean±SD

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test

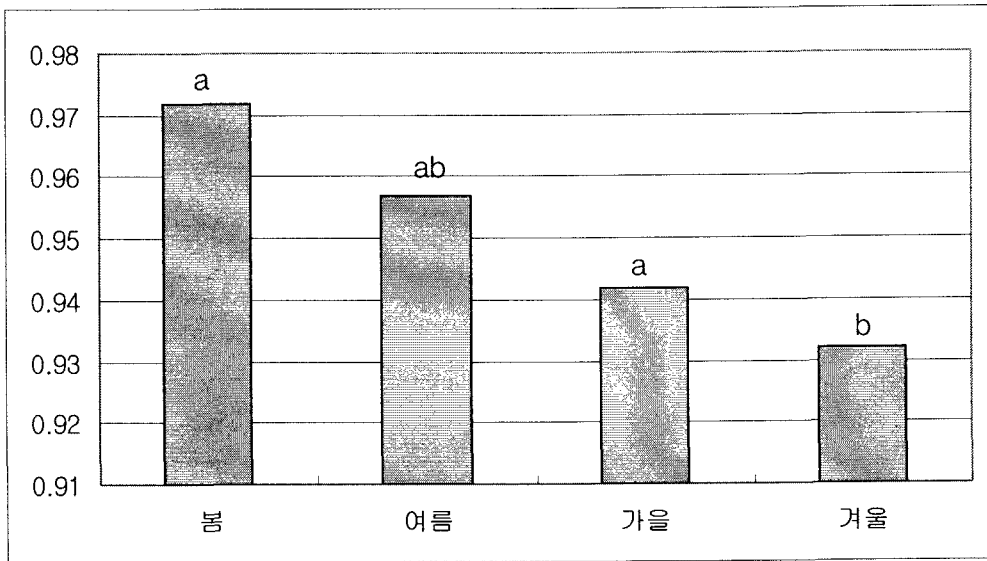


그림 6-1. 단체급식소에서 제공된 식단의 계절별 MAR

a b: Values with different alphabet within the same row are significantly different at  $\alpha=0.05$  by Tukey's studentized range test



## 제 4 장 목표달성도 및 관련분야에의 기여도

### 1. 계획당시 연구 목표 대비 연구 결과

	당초계획	당초연구목표 대비 연구결과	
1세부	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 농산물 소비현황 조사</li> <li>◆ 농산물 생산과 소비구조 비교 분석</li> </ul>	농산물 소비구조 분석과 변화 전망	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 식품소비패턴변화</li> <li>- 농산물의 소비특성분석</li> </ul>
2세부	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 농산물의 소비 설문 조사 및 섭취량 조사</li> </ul>	농산물 소비행태조사	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 농산물 구입처, 이용 빈도, 구입단위, 구입형태 및 이용 방법에 관한 조사</li> <li>- 홈쇼핑 유통을 위한 식품 판매 단위 조사</li> </ul>
		24시간 식이회상법에 의한 농산물의 섭취량 조사	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 식품군별 평균섭취량 및 영양소 섭취량 조사가정 내외식별, 기타 요인별 농산물 섭취량 조사</li> <li>- 식생활 및 건강상태 조사</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 주요 농산물의 영양가치 정보 데이터베이스 구축</li> </ul>	주요 농산물의 영양가치 정보 데이터베이스 구축	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 일부 농산물의 주요 영양성분 분석</li> <li>- 농산물 영양가치 정보 데이터 베이스 구축</li> </ul>
3세부	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 농산물 이용 음식에 관한 소비 행태조사</li> </ul>	농산물 이용 음식에 관한 소비 행태조사	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 문헌조사를 통한 농산물 이용 음식 조사</li> <li>- 설문조사를 통한 농산물 이용 음식의 소비행태조사</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 농산물의 음식정보 데이터베이스 구축</li> </ul>	농산물의 음식정보 데이터베이스 구축	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 농산물을 이용한 음식의 표준레시피 개발</li> <li>- 외식업체 및 단체급식 대상 농산물 이용 음식 레시피 조사</li> </ul>

## 2. 평가의 착안점에 따른 달성도에 대한 자체 평가

구 분	평가의 착안점 및 달성도	
	착 안 사 항	달성도(%)
1차년도(2002년)	○ 농산물의 소비 현황 파악의 충실도	100
	○ 농산물의 소비 행태 조사 자료의 타당성	100
	○ 농산물 이용 음식 조사 및 소비도 조사 자료의 충실성	100
2차년도(2003년)	○ 농산물의 소비 특성 분석의 적절성	100
	○ 농산물의 영양학적 가치평가 및 성분 분석의 완성도	100
	○ 농산물 영양가치 정보 데이터베이스의 완성도	100
	○ 농산물을 이용한 음식의 표준레시피 개발 정도	100
	○ 음식레시피 및 음식 영양가치 정보의 데이터베이스 완성도	100

## 3. 관련 분야에 대한 기여도

### 1) 농산물 소비구조 분석과 변화 전망

농산물의 소비 패턴 변화를 고찰하고 가구조사에 따른 식품소비현황을 조사하여 농식품소비 전망을 제시하여 농식품의 생산 및 유통 등 관련 산업 발전에 기여하고자 하며 농업정책입안의 기초자료로 제공될 것으로 기대한다. .

### 2) 농산물 소비행태조사

계절별로 농산물의 소비행태를 조사한 결과는 농식품의 소비를 예측하여 수급 안정 효과를 제공할 것이며 농식품산업에 기여할 것으로 예상된다.

### 3) 24시간 식이회상법에 의한 농산물의 섭취량 조사

식품의 섭취량과 영양소섭취량 조사 결과는 국민의 식품 소비를 예측하고 생산량을 조절하는데 기초자료로 제공될 수 있다고 사료된다.

#### 4) 일부 농산물에 대한 계절별 영양성분 분석

계절별 일부 농산물의 영양성분 분석자료는 식품성분분석에 대한 연구 실적이 미비한 현실에서 매우 중요한 자료이며 우리 농산물의 건강기능성을 입증하는 실험데이터를 제공할 것이다.

#### 5) 주요 농산물의 영양가치 정보 데이터베이스 구축

농산물이 가진 건강기능성을 체계적으로 정리하여 소비자에게 유익한 정보로 제공될 것이며 각종 인터넷이나 홈쇼핑의 식품홍보자료로 활용되어 농산물의 소비 촉진 효과를 가져올 것으로 예상된다.

#### 6) 농산물 이용 음식에 관한 소비 행태조사

음식레시피의 표준화 연구를 통해 우리 음식 발전의 기반을 마련하였으며 다양한 방법의 농산물의 이용 방법을 제시하여 소비자에게 좋은 정보를 제공할 뿐 아니라 외식산업분야에서의 농산물 소비 촉진 효과도 기대 된다.

#### 7) 농산물의 음식정보 데이터베이스 구축

농산물을 이용한 음식의 레시피, 영양성분을 제공하여 농산물의 합리적 이용에 관한 올바른 정보를 소비자에게 전달하는 기초자료로 활용될 것이며 농산물과 관련된 인터넷 사이트의 컨텐츠로의 이용이 기대된다. 또한 개발된 농산물 이용 음식의 표준레시피는 음식에 대한 1회 분량 설정 및 공급재료량의 표준화를 통해 농산물의 산지가공, 1차 가공산업 및 외식산업의 발전에 기여하리라고 예상된다.

## 제 5 장 연구개발결과의 활용계획

### 1세부과제: 수급안정을 위한 농산물 생산과 소비구조 비교 분석

- 농산물 소비 행태 및 생산과 소비구조의 분석을 통한 농업정책입안을 위한 기초자료로 활용될 것이다.
- 생산자와 소비자 중심의 농산물 소비 증진 및 수급안정 대책 수립을 위한 기초자료 제공될 것이다.

### 2세부과제: 농산물 소비촉진을 위한 소비실태 조사 및 식품의 영양가치 정보 데이터베이스 구축

- 농산물의 소비실태 조사는 정기적·지속적으로 실시되어 국민의 농산물 소비양상에 대한 추이 연구가 필요가 있다.
- 계절별 농산물 영양성분 분석은 실험 대상 농산물과 조사 영양성분을 확대하여 식품성분표로 활용되어야 할 것이다.
- 영양가치 정보 데이터베이스는 연구자료를 바탕으로 작성된 것이므로 지속적으로 업데이트가 필요하며 이 자료는 위성방송, 인터넷 매체의 전자상거래, 백화점 및 대형유통마켓에서 소비자의 농산물 정보 수요에 대응하여 기초자료로 활용될 것이다.

### 협동과제 : 농산물 소비촉진을 위한 음식 소비실태 및 음식정보 데이터베이스 구축

- 다빈도음식의 표준레시피는 영양평가프로그램의 음식 database 작성의 기초자료로 활용 가능하며 이에 대한 연구가 추후 지속적으로 이어져야 할 것이다.
- 표준레시피는 단체급식소에서의 식단작성과 외식업체의 신메뉴개발의 자료로 활용될 수 있다.
- 외식업체와 단체급식소에서 이용되는 음식의 영양성분 평가 자료는 국민건강증진을 위한 영양교육자료로 활용될 것이다.

## 제 6 장 연구개발과정에서 수집한 해외과학정보

한국인의 일상적인 식단은 밥과 반찬으로 이루어진 식단으로 열량비나 식품 구성 및 영양적으로 매우 우수하다고 평가될 수 있다. 밥과 함께 된장국, 생선구이, 나물, 김치 등으로 영양소가 균형되도록 식품이 구성되어 있으며, 다양한 조리방법과 맛의 구성 또한 풍부하다. 미국을 포함한 서구의 식사는 지방이 과다하고 동물성 단백질 식품의 함량이 높아 고지혈증과 비만 발생율이 높는데 비해 우리나라 전통식사의 경우 총 지방함량이 낮는데 특히 포화지방은 낮고 불포화지방산이 많아 고지혈증의 예방에 도움이 된다. 또한 잡곡밥, 생채, 나물 등의 채소반찬과 김치 등을 통하여 식이 섬유소의 함량이 높은 식사를 하므로 대장암 등을 예방하는 효과가 높다

밥을 먹는 횟수가 많은 사람일수록 혈청 총콜레스테롤 수치가 낮다는 보고가 있으며, 두부나 콩 발효식품 등의 콩류를 함께 섭취하는 경우 콜레스테롤 수치가 낮다고 한다. 1990년 일본의 30세 이상 7,695명을 대상으로 한 후생성 순환기질환 기초조사결과에 따르면 남녀 모두 밥을 먹는 횟수가 많을수록 혈청 총콜레스테롤 수준이 낮아는데 이는 쌀 등의 곡류를 먹는 빈도가 많아지면 상대적으로 지방의 섭취비율이 낮아지기 때문이라 생각된다. 그러므로 동맥경화 예방을 위하여 규칙적인 밥의 섭취가 바람직하다고 할 수 있다.

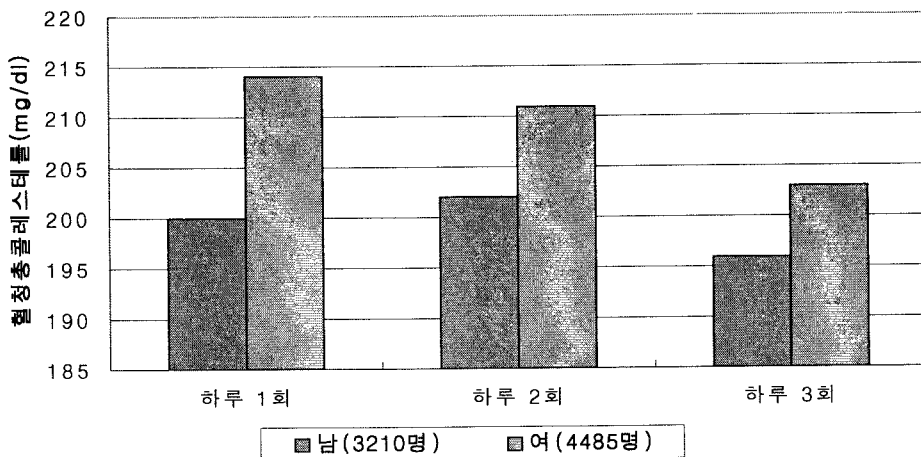


그림 6-2. 하루 밥을 먹는 횟수와 혈청 총콜레스테롤 농도(mg/dl)

자료 : ごはんで作る健康な体, ごはんの持つパワーを探る, 2000

전통적으로 동양인은 비만이나 만성 성인병의 발병율이 서양에 비해 낮은 편이었으나 최근 식생활의 서구화 경향에 의해 비만의 발생이 증가하고 있다. 빵 자체만을 섭취할 경우 인슐린 반응은 양호하지만 버터, 크림치즈 등의 지방식품과 함께 섭취할 경우 비만이 될 우려가 커지게 된다. 반면 밥은 육류, 어류, 채소류 등을 기름지지 않은 조리법을 이용하여 반찬으로 함께 먹을 수 있어 비만 방지에 효과적인 음식이라 볼 수 있다.

실제로 밥과 빵, 감자, 씨리얼을 섭취하였을 때 체지방의 합성·축적을 촉진하는 인슐린 반응을 비교해 본 결과, 밥을 먹었을 때가 최소로 나타나 결국 밥 위주의 한식이 비만을 예방할 수 있는 식품이라고 볼 수 있었다.

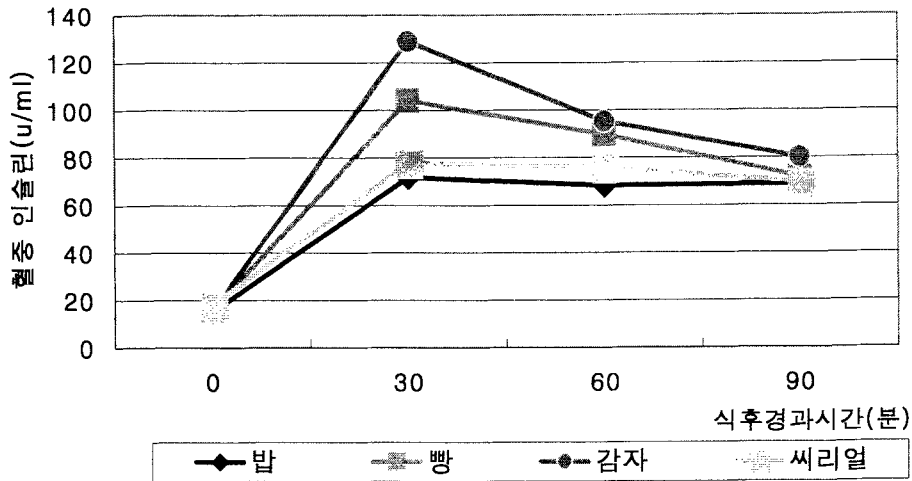


그림 6-3. 탄수화물 식품 섭취 후 혈중 인슐린 반응( $\mu\text{u/ml}$ )

자료 : ごはんで作る健康な体, ごはんの持つパワーを探る, 2000

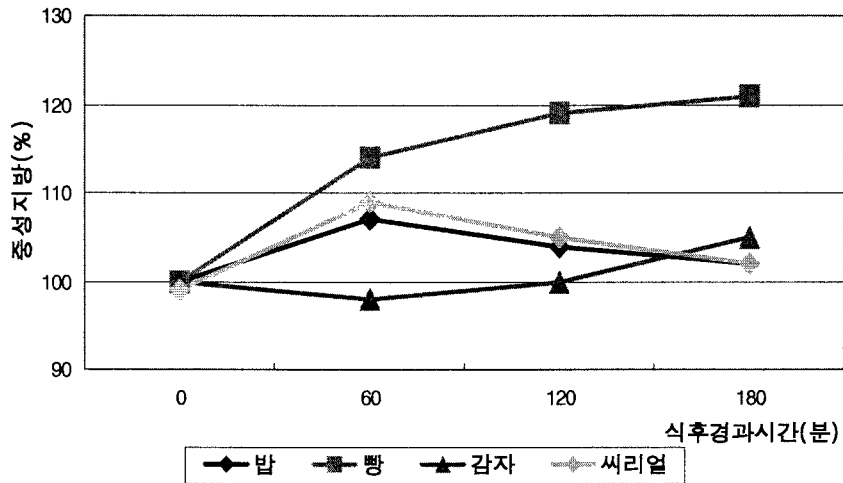


그림 6-4. 탄수화물 식품 섭취 후의 혈중 중성지방 반응(%)

자료 : ごはんで作る健康な体, ごはんの持つパワーを探る, 2000

Whole grain 식품의 섭취가 당뇨병 발병 위험을 낮추는데 효과가 있다. 이는 whole grain이 체내에서 인슐린 민감성을 높여주는 것과 관련이 있는 것으로 보인다 (Angela D Liese et al. Am J Clin Nutr 78 : 965-71, 2003)

우리 전통 한식의 우수성에도 불구하고 아직 우리나라 사람들의 실제적인 식사 섭취량에 대해서는 정확한 데이터가 부족한 실정이다.

외국의 경우에도 어떤 인구집단의 식생활 패턴을 조사하기 위한 연구를 다방면으로 실시하는데 그 중 식품소비량 데이터는 식이조사를 위한 섭취량과 식품수급표에 의한 공급량에서 얻을 수 있으나 어느 경우에도 정확하고 대표적인 값을 얻는 것이 매우 어렵다.

실제로 국내에서는 보건복지부에서 매년 국민영양조사를 실시하여 왔으나 영양소의 섭취현황을 파악하기 위해 연중 특정시기에 1회만 실시하여왔다. 우리나라와 같이 4계절이 뚜렷한 지역에서는 계절에 따른 식품원료의 공급 및 소비가 계절에 따라 크게 다르고 또한 조사데이터의 적합성에 대한 검증과정이 없었기 때문에 연도별로 불

때 식품섭취량 자체가 변동이 매우 심하고 특정 계절에 조사한 자료로 대표값을 설정하기에는 무리가 있을 수 밖에 없다. 또한, 식량 생산 및 유통 측면에서의 식품공급량은 이용과정에서의 손실량이 감안되지 못하기 때문에 섭취량과의 격차가 매우 커서 과대평가될 가능성이 크다.

한편, 외국의 경우 식이섭취량 뿐만 아니라 식행동 및 식이섭취패턴과 건강의 관련성에 대한 연구가 많다. 먼저 Tylavsky 등(2004)의 연구에서는 어린이의 건강을 위해 과일과 채소의 적절한 섭취를 권장하고 있었다. 특히, 하루에 3 serving 이상의 채소와 과일 섭취가 골밀도 뿐 아니라 소변의 칼슘배설량 및 혈청 PTH 수준과도 높은 연관이 있는 것으로 나타나 사춘기 초기인 소녀들의 뼈 건강 및 체내 칼슘 대사에 유익한 영향을 미치는 것을 알 수 있었다.

지난 10년간 미국의 비만 유병율은 20% 이상으로 증가하여 미국 성인의 절반 이상이 과체중이거나 비만인 것으로 나타났다. 이러한 가운데 건강한 식습관이 BMI나 허리둘레 등에 미치는 영향을 살펴보기 위해 수행된 연구에서 실제로 과일과 채소, 저지방 유제품, 전곡류를 많이 섭취하고 쇠고기와 가공육, 패스트푸드, 탄산음료 등을 적게 섭취하였더니 BMI와 허리둘레의 변화폭이 다른 군에 비해 적게 나타났다. 식품이란 단독으로만 섭취되는 것이 아니기 때문에 평상시 식행동에 바탕을 둔 식이패턴 연구가 매우 중요하다고 볼 수 있다(PK Newby et al, 2003)

최근의 역학연구 결과에서 보면 전곡(whole grain) 식품의 섭취는 심혈관계 질환의 발병을 및 사망률을 낮추어주는 것으로 보고되고 있으나 과일과 채소 섭취와는 일관된 결과를 보이지 않았다. 그러나 ARIC(Atherosclerosis Risk in Community) Study에서 11년간 추적조사한 결과 whole grain의 섭취 뿐 아니라 과일과 채소의 섭취도 전체 사망률이나 심혈관계질환 발병 위험 감소와 관련이 있는 것으로 나타났다. 다만 ischemic stroke에 대해서는 whole grain이나 과일, 채소가 관련이 없는 것으로 나타났다(Lyn M Steffen et al, 2003).

심혈관계 질환(CVD) 발생에 대한 식이 위험 요인으로 몇몇 특정 영양소들이 알려져 있으나 이보다는 전체적인 식이섭취패턴이 CVD 발생 위험의 예측인자로 바람직할 것으로 생각된다. 이러한 가정 하에 미국인의 다양한 식행동을 CVD 발병위험



과 관련이 있는 주요 식사패턴으로 나누어 보았는데 Western-pattern은 가공육, 달걀, 쇠고기, 고지방 유제품의 섭취가 높은 것으로 특징지을 수 있었고, American-healthy pattern은 푸른 잎 채소와 샐러드드레싱, 토마토와 기타 다른 채소(콩, 옥수수, 고추 등), 겨자과 채소, 차의 섭취가 많은 것을 특징으로 하여 조사하였다. 그 결과 Western-pattern의 경우 혈청 C-peptide, 혈청 insulin, 당화 혈색소와는 양의 상관관계를 보였고 적혈구 엽산농도와는 역의 관계를 보였으나, American-healthy pattern의 경우에는 직선적인 관계를 보이는 지표가 없었다(Jean M Kerver et al, 2003)

식이조사가 계절적인 영향을 많이 받기 때문에 식품 수급과 관련하여 정확한 식품군별 섭취량을 파악하기 위해서는 계절적인 요인을 참작한 연구가 필요하다. 또한, 외국의 경우 식품군별 섭취량 뿐 아니라 phytochemical 위주의 개별 식품 섭취수준과 식이관련 질환의 관계에 대한 연구도 많이 진행되고 있으므로 우리나라에서도 이에 대한 연구와 함께 실질적으로 식품 수급 조절과 농산물 소비 홍보 등을 변화된 실정에 대응하여 진행시킬 수 있도록 하는 노력이 요구되어진다.

## 제 7 장 참고문헌

### ● 제1장 연구개발과제의 개요

- 한국농촌경제연구원, 2002년 농업전망, 제 8장 농산물 소비행태의 변화와 전망, 2002
- 손경희, 문수재, 이명희 등, 도시 주부의 식품소비구조 변화와 미래의 식생활 향상을 위한 연구, 대한가정학회지, 26(4), 53-65, 1988

### ● 제2장 국내외 기술개발 현황

- 보건복지부, 2001 국민건강 영양조사보고서, 2002
- 한국농촌경제연구원, 식품수급표, 2002
- 김미리, 지옥화, 박한용, 전병문. 계절별 절임 무의 특성. 식품과학학회지 34(1):1-7, 2002
- 김미리, 박한용, 전병문. 가을무 품종별 깎두기 무 절임 특성. 한국식품영양과학회지 30:25-31, 2001
- Gordon W. Fuller, Food Consumers, and the Food industry, 2000, CRC Press LLC, 2000
- 유춘희 외, 농촌식생활 향상을 위한 식생활 평가시스템 개발 연구. 농촌진흥청 연구보고서, 2000
- 한경수, 이은정, 표은영, 이현아. 한국음식의 대량생산 표준레시피개발에 관한 연구(1) - 탕반류. 한국조리과학회지 20(3) : 235 - 246, 2004

### ● 제3장 연구개발 수행 내용 및 결과

#### 제 1 절 농산물 소비구조분석과 변화 전망

- 문현경, 정해랑, 조은영(1994), “1990년도 국민영양조사에 따른 한국인의 상용식단 분석”. 「한국식문화 학회지」 제9권 제3호. 241-250
- 한국농촌경제연구원, 식품수급표, 1980-2002
- 식품수급표, 2001
- 통계청 2002
- 이계임·최지현·안병일, 「김치수요의 변화와 전망」, 2000

한국농촌경제연구원 2002년 수도권 518 가구 소비행태조사  
농협중앙회 조사부, 「소비자의 쇠고기 구매행태 조사」, 2001  
농림부, 「농축산물 브랜드 현황」, 2004  
국립농산물품질관리원, 2004  
윤석원의, 「유기농산물 생산·소비·유통·제도에 관한 연구, 1999, p168

## 제 2 절 농산물 소비행태 조사

윤진숙, 문광덕, 이호철. 대구지역 주부들의 농산물과 가공식품 소비에 관한 인식.  
한국식품영양과학회지 27(3) : 543-552, 1998  
손경희, 문수재, 이명희 등. 도시 주부의 식품 소비구조 변화와 미래의 식생활 향상을 위한 연구. 대한가정학회지 26(4) : 53-65, 1998

## 제 3 절 24시간 식이회상법에 의한 농산물의 섭취량 조사

2001년도 국민건강영양조사 심층연계분석-영양조사부문, 2003  
Gibson R.S. Principles of nutritional assessment. Oxford University Press, p.108, 1990

## 제 4 절 주요 농산물의 영양가치 정보 데이터베이스 구축

김미리, 지옥화, 박한용, 전병문. 계절별 절임 무의 특성. 식품과학학회지 34(1):1-7, 2002  
김미리, 박한용, 전병문. 가을무 품종별 깎두기 무 절임 특성. 한국식품영양과학회지 30:25-31, 2001  
강국희, 노봉수, 서정희, 허우덕. 식품분석학 p129-p130. 성균관대학교 출판부, 1998  
신형준. 단백질의 능률적인 분석실험법 (실험지도를 중심으로). 한국식품영양학회지 13(2):207-210, 1990  
계승희, 이주돈, 백희영. HPLC를 이용한 식품의 ascorbic acid 함량의 분석과 조리에 의한 변화. 대한가정학회지 31(4), 1993  
박원봉, 김덕숙. 저장조건에 따른 신선초 생즙의 베타카로틴과 비타민 C의 함량 및 항산화능의 변화. 한국식품과학회지 27(3):375, 1995  
이남경, 운재영, 이서래. 캔 및 병 오렌지쥬스의 저장 중 중금속과 비타민 C 함량의 변화. 한국식품과학회지 27(5):742, 1995

- Wilhelm Stahl, Wolfgang Schwarz, Alfred R. Sundquist, and Helmut Sies. Cis-trans Isomers of Lycopene and  $\beta$ -carotene in Human serum and Tissues. Archives of Biochem and Biophysics 294(1):173, 1992
- Hyoung S. Lee, William S. Castle. Seasonal Changes of Carotenoid Pigments and Color in Hamlin, Earlygold, and Budd Blood Orange Juices. J. Agric. Food Chem 49:877, 2001
- 김미경. Vitamin C와 E 보충 및 금연이 흡연 남자대학생의 혈장내 항산화 비타민 수준과 적혈구내 과산화지질 농도에 미치는 영향. 국민대학교 대학원 석사학위논문, 1998

#### 제 5 절 농산물 이용 음식의 소비행태 조사

- Choon Hie Yu, Jung sug Lee. A study of the Food and Nutrient Intakes of College Students According of their Frequencies of Eating Out. Nutritional Sciences 6(1) : 3 - 11, 2003
- 계승희, 이행신, 박미아, 문현경. 국민영양조사를 이용한 우리나라 다소비 식품의 섭취량에 관한 연구(2) - 음식의 섭취량 조사 분석. 한국식생활문화학회지 11(5) : 581 - 592, 1996
- 김미경, 이지연. 여대생의 영양섭취 실태 및 주요섭취음식의 1인 1회 분량에 관한 연구. 한국식생활문화학회지 9(4) : 401 - 409, 1994
- 문현경, 이삼순, 김정운, 박송이, 한귀정, 유춘희, 백희영, 정금주. 우리나라 농촌지역의 메뉴패턴에 관한 연구(1) - 주요 메뉴패턴 분석. 한국영양학회지 34(8) 936 - 945, 2001
- 문현경, 이삼순, 이정숙, 박송이, 한귀정, 유춘희, 백희영, 정금주. 우리나라 농촌지역의 메뉴패턴에 관한 연구(2) - 지역별 비교. 한국영양학회지 35(6) 658 - 667, 2002
- 보건복지부. 2001 국민건강·영양조사 보고서(영양부분), 2002
- 보건복지부. 2001 국민건강·영양조사 심층연계분석(영양부분), 2003
- 유춘희 외, 농촌식생활 향상을 위한 식생활 평가시스템 개발 연구. 농촌진흥청 연구보고서, 2000

#### 제 6 절 농산물 음식정보 데이터베이스 구축

- 김갑영, 박혜원, 이양자. 영양평가 전산프로그램을 이용한 비빔밥 균형식단의 영

- 양균형성 평가. 한국조리과학회지 8(2) : 227 - 244, 2002
- 김상애, 권순정. 경상남도 일부지역 향토음식의 조리표준화 및 영양분석, 한국식품영양과학회지 33(2) : 405 - 411, 2004
- 농촌생활연구소, 소비자가 알기 쉬운 식품영양가표, 2002
- 신애숙, 안형기. 주요 매체에 게재된 퓨전요리의 레시피 분석. 한국조리과학회지 7(3) : 163 - 178, 2001
- 한경수, 이은정, 표은영, 이현아. 한국음식의 대량생산 표준레시피개발에 관한 연구(1) - 탕반류. 한국조리과학회지 20(3) : 235 - 246, 2004

## ● 제6장 연구개발과정에서 수집한 해외과학정보

- ごはんで作る健康な体, ごはんの持つパワーを探る, 2000
- Tylavsky et al. Fruit and vegetable intakes are an independent predictor of bone size in early pubertal children. Am J Clin Nutr 79 :311-7, 2004
- PK Newby et al. Dietary patterns and changes in body mass index and waist circumference in adults. Am J Clin Nutr 77 : 1417-25, 2003
- Lyn M Steffen et al. Association of whole-grain, refined grain, and fruit and vegetable consumption with risks of all-cause mortality and incident coronary artery disease and ischemic stroke: the Atherosclerosis Risk in Community(ARIC) Study. Am J Clin Nutr 78 : 393-90, 2003
- Jean M Kerver et al. Dietary patterns associated with risk factors for cardiovascular disease in healthy US adults. Am J Clin Nutr 78 : 1103-10, 2003
- Angela D Liese et al. Whole-grain intake and insulin sensitivity : the Insulin Resistance Atherosclerosis Study. Am J Clin Nutr 78 : 965-71, 2003
- Kurf Hoffmann et al. A dietary pattern derived to explain biomarker variation is strongly associated with the risk of coronary artery disease. Am J Clin Nutr 80 : 633-40, 2004
- Katherine L Tucker et al. Food patterns measured by factor analysis and anthropometric changes in adults. Am J Clin Nutr 80 : 504-13, 2004
- Megan A McCrory et al. Dietary variety within food groups : association with energy intake and body fatness in men and women. Am J Clin Nutr 69 :

440-7, 1999

Kantor LS et al. Choose a variety of grains daily, especially whole grain : a challenge for consumers. J. Nutr 131:1473S-86S, 2001

Osler M et al. Food intake patterns and risk of coronary heart disease : a prospective cohort study examining the use of traditional scoring techniques. Eur J Clin Nutr 56 : 568-74, 2002

# 부록 I. 농산물 및 음식 소비행태 조사자료

1. 농산물 소비행태 조사
2. 농산물 이용음식 소비행태 조사
3. 식품소비 모니터링 설문지
4. 식품소비실태 조사 설문지

# 여 백



# 1. 농산물 소비행태 조사

부표 1-1. 본인(주부)의 학력 및 직업

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
학력	초등학교 졸업	9(3.4)	5(2.8)	4(1.8)	2(0.9)	20(2.2)	F=32.563 P=0.001*
	중학교 졸업	28(10.6)	12(6.8)	25(11.0)	12(5.3)	77(8.6)	
	고등학교 졸업	155(58.7)	73(41.5)	119(52.4)	133(58.9)	480(53.8)	
	대학교 졸업 (전문대학포함) 이상	70(26.5)	84(47.7)	78(34.4)	76(33.6)	308(34.5)	
	대학원 졸업 이상	2(0.8)	2(1.1)	1(0.4)	3(1.3)	8(0.9)	
	계	264(29.6)	176(19.7)	227(25.4)	226(25.3)	893(100.0)	
직업	서비스업, 상업	37(13.9)	24(13.8)	22(9.9)	21(9.4)	104(11.8)	F=58.636 P=0.0004*
	생산직	10(3.8)	8(4.6)	7(3.2)	3(1.4)	28(3.2)	
	행상, 단순 노동직	9(3.4)	3(1.7)	2(0.9)	3(1.4)	17(1.9)	
	개인 자영업	22(8.3)	4(2.3)	20(9.0)	10(4.5)	56(6.3)	
	일반 사무직 및 공무원	28(10.5)	10(5.8)	24(10.8)	14(6.3)	76(8.6)	
	고위관리직 종사자	0(0.0)	1(0.6)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.1)	
	전문직 종사자	24(9.0)	19(10.9)	7(3.2)	13(5.8)	63(7.1)	
	군인	1(0.4)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	2(0.2)	
	직업 없음(주부)	130(48.9)	104(59.8)	131(59.0)	155(69.5)	520(58.8)	
	기타	5(1.9)	1(0.6)	9(4.1)	3(1.4)	18(2.0)	
	계	266(30.1)	174(19.7)	222(25.1)	223(25.2)	885(100.0)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

부표 1-2. 남편의 학력 및 직업

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
학력	초등학교 졸업	5(1.9)	2(1.2)	2(0.9)	1(0.5)	10(1.2)	F=23.794 P=0.022*
	중학교 졸업	10(3.9)	5(2.9)	6(2.8)	7(3.2)	28(3.2)	
	고등학교 졸업	120(46.2)	49(28.3)	84(38.5)	82(37.6)	335(38.6)	
	대학교 졸업 (전문대학포함) 이상	114(43.9)	105(60.7)	119(54.6)	123(56.4)	461(53.1)	
	대학원 졸업 이상	11(4.2)	12(6.9)	7(3.2)	5(2.3)	35(4.0)	
	계	260(29.9)	173(19.9)	218(25.1)	218(25.1)	869(100.0)	
직업	서비스업, 상업	31(12.0)	11(6.5)	19(8.7)	21(9.7)	82(9.5)	F=39.664 P=0.055
	생산직	12(4.6)	6(3.5)	10(4.6)	9(4.2)	37(4.3)	
	행상, 단순 노동직	10(3.9)	5(2.9)	1(0.5)	3(1.4)	19(2.2)	
	개인 자영업	78(30.1)	41(24.1)	72(33.0)	58(26.9)	249(28.9)	
	일반 사무직 및 공무원	69(26.6)	49(28.8)	65(29.8)	73(33.8)	256(29.7)	
	고위관리직 종사자	4(1.5)	9(5.3)	6(2.8)	7(3.2)	26(3.0)	
	전문직 종사자	37(14.3)	43(25.3)	40(18.4)	34(15.7)	154(17.8)	
	군인	3(1.2)	2(1.2)	1(0.5)	2(0.9)	8(0.9)	
	직업 없음(주부)	4(1.5)	3(1.8)	0(0.0)	4(1.9)	11(1.3)	
	기타	11(4.3)	1(0.6)	4(1.8)	5(2.3)	21(2.4)	
	계	259(30.0)	170(19.7)	218(25.3)	216(25.0)	863(100.0)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

부표 1-3. 조사대상자의 조사시기별 주택 형태

N(%)

	봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
단독주택	50(18.0)	28(15.3)	31(13.5)	41(17.8)	150(16.3)	F=13.463 P=0.143
아파트	147(52.9)	122(66.7)	135(58.7)	136(59.1)	538(58.5)	
빌라, 연립, 다세대 주택	73(26.3)	32(17.5)	59(25.7)	48(20.9)	212(23.1)	
기타	8(2.9)	1(0.6)	5(2.2)	5(2.2)	19(2.1)	
계	278(30.2)	183(19.9)	230(25.0)	230(25.0)	921(100.0)	

부표 1-4. 곡류의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
쌀	매일	169(88.5)	327(87.0)	157(82.2)	F=12.751 P=0.121
	2~3일에 한번	2(1.1)	6(1.6)	1(0.5)	
	주 1~2회	2(1.1)	0(0)	3(1.6)	
	한달 1~2회	17(8.9)	42(11.2)	27(14.1)	
	안먹음	1(0.5)	1(0.3)	3(1.6)	
보리	매일	51(28.2)	86(23.6)	41(22.0)	F=4.601 P=0.799
	2~3일에 한번	16(8.8)	36(9.9)	23(12.4)	
	주 1~2회	20(11.1)	45(12.4)	20(10.8)	
	한달 1~2회	35(19.3)	79(21.7)	46(24.7)	
	안먹음	59(32.6)	118(32.4)	56(30.1)	
옥수수	매일	1(0.6)	7(2.0)	2(1.2)	F=8.462 P=0.390
	2~3일에 한번	3(1.8)	6(1.7)	0(0.0)	
	주 1~2회	11(6.5)	15(4.2)	9(5.2)	
	한달 1~2회	44(26.0)	81(22.6)	34(19.5)	
	안먹음	110(65.1)	250(69.6)	129(74.1)	
수수	매일	19(11.1)	29(8.1)	13(7.3)	F=9.153 P=0.330
	2~3일에 한번	3(1.8)	8(2.2)	1(0.6)	
	주 1~2회	11(6.4)	22(6.2)	10(5.6)	
	한달 1~2회	23(13.5)	67(18.7)	22(12.4)	
	안먹음	115(67.3)	232(64.8)	132(74.2)	
조	매일	21(12.1)	36(10.1)	13(7.3)	F=6.971 P=0.540
	2~3일에 한번	6(3.5)	9(2.5)	3(1.7)	
	주 1~2회	14(8.1)	30(8.4)	10(5.6)	
	한달 1~2회	24(13.9)	65(18.2)	36(20.2)	
	안먹음	108(62.4)	217(60.8)	116(65.2)	
메밀	매일	0(0.0)	3(0.9)	1(0.6)	F=5.040 P=0.753
	2~3일에 한번	0(0.0)	2(0.6)	0(0.0)	
	주 1~2회	2(1.2)	9(2.6)	6(2.3)	
	한달 1~2회	33(20.3)	62(17.6)	29(16.5)	
	안먹음	128(78.5)	276(78.4)	142(80.7)	
밀가루	매일	3(11.5)	2(2.7)	0(0.0)	F=14.310 P=0.074
	2~3일에 한번	7(26.9)	13(17.6)	7(17.5)	
	주 1~2회	9(34.6)	33(44.6)	11(27.5)	
	한달 1~2회	7(26.9)	25(33.8)	22(55.0)	
	안먹음	0(0.0)	1(1.4)	0(0.0)	
기타 곡류	매일	16(10.7)	29(9.5)	9(5.8)	F=10.385 P=0.239
	2~3일에 한번	93(62.0)	171(55.7)	88(57.1)	
	주 1~2회	14(9.3)	19(6.2)	11(7.1)	
	한달 1~2회	16(10.7)	43(14.0)	24(15.6)	
	안먹음	11(7.3)	45(14.7)	22(14.3)	

부표 1-5. 서류 및 두류의 사회경제적 수준에 따른 이용 빈도

N(%)

		상	중	하	$\chi^2$
감자	매일	0(0.0)	1(0.3)	2(1.1)	F=14.393 P=0.072
	2~3일에 한번	39(20.3)	63(16.8)	28(14.7)	
	주 1~2회	99(51.6)	167(44.5)	86(42.3)	
	한달 1~2회	48(25.0)	139(37.1)	69(36.3)	
	안먹음	6(3.1)	5(1.3)	5(2.6)	
고구마	매일	0(0.0)	3(0.8)	0(0.0)	F=9.827 P=0.277
	2~3일에 한번	10(5.3)	15(4.0)	10(5.3)	
	주 1~2회	42(22.2)	79(21.2)	32(17.0)	
	한달 1~2회	116(61.4)	228(61.3)	111(59.0)	
	안먹음	21(11.1)	47(12.6)	35(18.6)	
콩	매일	49(26.1)	100(26.7)	49(26.1)	F=10.552 P=0.228
	2~3일에 한번	36(19.2)	64(17.1)	46(24.5)	
	주 1~2회	41(21.8)	84(22.5)	37(19.7)	
	한달 1~2회	43(22.9)	97(25.9)	33(17.6)	
	안먹음	19(10.1)	29(7.8)	23(12.2)	
팥	매일	7(3.9)	16(4.5)	3(1.7)	F=13.659 P=0.091
	2~3일에 한번	8(4.5)	13(3.7)	2(1.1)	
	주 1~2회	17(9.6)	24(6.7)	10(5.5)	
	한달 1~2회	61(34.3)	146(41.0)	65(35.9)	
	안먹음	85(47.8)	157(44.1)	101(55.8)	
녹두	매일	3(1.7)	5(1.4)	1(0.6)	F=14.779 P=0.064
	2~3일에 한번	1(0.6)	5(1.4)	1(0.6)	
	주 1~2회	6(3.4)	6(1.7)	2(1.1)	
	한달 1~2회	44(25.0)	76(21.6)	23(13.0)	
	안먹음	122(69.3)	260(73.9)	150(84.8)	
기타 두류	매일	10(7.0)	10(3.5)	5(3.2)	F=13.909 P=0.084
	2~3일에 한번	16(11.2)	28(9.9)	6(3.8)	
	주 1~2회	17(11.9)	38(13.4)	14(8.9)	
	한달 1~2회	39(27.3)	79(27.8)	45(28.7)	
	안먹음	61(42.7)	129(45.4)	87(55.4)	

부표 1-6. 계절별로 건과 및 종실류 구입단위

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
밤	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(1.8)	6(5.1)	2(1.3)	3(2.1)	14(2.4)	F=7.133 P=0.309
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	168(98.3)	112(94.9)	147(98.7)	143(98.0)	570(97.6)	
호두	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(1.4)	3(3.0)	0(0.0)	2(1.7)	7(1.5)	F=3.258 P=0.354
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	138(98.6)	97(97.0)	11(100.0)	113(98.3)	459(98.5)	
잣	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(1.5)	2(2.2)	0(0.0)	2(1.7)	6(1.3)	F=4.600 P=0.596
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	136(98.6)	90(97.8)	115(100.0)	116(98.3)	457(98.7)	
도토리	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(1.5)	0(0.0)	0(0.0)	3(2.7)	5(1.2)	F=10.842 P=0.287
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	133(98.5)	87(100.0)	100(100.0)	107(97.3)	427(98.8)	
은행	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(1.5)	0(0.0)	0(0.0)	3(2.3)	5(1.1)	F=6.957 P=0.325
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	132(98.5)	86(100.0)	121(100.0)	125(97.7)	464(98.9)	
참깨	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	15(6.4)	9(5.6)	7(3.6)	10(5.1)	41(5.2)	F=8.061 P=0.528
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	220(93.6)	152(94.4)	189(96.4)	186(94.9)	747(94.8)	
들깨	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	7(3.9)	4(3.4)	4(2.8)	6(4.2)	21(3.6)	F=0.474 P=0.925
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	173(96.1)	114(96.6)	140(97.2)	138(95.8)	565(96.4)	

부표 1-7. 계절별로 채소류의 구입단위

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
부	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	9(3.7)	3(1.8)	6(2.8)	7(3.5)	25(3.0)	F=1.331
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	235(96.3)	161(98.2)	208(97.2)	195(96.5)	799(97.0)	P=0.722
배추	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	31(12.8)	22(14.0)	30(14.0)	26(13.3)	109(13.5)	F=0.188
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	211(87.2)	135(86.0)	184(86.0)	169(86.7)	699(86.5)	P=0.980
양배추	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(0.9)	1(0.7)	1(0.5)	3(1.8)	7(1.0)	F=5.511
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	213(99.1)	146(97.3)	183(99.5)	163(98.2)	705(99.0)	P=0.480
파	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	6(2.5)	9(5.6)	7(3.3)	5(2.6)	27(3.3)	F=3.553
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	237(97.5)	151(94.4)	206(96.7)	191(97.5)	785(96.7)	P=0.314
생강	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	1(0.5)	2(1.4)	3(1.6)	3(1.9)	9(1.3)	F=1.830
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	221(99.6)	142(98.6)	183(98.4)	159(98.2)	705(98.7)	P=0.608
양파	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	30(12.5)	30(18.5)	30(14.2)	21(10.7)	111(13.7)	F=5.019
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	211(87.6)	132(81.5)	182(85.9)	175(89.3)	700(86.3)	P=0.170
마늘	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	34(14.3)	35(22.0)	38(17.9)	36(19.0)	143(17.9)	F=4.088
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	204(85.7)	124(78.0)	174(82.1)	154(81.1)	656(82.1)	P=0.252
오이	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(0.8)	3(1.9)	3(1.5)	2(1.1)	10(1.3)	F=0.964
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	240(99.2)	158(98.1)	204(98.6)	187(98.9)	789(98.8)	P=0.810
호박	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(1.3)	3(1.9)	2(1.0)	2(1.1)	9(1.2)	F=4.419
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	232(98.7)	154(98.1)	199(99.0)	180(98.9)	766(98.8)	P=0.620
시금치	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	1(0.4)	3(2.1)	2(1.0)	2(1.1)	8(1.1)	F=2.309
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	231(99.6)	142(97.9)	196(99.0)	185(98.9)	754(99.0)	P=0.511

부표 1-7. 계절별로 채소류의 구입단위 (계속)

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
토마토	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	13(5.8)	10(6.7)	6(3.5)	7(4.8)	36(5.2)	F=1.805
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	213(94.3)	140(93.3)	164(96.5)	139(95.2)	656(94.8)	P=0.614
건고추	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	23(11.6)	29(22.5)	29(18.5)	23(15.4)	104(16.4)	F=7.473
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	176(88.4)	100(77.5)	128(81.5)	126(84.6)	530(83.6)	P=0.058
당근	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	4(1.7)	42(2.6)	2(1.0)	4(2.1)	14(1.8)	F=1.445
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	232(98.3)	150(97.4)	202(99.0)	188(97.9)	772(98.2)	P=0.695
상추	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	5(2.1)	2(1.3)	1(0.5)	2(1.1)	10(1.3)	F=2.375
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	229(97.9)	154(98.7)	200(99.5)	183(98.9)	766(98.7)	P=0.498
송이버섯	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(1.5)	2(1.6)	3(1.9)	2(1.5)	10(1.6)	F=0.110
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	194(98.5)	121(98.4)	154(98.1)	133(98.5)	602(98.4)	P=0.991
표고버섯	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	5(2.3)	5(3.3)	3(1.7)	6(3.7)	19(2.7)	F=1.704
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	210(97.7)	145(96.7)	177(98.3)	156(96.3)	688(97.3)	P=0.636
느타리	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(1.4)	1(0.7)	2(1.1)	4(2.3)	10(1.4)	F=1.511
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	208(98.6)	138(99.3)	181(98.9)	174(97.8)	701(98.6)	P=0.680
팽이버섯	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(0.9)	2(1.3)	0(0.0)	3(1.7)	7(0.9)	F=3.149
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	227(99.1)	153(98.7)	189(100.0)	172(98.3)	741(99.1)	P=0.369
기타버섯	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	0(0.0)	1(0.9)	0(0.0)	2(1.7)	3(0.6)	F=4.468
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	161(100.0)	116(99.2)	130(100.0)	116(98.3)	523(99.4)	P=0.215

부표 1-7. 계절별로 채소류의 구입단위 (계속)

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
양송이	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	2(1.0)	1(0.7)	0(0.0)	2(1.4)	5(0.8)	F=2.045 P=0.563
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	199(99.0)	137(99.3)	162(100.0)	164(98.7)	644(99.2)	
산나물	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	1(0.5)	1(0.8)	3(1.8)	5(3.3)	10(1.5)	F=5.397 P=0.115
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	210(99.5)	131(99.2)	161(98.2)	146(96.7)	648(98.5)	
참외	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	7(3.1)	6(3.9)	3(2.4)	4(3.5)	20(3.3)	F=0.480 P=0.923
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	216(96.9)	149(96.1)	120(97.6)	110(96.5)	595(96.8)	
수박	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(1.4)	2(1.3)	0(0.0)	3(2.6)	8(1.3)	F=3.289 P=0.349
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	215(98.6)	156(98.7)	132(100.0)	113(97.4)	616(98.7)	
딸기	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	15(6.7)	10(8.2)	4(3.0)	6(4.0)	35(5.6)	F=4.508 P=0.212
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	209(93.3)	112(91.8)	129(97.0)	144(96.0)	594(94.4)	
미나리	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.5)	2(0.3)	F=7.437 P=0.059
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	211(100.0)	126(100.0)	156(100.0)	131(98.5)	624(99.7)	
가지	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(1.6)	0(0.0)	1(0.7)	2(1.5)	5(0.8)	F=7.668 P=0.263
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	183(98.4)	141(100.0)	151(99.3)	129(98.5)	605(99.2)	



부표 1-7. 계절별로 채소류의 구입단위 (계속)

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
쪽갓	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	0(0.0)	1(0.8)	0(0.0)	3(2.0)	4(0.6)	F=13.879 P=0.031*
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	199(100.0)	130(99.2)	159(100.0)	144(98.0)	632(99.4)	
풋고추	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	4(1.8)	0(0.0)	3(1.5)	2(1.1)	9(1.2)	F=4.507 P=0.608
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	224(98.3)	153(100.0)	194(98.5)	174(98.9)	745(98.8)	
멜론	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	0(0.0)	1(0.9)	1(0.8)	3(3.0)	5(1.0)	F=7.489 P=0.278
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	152(100.0)	107(99.1)	120(99.2)	98(97.0)	477(99.0)	
샐러리	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	1(0.7)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.9)	2(0.4)	F=1.687 P=0.640
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	147(99.3)	95(100.0)	110(100.0)	108(99.1)	460(99.6)	
양상추	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	1(0.5)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.4)	3(0.5)	F=3.864 P=0.277
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	188(99.5)	128(100.0)	160(100.0)	142(98.6)	618(99.5)	
피망	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.4)	2(0.3)	F=6.535 P=0.088
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	183(100.0)	135(100.0)	151(100.0)	142(98.6)	611(99.7)	

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

부표 1-8. 계절별로 수산물 및 축산물의 구입단위

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
고등어	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	6(2.3)	3(1.8)	3(1.5)	8(3.9)	20(2.4)	F=3.061
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	250(97.7)	164(98.2)	201(98.5)	198(96.1)	810(57.6)	P=0.382
굴비	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	13(6.1)	18(11.8)	20(11.8)	18(10.0)	69(9.6)	F=4.878
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	201(93.9)	134(88.2)	150(88.2)	162(90.0)	647(90.4)	P=0.181
갈치	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	3(1.3)	2(1.3)	5(2.8)	4(2.1)	14(1.8)	F=1.615
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	228(98.7)	157(98.7)	175(97.2)	188(97.9)	748(98.2)	P=0.656
계장	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	14(7.8)	6(5.2)	14(10.6)	5(3.7)	39(6.9)	F=5.839
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	165(92.2)	110(94.8)	118(89.4)	132(96.4)	525(93.1)	P=0.120
기타 수산물	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	4(2.2)	4(3.3)	2(1.5)	6(4.0)	16(2.7)	F=1.972
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	181(97.8)	119(96.8)	131(98.5)	164(96.1)	577(97.3)	P=0.572
쇠고기	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	5(2.1)	5(3.0)	2(1.0)	2(1.1)	14(1.8)	F=2.769
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	238(97.9)	164(97.0)	199(99.0)	187(98.9)	788(98.3)	P=0.429
돼지고기	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	5(2.0)	4(2.4)	2(1.0)	2(1.0)	13(1.6)	F=1.824
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	247(98.0)	165(97.6)	203(99.0)	195(99.0)	810(98.4)	P=0.610
닭고기	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.0)	0(0.0)	2(0.6)	F=1.335
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	130(100.0)	0(0.0)	194(99.0)	0(0.0)	324(99.4)	P=0.248
기타육류 (예. 오리고기 등)	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	1(1.2)	1(0.3)	F=3.402
	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)	114(100.0)	83(100.0)	88(100.0)	83(98.8)	368(99.7)	P=0.334

부표 1-9. 견과류 및 과일류의 구입형태

N(%)

식품명	원래대로	손질한 것(세척된 것)	가공된 것(가루형태)	$\chi^2$
견과 및 종실류	밤	440(73.6)	147(24.6)	11(1.8) F=840.381 P=0.0001*
	호두	248(51.8)	208(43.4)	23(4.8) F=180.480 P=0.0001*
	잣	139(29.3)	309(65.2)	26(5.5) F=256.873 P=0.0001*
	도토리	117(26.8)	149(34.2)	170(39.0) F=9.803 P=0.0001*
	은행	193(41.4)	238(51.1)	35(7.5) F=347.167 P=0.0001*
	참깨	294(37.0)	230(29.0)	270(34.0) F=272.247 P=0.0001*
	들깨	224(38.0)	196(33.2)	170(28.8) F=203.912 P=0.0001*
과일류	사과	803(92.9)	59(6.8)	2(0.2) F=1387.021 P=0.0001*
	배	683(92.8)	50(6.8)	3(0.4) F=1175.677 P=0.0001*
	단감	638(91.9)	53(7.6)	3(0.4) F=1077.738 P=0.0001*
	포도	595(91.3)	54(8.3)	3(0.5) F=990.408 P=0.0001*
	복숭아	527(89.6)	49(8.3)	12(2.0) F=841.969 P=0.0001*
	귤	685(92.7)	51(6.9)	3(0.4) F=1814.369 P=0.0001*
	유자	259(55.7)	54(11.6)	152(32.7) F=334.957 P=0.0001*
	자두	429(90.3)	41(8.6)	5(1.1) F=1088.512 P=0.0001*
	참다래	439(90.1)	38(7.8)	10(2.1) F=709.704 P=0.0001*
	기타과실류	433(89.8)	39(8.1)	10(2.1) F=695.033 P=0.0001*

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

부표 1-10. 채소류의 구입형태

N(%)

식품명	원래대로	손질한 것(세척된 것)	가공된 것(가루형태)	$\chi^2$
무	789(89.6)	80(9.1)	12(1.4)	F=1261.106 P=0.0001*
토마토	637(86.7)	94(12.8)	4(0.5)	F=957.331 P=0.0001*
건고추	450(67.8)	147(22.1)	67(10.1)	F=368.822 P=0.0001*
당근	112(86.8)	17(13.2)	0(0.0)	F=69.961 P=0.0001*
상추	699(84.5)	119(14.4)	9(1.1)	F=997.098 P=0.0001*
송이버섯	480(73.9)	153(23.5)	17(2.6)	F=522.760 P=0.0001*
표고버섯	558(74.2)	171(22.7)	23(3.1)	F=608.907 P=0.0001*
느타리	572(76.0)	166(22.1)	15(2.0)	F=661.203 P=0.0001*
팽이버섯	558(70.5)	215(27.2)	18(2.3)	F=566.445 P=0.0001*
기타버섯	407(74.3)	127(23.2)	14(2.6)	F=448.208 P=0.0001*
양송이	498(73.3)	165(24.3)	16(2.4)	F=538.165 P=0.0001*
산나물	514(73.1)	127(18.1)	62(8.8)	F=509.670 P=0.0001*
참외	562(87.5)	75(11.7)	5(0.8)	F=860.308 P=0.0001*
수박	574(88.2)	72(11.1)	5(0.8)	F=891.327 P=0.0001*
딸기	546(83.5)	103(15.8)	5(0.8)	F=762.284 P=0.0001*
미나리	553(83.0)	99(14.9)	14(2.1)	F=756.550 P=0.0001*
가지	547(85.7)	82(12.9)	9(1.4)	F=800.937 P=0.0001*
쭈갓	561(83.0)	103(15.2)	12(1.8)	F=768.411 P=0.0001*
풋고추	659(82.8)	130(16.3)	7(0.9)	F=1470.191 P=0.0001*
멜론	426(84.7)	72(14.3)	5(1.0)	F=610.429 P=0.0001*
샐러디	359(75.1)	105(22.0)	14(2.9)	F=401.301 P=0.0001*
양상추	484(74.4)	154(23.7)	13(2.0)	F=538.590 P=0.0001*
피망	500(78.0)	133(20.8)	8(1.3)	F=612.134 P=0.0001*
기타채소	407(81.7)	83(16.7)	8(1.6)	F=541.771 P=0.0001*

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

부표 1-11. 수산물 및 축산물의 구입형태

N(%)

식품명	원래대로	손질한 것(세척된 것)	가공된 것(가루형태)	$\chi^2$
굴비	420(57.2)	268(36.5)	46(6.3)	F=289.188 P=0.0001*
갈치	441(56.6)	323(41.5)	15(1.9)	F=372.611 P=0.0001*
계장	267(47.1)	129(22.8)	171(30.2)	F=52.952 P=0.0001*
기타수산물	323(54.1)	239(40.0)	35(5.9)	F=220.462 P=0.0001*
쇠고기	439(54.5)	338(41.9)	29(3.6)	F=339.680 P=0.0001*
돼지고기	417(50.6)	340(41.3)	67(8.1)	F=246.308 P=0.0001*
닭고기	332(43.5)	366(48.0)	65(8.5)	F=213.691 P=0.0001*
기타육류 (예.오리고기 등)	150(41.6)	157(43.5)	54(15.0)	F=190.280 P=0.0001*

\* : significant at  $\alpha=0.05$  level by  $\chi^2$ -test

부표 1-12. 홈쇼핑에서 판매되는 식품의 계절별 요리방법 비교

N(%)

		국 · 탕	찌개	구이	찜	전 · 부침 · 튀김	볶음 · 조림	밥 · 죽 · 국수	기타	$\chi^2$
쇠고기	봄	94(38.8)	15(6.2)	51(21.1)	18(7.4)	9(3.7)	50(20.7)	3(1.2)	2(0.8)	F=25.704 P=0.218
	여름	152(37.2)	35(8.6)	75(18.3)	49(12.0)	14(3.4)	77(18.8)	6(1.5)	1(0.2)	
	가을	170(42.0)	34(8.4)	79(19.5)	38(9.4)	14(3.5)	66(16.3)	2(0.5)	2(0.5)	
	겨울	197(43.7)	30(6.7)	61(13.5)	45(10.0)	12(2.7)	94(20.8)	11(2.4)	1(0.2)	
전체		613(40.7)	114(7.6)	266(17.7)	15(10.0)	49(3.3)	287(19.0)	22(1.5)	6(0.4)	
닭고기	봄	35(16.6)	4(1.9)	11(5.2)	59(28.0)	27(12.8)	54(25.6)	21(10.0)	0(0.0)	F=15.049 P=0.821
	여름	62(20.5)	9(3.0)	19(6.3)	89(29.5)	33(10.9)	64(21.2)	23(7.6)	3(1.0)	
	가을	79(21.9)	11(3.1)	27(7.5)	105(29.2)	34(9.4)	82(22.8)	22(6.1)	0(0.0)	
	겨울	67(19.9)	9(2.7)	23(6.9)	97(28.9)	32(9.5)	76(22.6)	29(8.6)	3(0.9)	
전체		243(20.1)	33(2.7)	80(6.6)	350(29.0)	126(10.4)	276(22.8)	95(7.9)	6(0.5)	
돼지고기	봄	9(4.1)	61(28.0)	70(32.1)	15(6.9)	8(3.7)	54(24.8)	1(0.5)	0(0.0)	F=16.021 P=0.768
	여름	19(6.0)	88(27.8)	105(33.1)	19(6.0)	18(5.7)	67(21.1)	0(0.0)	1(0.3)	
	가을	22(5.5)	107(26.9)	128(32.2)	26(6.5)	18(4.5)	97(24.4)	0(0.0)	0(0.0)	
	겨울	17(4.0)	136(31.6)	132(30.7)	32(7.4)	21(4.9)	87(20.2)	2(0.5)	3(0.7)	
전체		67(4.9)	392(28.8)	435(31.9)	92(6.8)	65(4.8)	305(22.4)	3(0.2)	4(0.3)	
고등어	봄	0(0.0)	21(10.6)	91(46.0)	12(6.1)	9(4.6)	64(32.3)	1(0.5)	0(0.0)	F=23.096 P=0.339
	여름	2(0.7)	28(9.9)	134(47.5)	21(7.5)	11(3.9)	85(30.1)	1(0.4)	0(0.0)	
	가을	5(1.5)	29(8.9)	161(49.5)	25(7.7)	18(5.5)	87(26.8)	0(0.0)	0(0.0)	
	겨울	1(0.3)	15(4.3)	182(52.0)	24(6.9)	18(5.1)	107(30.6)	2(0.6)	1(0.3)	
전체		8(0.7)	93(8.1)	568(49.2)	82(7.1)	56(4.9)	343(29.7)	4(4)	1(0.1)	

(계속)

N(%)

		국 · 탕	찌개	구이	찜	전 · 부침 · 튀김	볶음 · 조림	밥 · 죽 · 국수	기타	$\chi^2$
갈치	봄	2(1.0)	16(8.1)	99(50.0)	11(5.6)	13(6.6)	55(27.8)	1(0.5)	1(0.5)	F=16.604 P=0.735
	여름	2(0.8)	17(6.6)	139(54.1)	20(7.8)	17(6.6)	61(23.7)	1(0.4)	0(0.0)	
	가을	2(0.6)	27(8.7)	162(52.1)	13(4.2)	26(8.4)	81(26.1)	0(0.0)	0(0.0)	
	겨울	0(0.0)	24(6.9)	178(51.5)	17(4.9)	27(7.8)	98(28.3)	2(0.6)	0(0.0)	
전체		6(0.5)	84(7.6)	578(52.0)	61(5.5)	83(7.5)	295(26.5)	4(0.4)	1(0.1)	
굴비	봄	4(2.6)	11(7.1)	103(66.5)	6(3.9)	14(9.0)	15(9.7)	1(0.7)	1(0.7)	F=16.110 P=0.764
	여름	2(0.9)	22(9.6)	154(67.3)	14(6.1)	17(7.4)	18(7.9)	1(0.4)	1(0.4)	
	가을	7(2.7)	18(6.9)	189(72.1)	16(6.1)	14(5.3)	15(5.7)	1(0.4)	2(0.8)	
	겨울	3(1.1)	16(5.9)	196(72.1)	19(7.0)	20(7.4)	13(4.8)	2(0.7)	3(1.1)	
전체		16(1.7)	67(7.3)	642(69.9)	55(6.0)	65(7.1)	61(6.6)	5(0.5)	7(0.8)	
옥돔	봄	5(3.9)	13(10.2)	80(63.0)	13(10.2)	4(3.2)	6(4.7)	2(1.6)	4(3.2)	F=25.366 P=0.232
	여름	4(2.1)	6(3.2)	123(65.8)	23(12.3)	7(3.7)	11(5.9)	1(0.5)	12(6.4)	
	가을	9(4.2)	12(5.6)	130(60.8)	28(13.1)	12(5.6)	6(2.8)	1(0.5)	16(7.5)	
	겨울	7(3.2)	7(3.2)	159(72.3)	22(10.0)	7(3.2)	9(4.1)	1(0.5)	8(3.6)	
전체		25(3.3)	38(5.1)	492(65.8)	86(11.5)	30(4.0)	32(4.3)	5(0.7)	40(5.4)	
새우	봄	26(12.3)	43(20.3)	18(8.5)	16(7.6)	54(25.5)	53(25.0)	2(0.9)	0(0.0)	F=31.944 P=0.059
	여름	49(16.8)	46(15.8)	40(13.7)	19(6.5)	79(27.1)	55(18.8)	4(1.4)	0(0.0)	
	가을	53(15.9)	50(15.0)	63(18.9)	27(8.1)	83(24.9)	54(16.2)	2(0.6)	2(0.6)	
	겨울	57(15.1)	72(19.1)	65(17.2)	27(7.2)	86(22.8)	61(16.2)	4(1.1)	5(1.3)	
전체		185(15.2)	211(17.4)	186(15.3)	89(7.3)	302(24.9)	223(18.4)	12(1.0)	7(0.6)	

부표 1-13. 계절별로 홈쇼핑을 통해 상품 구입시 선호하는 상품의 품질 비교

N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
양념 돼지 갈비	특상품	55(45.1)	86(51.5)	90(45.0)	100(47.2)	331(47.2)	F=4.871 P=0.845
	상품	58(47.5)	71(42.5)	98(49.0)	100(47.2)	327(46.7)	
	중품	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
	하품	9(7.4)	10(6.0)	11(5.5)	12(5.7)	42(6.0)	
	최하품	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	0(0.0)	1(0.1)	
양념 소갈비	특상품	60(48.8)	88(52.4)	95(47.5)	106(50.5)	349(49.8)	F=3.833 P=0.922
	상품	56(45.5)	73(43.5)	95(47.5)	93(44.3)	317(45.2)	
	중품	7(5.7)	7(4.2)	9(4.5)	11(5.2)	34(4.9)	
	하품	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
	최하품	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	0(0.0)	1(0.1)	
사골, 우족	특상품	68(55.3)	107(63.7)	120(60.0)	119(56.7)	414(59.1)	F=10.857 P=0.286
	상품	48(39.0)	55(32.7)	74(37.0)	88(41.9)	265(37.8)	
	중품	7(5.7)	6(3.6)	5(2.5)	3(1.4)	21(3.0)	
	하품	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
	최하품	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	0(0.0)	1(0.1)	
고등어	특상품	47(39.5)	71(42.3)	79(39.3)	95(44.6)	292(41.7)	F=4.821 P=0.850
	상품	62(52.1)	81(48.2)	101(50.3)	103(48.4)	347(49.5)	
	중품	10(8.4)	16(9.5)	20(10.0)	15(7.0)	61(8.7)	
	하품	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
	최하품	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	0(0.0)	1(0.1)	
갈치	특상품	45(37.8)	75(44.4)	80(39.6)	98(46.2)	298(42.5)	F=7.521 P=0.583
	상품	64(53.8)	82(48.5)	100(49.5)	101(47.6)	347(49.4)	
	중품	10(8.4)	12(7.1)	21(10.4)	13(6.1)	56(8.0)	
	하품	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
	최하품	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	0(0.0)	1(0.1)	
굴비	특상품	52(43.7)	79(46.8)	89(44.1)	101(47.4)	321(45.7)	F=3.927 P=0.916
	상품	58(48.7)	74(43.8)	96(47.5)	96(45.1)	324(46.1)	
	중품	9(4.6)	16(9.5)	16(7.9)	16(7.5)	57(8.1)	
	하품	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
	최하품	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	0(0.0)	1(0.1)	
육뚝	특상품	54(45.4)	80(47.3)	92(46.0)	101(48.1)	327(46.9)	F=6.948 P=0.643
	상품	56(47.1)	72(42.6)	91(45.5)	95(45.2)	314(45.0)	
	중품	9(7.6)	17(10.1)	15(7.5)	14(6.7)	55(7.9)	
	하품	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
	최하품	0(0.0)	0(0.0)	2(1.0)	0(0.0)	2(0.3)	

(계속)



N(%)

		봄	여름	가을	겨울	전체	$\chi^2$
새우	특상품	45(37.8)	75(44.6)	74(37.0)	90(42.7)	284(40.7)	F=8.740 P=0.725
	상품	59(49.6)	69(41.1)	97(48.5)	100(47.4)	325(46.6)	
	중품	14(11.8)	23(13.7)	27(13.5)	21(10.0)	85(12.2)	
	하품	1(0.8)	1(0.6)	1(0.5)	0(0.0)	3(0.4)	
	최하품	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	0(0.0)	1(0.1)	
게장	특상품	51(42.9)	94(56.0)	95(48.0)	98(47.3)	338(48.8)	F=12.941 P=0.373
	상품	55(46.2)	63(37.5)	80(40.4)	96(46.4)	294(42.5)	
	중품	12(10.1)	10(6.0)	21(10.6)	13(6.3)	56(8.1)	
	하품	1(0.8)	1(0.6)	1(0.5)	0(0.0)	3(0.4)	
	최하품	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	0(0.0)	1(0.1)	
사과	특상품	49(40.8)	74(44.1)	88(43.6)	85(39.7)	296(42.1)	F=9.593 P=0.652
	상품	57(47.5)	79(47.0)	89(44.1)	108(50.5)	333(47.3)	
	중품	14(11.7)	15(8.9)	22(10.9)	21(9.8)	72(10.2)	
	하품	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	0(0.0)	1(0.1)	
	최하품	0(0.0)	0(0.0)	2(1.0)	0(0.0)	2(0.3)	
배	특상품	48(40.0)	77(45.8)	91(45.3)	92(43.2)	308(43.9)	F=8.923 P=0.710
	상품	59(49.2)	75(44.6)	87(43.3)	99(46.5)	320(45.6)	
	중품	13(10.8)	16(9.5)	20(10.0)	22(10.3)	71(10.1)	
	하품	0(0.0)	0(0.0)	1(0.5)	0(0.0)	1(0.1)	
	최하품	0(0.0)	0(0.0)	2(1.0)	0(0.0)	2(0.3)	

## 2. 농산물 이용음식 소비행태 조사

부표 2-1. 각 계절에 주로 조리한다고 응답한 다빈도 음식(곡류)

N(%)

순위	음식명(n)	봄	여름	가을	겨울
1	잡채(24)	1(0.28)	5(0.92)	2(0.32)	16(2.11)
2	카레라이스(18)	1(0.28)	6(1.10)	3(0.48)	8(1.06)
3	부추전(11)	3(0.83)	6(1.10)	2(0.32)	0(0.00)
4	떡만두국(8)	1(0.28)	0(0.00)	0(0.00)	7(0.92)
5	비빔밥(7)	1(0.28)	3(0.55)	1(0.16)	2(0.26)
6	칼국수(7)	1(0.28)	0(0.00)	2(0.32)	4(0.53)
7	콩국수(7)	0(0.00)	7(1.28)	0(0.00)	0(0.00)
8	떡국(6)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	5(0.66)
9	오곡밥(6)	0(0.00)	2(0.37)	0(0.00)	4(0.53)
10	파전(6)	0(0.00)	4(0.73)	2(0.32)	0(0.00)
11	김치전(5)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	4(0.53)
12	냉면(4)	0(0.00)	4(0.73)	0(0.00)	0(0.00)
13	쌈밥(4)	1(0.28)	1(0.18)	1(0.16)	1(0.13)
14	콩나물밥(4)	0(0.00)	2(0.37)	0(0.00)	2(0.26)
15	떡볶이(3)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	2(0.26)
16	김치수제비(3)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	2(0.26)
17	수제비(3)	0(0.00)	2(0.37)	1(0.16)	0(0.00)
18	국수(2)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.32)	0(0.00)
19	나물비빔밥(2)	0(0.00)	1(0.18)	1(0.16)	0(0.00)
20	동치미국수(2)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.26)

부표 2-2. 각 계절에 주로 이용한다고 응답한 다빈도 음식(서류)

N(%)

순위	음식명	봄	여름	가을	겨울
1	감자조림(23)	3(0.83)	7(1.28)	2(0.32)	11(1.45)
2	감자볶음(20)	4(1.10)	8(1.47)	4(0.64)	4(0.53)
3	감자국(6)	0(0.00)	3(0.55)	0(0.00)	3(0.40)
4	감자채볶음(6)	0(0.00)	2(0.37)	2(0.32)	2(0.26)
5	감자전(5)	0(0.00)	1(0.18)	2(0.32)	2(0.26)
6	감자탕(4)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	3(0.40)
7	감자수제비(3)	1(0.28)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.26)
8	고구마맛탕(3)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	2(0.26)
9	고구마튀김(3)	1(0.28)	0(0.00)	2(0.32)	0(0.00)
10	감자당근볶음(2)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	1(0.13)
11	알감자조림(2)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	1(0.13)
12	뼈다귀감자탕(1)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	0(0.00)
13	삶은감자(1)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	0(0.00)
14	감자고추튀김(1)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	0(0.00)
15	감자부침(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
16	감자빈대떡(1)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	0(0.00)
17	감자샐러드(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
18	감자튀김(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
19	고구마구이(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
20	고구마샐러드(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)

부표 2-3. 각 계절에 주로 이용한다고 응답한 다빈도 음식(과일, 채소류)

N(%)

과일류					
순위	음식명	봄	여름	가을	겨울
1	과일샐러드(3)	0(0.00)	1(0.18)	1(0.16)	1(0.13)
2	과일(1)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	0(0.00)
3	딸기샐러드(1)	1(0.28)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)
채소류					
순위	음식명	봄	여름	가을	겨울
1	시금치나물(61)	11(3.04)	3(0.55)	22(3.50)	25(3.30)
2	콩나물무침(60)	6(1.66)	13(2.39)	18(2.86)	23(3.04)
3	김치찌개(53)	2(.55)	6(1.10)	9(1.43)	36(4.75)
4	쭈국(43)	12(3.31)	11(2.02)	19(3.02)	1(0.13)
5	냉이국(41)	7(1.93)	7(1.28)	25(3.97)	2(0.26)
6	오이무침(33)	6(1.66)	10(1.83)	8(1.27)	9(1.19)
7	취나물(33)	7(1.93)	9(1.65)	14(22.23)	3(0.40)
8	달래무침(31)	5(1.38)	4(0.73)	22(3.50)	0(0.00)
9	냉이무침(24)	5(1.38)	2(0.37)	17(2.70)	0(0.00)
10	배추김치(24)	2(0.55)	3(0.55)	3(0.48)	16(2.11)
11	미나리무침(22)	10(2.76)	5(0.92)	5(0.79)	2(0.26)
12	시금치무침(21)	3(0.83)	3(0.55)	10(1.59)	5(0.66)
13	취나물무침(21)	11(3.04)	4(0.73)	4(0.64)	2(0.26)
14	열무김치(20)	1(1.10)	5(0.92)	10(1.59)	1(0.13)
15	오이생채(19)	6(1.66)	6(1.10)	4(0.64)	3(0.40)
16	콩나물국(19)	4(1.10)	4(0.73)	5(0.79)	6(0.79)
17	무생채(18)	1(0.28)	1(0.55)	11(1.75)	3(0.40)
18	냉이된장국(17)	6(1.66)	3(0.55)	8(1.27)	0(0.00)
19	dot나물무침(17)	13(3.59)	1(0.18)	3(0.48)	0(0.00)
20	오이소박이(17)	9(2.49)	4(0.73)	3(0.48)	1(5.88)

부표 2-4. 각 계절에 주로 이용한다고 응답한 다빈도 음식(육류, 난류)

N(%)

육류					
순위	음식명	봄	여름	가을	겨울
1	삼계탕(19)	0(0.00)	13(2.39)	2(0.32)	4(0.53)
2	불고기(15)	1(0.28)	0(0.00)	1(0.16)	13(1.72)
3	닭도리탕(12)	3(0.83)	7(1.28)	1(0.16)	1(0.13)
4	만두(10)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	10(1.32)
5	쇠고기국(7)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.32)	5(0.66)
6	쇠고기무국(6)	1(0.28)	1(0.18)	1(0.16)	3(0.40)
7	김치만두(5)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	4(0.53)
8	삼겹살구이(4)	3(0.83)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
9	육개장(4)	0(0.00)	4(0.73)	0(0.00)	0(0.00)
10	장조림(3)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	2(0.26)
11	갈비찜(3)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	2(0.26)
12	닭백숙(3)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	2(0.26)
13	버섯불고기(2)	1(0.28)	0(0.00)	1(0.16)	0(0.00)
14	사골곰탕(2)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.26)
15	사골국(2)	0(0.00)	2(0.37)	0(0.00)	0(0.00)
16	쇠고기장조림(2)	0(0.00)	1(0.18)	1(0.16)	0(0.00)
17	제육볶음(2)	1(0.28)	0(0.00)	1(0.16)	0(0.00)
18	고추장불고기(2)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.26)
19	닭죽(2)	0(0.00)	1(0.18)	1(0.16)	0(0.00)
20	닭찜(2)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	1(0.13)
난류					
순위	음식명	봄	여름	가을	겨울
1	계란찜(8)	1(0.28)	1(0.18)	4(0.64)	2(0.26)
2	계란말이(2)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	1(0.13)
3	계란장조림(2)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	1(0.13)
4	메추리알조림(2)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	1(0.13)
5	계란숙갓말이(1)	1(0.28)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)
6	계란탕(1)	1(0.28)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)
7	메추리알장조림(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
8	부추계란볶음(1)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	0(0.00)

부표 2-5. 각 계절에 주로 이용한다고 응답한 다빈도 음식(두류, 견과류)

N(%)

두류					
순위	음식명	봄	여름	가을	겨울
1	콩자반(11)	3(0.83)	4(0.73)	1(0.16)	3(0.40)
2	두부조림(6)	2(0.55)	0(0.00)	1(0.16)	3(0.40)
3	마파두부(4)	0(0.00)	3(0.37)	0(0.00)	2(0.26)
4	콩비지찌개(4)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	3(0.40)
5	녹두빈대떡(3)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	3(0.40)
6	두부김치(3)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	3(0.40)
7	두부된장찌개(3)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	2(0.26)
8	팥죽(3)	0(0.00)	2(0.37)	0(0.00)	1(0.13)
9	녹두전(2)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.26)
10	두부부침(2)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.26)
11	두부찌개(2)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.26)
12	녹두부침(2)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.26)
13	강남콩튀김(1)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	0(0.00)
14	두부구이(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
15	두부전골(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
16	두부찜(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
17	두부튀김(1)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	0(0.00)
18	팥빙수(1)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	0(0.00)
19	팥칼국수(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
20	콩비지(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
견과류					
순위	음식명	봄	여름	가을	겨울
1	도토리묵무침(10)	0(0.00)	2(0.37)	4(0.64)	4(0.53)
2	도토리묵(1)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	0(0.00)
3	땅콩조림(1)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	0(0.00)

부표 2-6. 각 계절에 주로 이용한다고 응답한 다빈도 음식(버섯류)

N(%)

순위	음식명	봄	여름	가을	겨울
1	버섯전골(8)	0(0.00)	1(0.18)	1(0.16)	6(0.79)
2	버섯볶음(7)	0(0.00)	0(0.00)	3(0.48)	4(0.53)
3	표고버섯볶음(5)	2(0.55)	1(0.18)	0(0.00)	2(0.26)
4	느타리버섯볶음(4)	1(0.28)	0(0.00)	1(0.16)	2(0.26)
5	버섯찌개(2)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.26)
6	버섯탕(2)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	1(0.13)
7	새송이버섯구이(2)	0(0.00)	1(0.18)	1(0.16)	0(0.00)
8	새송이버섯볶음(2)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.26)
9	양송이버섯볶음(2)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	2(0.26)
10	팽이버섯전(2)	1(0.28)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
11	느타리버섯튀김(1)	0(0.00)	1(0.18)	0(0.00)	0(0.00)
12	느타리야채볶음(1)	1(0.28)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)
13	버섯덮밥(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)
14	버섯된장찌개(1)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	0(0.00)
15	버섯매운탕(1)	1(0.28)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)
16	버섯무침(1)	1(0.28)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)
17	버섯야채볶음(2)	0(0.00)	1(0.18)	1(0.16)	0(0.00)
18	버섯야채전(1)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	0(0.00)
19	버섯잡채(1)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.16)	0(0.00)
20	버섯장아찌(1)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.13)

## 2. 식이조사를 통하여 조사된 계절별 다빈도 음식

부표 2-7. 다빈도 음식의 계절별 분포 - 주식류

N(%)

순위	음식명(n)	섭취량(g)	봄	여름	가을	겨울
1	쌀밥(762)	81.1±20.6	134(8.43)	175(7.72)	256(8.35)	197(6.21)
2	잡곡밥(290)	81.1±24.2	47(2.96)	54(2.38)	71(2.32)	118(3.72)
3	콩밥(125)	91.7±23.4	10(0.63)	23(1.01)	45(1.47)	47(1.48)
4	현미밥(81)	78.2±19.4	10(0.63)	12(0.53)	31(1.01)	28(0.88)
5	보리밥(74)	91.6±19.8	14(0.88)	24(1.06)	28(0.91)	8(0.25)
6	라면(61)	133.0±35.7	12(0.76)	10(0.44)	13(0.42)	26(0.82)
7	롤빵-소프트롤(54)	72.6±21.2	9(0.57)	13(0.57)	13(0.42)	19(0.60)
8	식빵(49)	76.4±38.4	6(0.38)	20(0.88)	10(0.33)	13(0.41)
9	칼국수(48)	227.9±34.7	3(0.19)	12(0.53)	19(0.62)	14(0.44)
10	김밥(38)	151.2±41.5	15(0.94)	5(0.22)	5(0.16)	13(0.41)
11	비빔밥(37)	238.5±61.8	6(0.38)	8(0.35)	12(0.39)	11(0.35)
12	흑미밥(28)	81.4±18.9	6(0.38)	2(0.09)	4(0.13)	16(0.50)
13	떡볶기(26)	110.6±31.5	5(0.31)	5(0.22)	3(0.10)	13(0.41)
14	돈육카레라이스(24)	200.9±52.8	6(0.38)	7(0.31)	8(0.26)	3(0.09)
15	물냉면(23)	184.9±56.1	7(0.44)	11(0.49)	2(0.07)	3(0.09)
16	김치볶음밥(22)	183.9±43.4	5(0.31)	6(0.26)	6(0.20)	5(0.16)
17	국수장국(21)	157.2±28.2	5(0.31)	6(0.26)	6(0.20)	4(0.13)
18	떡국(19)	179.1±23.4	0(0.00)	0(0.00)	3(0.10)	16(0.50)
19	자장면(17)	306.4±54.1	1(0.06)	5(0.22)	8(0.26)	3(0.09)
20	씨리얼(17)	79.6±21.6	3(0.19)	6(0.26)	5(0.16)	3(0.09)



부표 2-8. 다빈도 음식의 계절별 분포 - 국, 찌개류

N(%)

순위	음식명(n)	섭취량(g)	봄	여름	가을	겨울
1	된장찌개(170)	91.3±30.6	33(2.08)	55(2.43)	44(1.44)	38(1.20)
2	미역국(142)	30.0±10.4	28(1.76)	38(1.68)	44(1.44)	32(1.01)
3	돈육김치찌개(88)	102.5±34.5	17(1.07)	14(0.62)	20(0.65)	37(1.17)
4	콩나물국(79)	56.7±18.0	12(0.76)	18(0.79)	27(0.88)	22(0.69)
5	두부된장국(51)	92.6±29.7	4(0.25)	13(0.57)	25(0.82)	9(0.28)
6	순두부찌개(36)	161.5±36.2	7(0.44)	1(0.04)	14(0.46)	14(0.44)
7	참치김치찌개(36)	110.9±29.4	8(0.50)	5(0.22)	11(0.36)	12(0.38)
8	시래기된장국(33)	65.7±14.9	3(0.19)	2(0.09)	19(0.62)	9(0.28)
9	매추된장국(31)	84.9±23.3	4(0.25)	3(0.13)	12(0.39)	12(0.38)
10	쇠고기무국(29)	84.7±17.4	5(0.31)	5(0.22)	12(0.39)	7(0.22)
11	시금치된장국(26)	67.9±13.4	0(0.00)	3(0.19)	7(0.23)	16(0.50)
12	복어국(25)	50.8±14.1	2(0.13)	6(0.26)	7(0.23)	10(0.32)
13	청국장찌개(25)	90.2±37.3	1(0.06)	3(0.13)	10(0.33)	11(0.35)
14	동태찌개(24)	132.4±46.7	4(0.25)	3(0.13)	4(0.13)	13(0.41)
15	김치국(23)	67.3±29.8	1(0.06)	4(0.18)	7(0.23)	11(0.35)
16	어묵국(16)	110.4±22.8	3(0.19)	4(0.18)	5(0.16)	4(0.13)
17	계란국(15)	40.2±2.6	5(0.31)	2(0.09)	6(0.20)	2(0.06)
18	무국(15)	94.6±21.7	2(0.13)	0(0.00)	4(0.13)	9(0.28)
19	김치콩나물국(14)	86.1±29.1	4(0.25)	0(0.00)	2(0.07)	8(0.25)
20	부대고기찌개(12)	155.7±53.4	1(0.06)	3(0.13)	2(0.07)	6(0.19)

부표 2-9. 계절에 따른 다빈도 음식 - 김치류

N(%)

순위	음식명(n)	섭취량(g)	봄	여름	가을	겨울
1	배추김치(1077)	53.0±17.1	143(9.00)	246(10.85)	343(11.19)	345(10.88)
2	깍두기(147)	47.6±18.7	26(1.64)	26(1.15)	6(1.99)	34(1.07)
3	열무김치(85)	43.2±10.3	20(1.26)	30(1.32)	20(0.65)	15(0.47)
4	총각김치(63)	39.4±14.6	8(0.50)	5(0.22)	32(1.04)	18(0.57)
5	동치미(51)	82.7±25.0	4(0.25)	8(0.35)	16(0.52)	23(0.73)
6	갯김치(23)	45.2±17.5	3(0.19)	1(0.04)	14(0.46)	5(0.16)
7	나박김치(18)	82.4±25.6	1(0.06)	2(0.09)	3(0.10)	12(0.38)
8	파김치(16)	50.6±14.1	6(0.38)	3(0.13)	4(0.13)	3(0.09)
9	부추김치(7)	47.9±18.5	4(0.25)	0(0.00)	2(0.07)	1(0.03)
10	상추겉절이(7)	58.5±17.4	5(0.31)	1(0.04)	1(0.03)	0(0.00)
11	고들빼기김치(6)	40.0±12.2	0(0.00)	0(0.00)	5(0.16)	1(0.03)
12	보쌈김치(2)	64.8±13.1	0(0.00)	2(0.09)	0(0.00)	0(0.00)
13	무청김치(1)	60.0±0.0	0(0.00)	0(0.00)	1(0.03)	0(0.00)
14	양파겉절이(1)	16.8±0.0	0(0.00)	0(0.00)	1(0.03)	0(0.00)

부표 2-10. 다빈도 음식의 계절별분포 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등)

N(%)

순위	음식명(n)	섭취량(g)	봄	여름	가을	겨울
1	김구이(390)	2.9±1.9	61(3.84)	58(2.56)	112(3.65)	159(5.02)
2	잔멸치볶음(162)	32.2±10.2	28(1.76)	35(1.54)	54(1.76)	45(1.42)
3	콩나물(100)	47.6±23.3	18(1.13)	20(0.88)	32(1.04)	30(0.95)
4	시금치나물(87)	59.6±23.3	10(0.63)	1(0.04)	32(1.04)	44(1.39)
5	계란후라이(71)	52.7±6.4	11(0.69)	15(0.66)	31(1.01)	14(0.44)
6	고등어구이(70)	69.1±17.4	7(0.44)	12(0.53)	27(0.88)	24(0.76)
7	계란찜(63)	55.0±16.1	8(0.50)	19(0.84)	16(0.52)	20(0.63)
8	고추멸치볶음(56)	36.0±13.6	6(0.38)	14(0.62)	27(0.88)	9(0.28)
9	콩조림(55)	27.0±6.3	12(0.76)	9(0.40)	20(0.65)	14(0.44)
10	상추(53)	37.6±17.1	11(0.69)	12(0.53)	15(0.49)	15(0.47)
11	고등어조림(46)	133.5±28.9	8(0.50)	8(0.35)	18(0.59)	12(0.38)
12	계란말이(44)	72.1±27.8	8(0.50)	5(0.22)	18(0.59)	13(0.41)
13	오이생채(43)	65.7±19.1	10(0.63)	9(0.40)	12(0.39)	12(0.38)
14	단무지(37)	19.6±7.2	10(0.63)	6(0.26)	12(0.39)	9(0.28)
15	무생채(34)	56.9±19.3	4(0.25)	8(0.35)	10(0.33)	12(0.38)
16	삼겹살구이(34)	100.8±67.1	6(0.38)	6(0.26)	8(0.26)	14(0.44)
17	불고기(33)	119.6±42.3	6(0.38)	9(0.40)	9(0.29)	9(0.28)
18	어묵볶음(32)	77.0±46.2	9(0.57)	5(0.22)	12(0.39)	6(0.19)
19	조기구이(32)	74.0±16.3	5(0.31)	9(0.40)	6(0.20)	12(0.38)
20	푼고추, 고추(32)	33.7±15.4	5(0.31)	13(0.57)	8(0.26)	6(0.19)

부표 2-11. 다빈도 음식의 계절별 분포 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등)

N(%)

순위	음식명(n)	섭취량(g)	봄	여름	가을	겨울
1	우유(299)	212.1±70.6	46(2.89)	77(3.40)	94(3.07)	82(2.59)
2	꿀(213)	211.6±158.8	3(0.19)	3(0.13)	84(2.74)	123(3.88)
3	커피(212)	123.5±42.7	29(1.83)	43(1.90)	60(1.96)	80(2.52)
4	사과, 부사(190)	138.1±66.1	0(0.00)	0(0.00)	90(2.94)	100(3.15)
5	수박(60)	205.7±101.3	18(1.13)	42(1.85)	0(0.00)	0(0.00)
6	요구르트, 액상(59)	116.9±43.1	8(0.50)	18(0.79)	9(0.29)	24(0.76)
7	배(51)	147.6±71.9	0(0.00)	0(0.00)	21(0.69)	30(0.95)
8	포도(50)	105.8±58.7	2(0.13)	44(1.94)	4(0.13)	0(0.00)
9	스낵과자(44)	32.1±18.6	6(0.38)	8(0.35)	14(0.46)	16(0.50)
10	단감(43)	88.4±49.2	0(0.0)	0(0.0)	33(1.08)	10(0.32)
11	녹차(40)	9.5±52.3	14(0.88)	6(0.26)	10(0.33)	10(0.32)
12	사과, 아오리(39)	118.4±66.2	0(0.00)	38(1.68)	0(0.00)	1(0.03)
13	복숭아, 백도(37)	114.9±51.2	0(0.00)	37(1.63)	0(0.00)	0(0.00)
14	아이스크림(35)	96.1±15.4	7(0.44)	13(0.57)	8(0.26)	7(0.22)
15	오렌지, 캔쥬스(35)	152.9±67.5	0(0.00)	12(0.53)	21(0.69)	2(0.06)
16	참외(35)	142.5±66.3	24(1.51)	10(0.44)	0(0.00)	1(0.03)
17	오렌지(33)	131.4±64.7	11(0.69)	5(0.22)	5(0.16)	12(0.38)
18	오렌지, 천연과즙(30)	184.3±47.5	12(0.76)	0(0.00)	5(0.16)	13(0.41)
19	고구마, 찐것(30)	140.0±59.1	0(0.0)	9(0.40)	10(0.33)	11(0.35)
20	요구르트, 호상(29)	101.0±5.6	1(0.06)	5(0.22)	15(0.49)	8(0.25)
20	토마토(29)	159.3±93.4	11(0.69)	14(0.62)	4(0.13)	0(0.00)

### 3. 식이조사를 통하여 조사된 가족수에 따른 다빈도 음식

부표 2-12. 다빈도 음식의 가족수에 따른 분포 - 주식류

N(%)

순위	음식명(n)	3인 이하	4인	5인 이상
1	쌀밥(506)	148(7.25)	247(7.17)	111(7.22)
2	잡곡밥(154)	57(2.60)	106(3.07)	55(3.59)
3	콩밥(80)	29(1.42)	40(1.16)	11(0.72)
4	현미밥(50)	13(0.64)	27(0.78)	10(0.65)
5	라면(48)	15(0.73)	28(0.81)	5(0.33)
6	보리밥(46)	10(0.49)	25(0.73)	11(0.72)
7	롤빵, 소프트롤(41)	12(0.59)	23(0.67)	6(0.39)
8	식빵(39)	10(0.49)	19(0.55)	10(0.65)
9	김밥(33)	8(0.39)	20(0.58)	5(0.33)
10	칼국수(29)	10(0.49)	12(0.35)	7(0.46)
11	비빔밥(25)	5(0.24)	11(0.32)	9(0.59)
12	흑미밥(24)	9(0.44)	11(0.32)	4(0.26)
13	떡볶기(23)	3(0.15)	18(0.52)	2(0.13)
14	물냉면(21)	5(0.24)	14(0.41)	2(0.13)
15	돈육카레라이스(16)	5(0.24)	6(0.17)	5(0.33)
16	김치볶음밥(16)	7(0.34)	6(0.17)	3(0.20)
17	떡국(16)	5(0.24)	8(0.23)	3(0.20)
18	국수장국(15)	4(0.20)	10(0.29)	1(0.07)
19	수제비(13)	2(0.10)	7(0.20)	4(0.26)
20	선식(12)	3(0.15)	7(0.20)	2(0.13)

부표 2-13. 다빈도 음식의 가족수에 따른 분표 - 국, 찌개(탕, 전골 등)

N(%)

순위	음식명(n)	3인 이하	4인	5인 이상
1	된장찌개(126)	37(1.81)	56(1.62)	33(2.15)
2	미역국(98)	27(1.32)	48(1.39)	23(1.50)
3	돈육김치찌개(68)	19(0.93)	37(1.07)	12(0.78)
4	콩나물국(52)	15(0.73)	26(0.75)	11(0.72)
5	두부된장국(26)	14(0.69)	9(0.26)	3(0.20)
6	참치김치찌개(25)	6(0.29)	14(0.41)	5(0.33)
7	순두부찌개(22)	9(0.44)	9(0.26)	4(0.26)
8	동태찌개(20)	7(0.34)	10(0.29)	3(0.20)
9	배추된장국(19)	6(0.29)	11(0.32)	2(0.13)
10	시금치된장국(19)	6(0.29)	9(0.26)	4(0.26)
11	복어국(18)	4(0.20)	7(0.20)	7(0.46)
12	쇠고기무국(17)	9(0.44)	4(0.12)	4(0.26)
13	김치국(16)	5(0.24)	8(0.23)	3(0.20)
14	청국장찌개(15)	5(0.24)	6(0.17)	4(0.26)
15	시래기된장국(14)	6(0.29)	6(0.17)	2(0.13)
16	김치콩나물국(12)	1(0.05)	2(0.06)	9(0.59)
17	무국(11)	1(0.05)	8(0.23)	2(0.13)
18	부대고기찌개(10)	2(0.10)	3(0.09)	5(0.33)
19	계란국(9)	1(0.05)	6(0.17)	2(0.13)
20	감자국(8)	1(0.05)	4(0.12)	3(0.20)

부표 2-14. 다빈도 음식의 가족수에 따른 분표 - 김치류

N(%)

순위	음식명(n)	3인 이하	4인	5인 이상
1	배추김치(734)	211(10.34)	346(10.04)	177(11.51)
2	깍두기(86)	30(1.47)	38(1.10)	18(1.17)
3	열무김치(65)	13(0.64)	34(0.99)	18(1.17)
4	동치미(35)	9(0.44)	20(0.58)	6(0.39)
5	총각김치(31)	6(0.29)	20(0.58)	5(0.33)
6	나박김치(15)	8(0.39)	5(0.15)	2(0.13)
7	파김치(12)	4(0.20)	5(0.15)	3(0.20)
8	갓김치(9)	3(0.15)	3(0.09)	3(0.20)
9	상추겉절이(6)	3(0.15)	2(0.06)	1(0.07)
10	부추김치(5)	1(0.05)	2(0.06)	2(0.13)
11	보쌈김치(2)	0(0.00)	2(0.06)	0(0.00)
12	고들빼기김치(1)	1(0.05)	0(0.00)	0(0.00)
13	부추겉절이(1)	1(0.05)	0(0.00)	0(0.00)
14	양배추겉절이(1)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.07)

부표 2-15. 다빈도 음식의 가족수에 따른 분포 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등)  
N(%)

순위	음식명(n)	3인 이하	4인	5인 이상
1	김구이(278)	90(4.41)	138(4.00)	50(3.25)
2	잔멸치볶음(108)	34(1.67)	50(1.45)	24(1.56)
3	콩나물(68)	17(0.83)	34(0.99)	17(1.11)
4	시금치나물(55)	11(0.54)	33(0.96)	11(0.72)
5	계란찜(47)	8(0.39)	26(0.75)	13(0.85)
6	고등어구이(43)	11(0.54)	25(0.73)	7(0.46)
7	계란후라이(40)	12(0.59)	19(0.55)	9(0.59)
8	상추(38)	13(0.64)	17(0.49)	8(0.52)
9	콩조림-콩자반(35)	14(0.69)	18(0.52)	3(0.20)
10	오이생채(31)	7(0.34)	16(0.46)	8(0.52)
11	고추멸치볶음(29)	10(0.49)	15(0.44)	4(0.26)
12	고등어조림(28)	9(0.44)	12(0.35)	7(0.46)
13	계란말이(26)	9(0.44)	14(0.41)	3(0.20)
14	삼겹살구이(26)	8(0.39)	16(0.46)	2(0.13)
15	조기구이(26)	7(0.34)	14(0.41)	5(0.33)
16	취나물(25)	12(0.59)	6(0.17)	7(0.46)
17	단무지(25)	7(0.34)	9(0.26)	9(0.59)
18	무생채(24)	3(0.15)	10(0.29)	11(0.72)
19	불고기(24)	4(0.20)	13(0.38)	7(0.46)
20	호박볶음(22)	6(0.29)	11(0.32)	5(0.33)

부표 2-16. 다빈도 음식의 가족수에 따른 분포 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등)

N(%)

순위	음식명(n)	3인 이하	4인	5인 이상
1	우유(205)	57(2.79)	106(3.08)	42(2.73)
2	커피, 설탕, 프림(152)	44(2.16)	74(2.15)	34(2.21)
3	꿀(129)	42(2.06)	67(1.94)	20(1.30)
4	사과, 부사(100)	33(1.62)	47(1.36)	20(1.30)
5	수박(60)	13(0.64)	32(0.93)	15(0.98)
6	요구르트, 액상(50)	14(0.69)	25(0.73)	11(0.72)
7	포도(46)	16(0.78)	21(0.61)	9(0.59)
8	사과, 아오리(39)	12(0.59)	22(0.64)	5(0.33)
9	복숭아, 백도(37)	7(0.34)	21(0.61)	9(0.59)
10	참외(35)	14(0.69)	13(0.38)	8(0.52)
11	녹차(30)	12(0.59)	10(0.29)	8(0.52)
12	배(30)	9(0.44)	11(0.32)	10(0.65)
13	스낵과자(30)	10(0.49)	15(0.44)	5(0.33)
14	오렌지(28)	6(0.29)	13(0.38)	9(0.59)
15	딸기(27)	9(0.44)	15(0.44)	3(0.20)
16	아이스크림(27)	8(0.39)	10(0.29)	9(0.59)
17	오렌지, 천연과즙(25)	11(0.54)	7(0.20)	7(0.46)
18	토마토(25)	6(0.29)	13(0.38)	6(0.39)
19	고구마, 찐것(20)	5(0.24)	12(0.35)	3(0.20)
20	커피, 원두(18)	2(0.10)	15(0.44)	1(0.07)

## 4. 식이조사를 통하여 조사된 가족내 총수입에 따른 다빈도 음식

부표 2-17. 다빈도 음식의 가족내 총 수입에 따른 분포 - 주식류

N(%)

순위	음식명(n)	300만원 이하	300만원~450만원	450만원 이상
1	쌀밥(506)	267(7.83)	148(7.15)	91(5.90)
2	잡곡밥(219)	87(2.55)	72(3.47)	60(3.89)
3	콩밥(80)	47(1.38)	20(0.97)	13(0.84)
4	현미밥(50)	22(0.64)	21(1.01)	7(0.45)
5	라면(48)	29(0.85)	11(0.53)	8(0.52)
6	보리밥(46)	29(0.85)	6(0.29)	11(0.71)
7	롤빵, 소프트롤(41)	18(0.53)	10(0.48)	13(0.84)
8	식빵(39)	12(0.35)	9(0.43)	18(1.17)
9	김밥(33)	15(0.44)	12(0.58)	6(0.39)
10	칼국수(29)	10(0.29)	12(0.58)	7(0.45)
11	비빔밥(25)	12(0.35)	7(0.34)	6(0.39)
12	흑미밥(24)	12(0.35)	10(0.48)	2(0.13)
13	떡볶기(23)	10(0.29)	9(0.39)	5(0.32)
14	물냉면(21)	14(0.41)	3(0.14)	4(0.26)
15	김치볶음밥(16)	8(0.23)	5(0.24)	3(0.19)
16	돈육카레라이스(16)	9(0.26)	3(0.14)	4(0.26)
17	떡국(16)	5(0.15)	7(0.34)	4(0.26)
18	국수장국(15)	7(0.21)	6(0.29)	2(0.13)
19	수제비(13)	6(0.18)	2(0.10)	5(0.32)
20	선식(12)	6(0.18)	4(0.19)	2(0.13)



부표 2-18. 다빈도 음식의 가족내 총 수입에 따른 분포 - 국, 찌개(탕, 전골 등)

N(%)

순위	음식명(n)	300만원 이하	300만원~450만원	450만원 이상
1	된장찌개(126)	68(1.99)	33(1.59)	25(1.62)
2	미역국(98)	38(1.11)	32(1.55)	28(1.81)
3	돈육김치찌개(68)	41(1.20)	18(0.87)	9(0.58)
4	콩나물국(52)	27(0.79)	12(0.58)	13(0.84)
5	두부된장국(26)	15(0.44)	6(0.29)	5(0.32)
6	참치김치찌개(25)	12(0.35)	6(0.29)	7(0.45)
7	순두부찌개(22)	12(0.35)	8(0.39)	2(0.13)
8	동태찌개(20)	14(0.41)	1(0.05)	5(0.32)
9	배추된장국(19)	10(0.29)	7(0.34)	2(0.13)
10	시금치된장국(19)	8(0.23)	9(0.43)	2(0.13)
11	복어국(18)	9(0.26)	6(0.29)	3(0.19)
12	쇠고기무국(17)	10(0.29)	4(0.19)	3(0.19)
13	김치국(16)	13(0.38)	2(0.10)	1(0.06)
14	청국장찌개(15)	8(0.23)	6(0.29)	1(0.06)
15	시래기된장국(14)	6(0.18)	6(0.29)	2(0.13)
16	김치콩나물국(12)	3(0.09)	4(0.19)	5(0.32)
17	무국(11)	10(0.29)	1(0.05)	0(0.00)
18	어묵국(11)	5(0.15)	4(0.19)	2(0.13)
19	부대고기찌개(10)	5(0.15)	2(0.10)	3(0.19)
20	개란국(9)	3(0.09)	5(0.24)	1(0.06)

부표 2-19. 다빈도 음식의 가족내 총 수입에 따른 분포 - 김치류

N(%)

순위	음식명(n)	300만원 이하	300만원~450만원	450만원 이상
1	배추김치(734)	364(10.67)	217(10.48)	153(9.92)
2	깍두기(86)	47(1.38)	20(0.97)	19(1.23)
3	열무김치(65)	37(1.08)	19(0.92)	9(0.58)
4	동치미(35)	19(0.56)	7(0.34)	9(0.58)
5	총각김치(31)	19(0.56)	7(0.34)	5(0.32)
6	나박김치(15)	9(0.26)	5(0.24)	1(0.06)
7	파김치(12)	8(0.23)	4(0.19)	0(0.00)
8	갯김치(9)	5(0.15)	2(0.10)	2(0.13)
9	상추겉절이(6)	3(0.09)	2(0.10)	1(0.06)
10	부추김치(5)	2(0.06)	3(0.14)	0(0.00)
11	보쌈김치(2)	2(0.06)	0(0.00)	0(0.00)
12	고들빼기김치(1)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.06)
13	부추겉절이(1)	0(0.00)	0(0.00)	1(0.06)
14	양배추겉절이(1)	0(0.00)	1(0.05)	0(0.00)

부표 2-20. 다빈도 음식의 가족내 총 수입에 따른 분포 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등)

N(%)

순위	음식명(n)	300만원 이하	300만원~450만원	450만원 이상
1	김구이(278)	140(4.10)	72(3.48)	66(4.28)
2	잔멸치볶음(108)	47(1.38)	38(1.83)	23(1.49)
3	콩나물(68)	35(1.03)	17(0.82)	16(1.04)
4	시금치나물(55)	24(0.70)	16(0.77)	15(0.97)
5	계란찜(47)	23(0.67)	15(0.72)	9(0.58)
6	고등어구이(43)	17(0.50)	12(0.58)	14(0.91)
7	계란후라이(40)	25(0.73)	6(0.29)	9(0.58)
8	상추(38)	22(0.64)	12(0.58)	4(0.26)
9	콩조림-콩자반(35)	18(0.53)	13(0.63)	4(0.26)
10	오이생채(31)	17(0.50)	9(0.43)	5(0.32)
11	고추멸치볶음(29)	10(0.29)	13(0.63)	6(0.39)
12	고등어조림(28)	14(0.41)	10(0.48)	4(0.26)
13	계란말이(26)	16(0.47)	5(0.24)	5(0.32)
14	삼겹살구이(26)	15(0.44)	7(0.34)	4(0.26)
15	조기구이(26)	6(0.18)	13(0.63)	7(0.45)
16	단무지(25)	11(0.32)	12(0.58)	2(0.13)
17	취나물(25)	15(0.44)	5(0.24)	5(0.32)
18	무생채(24)	9(0.26)	4(0.19)	11(0.71)
19	불고기(24)	10(0.29)	4(0.19)	10(0.65)
20	푹고추, 고추(24)	15(0.44)	3(0.14)	6(0.39)

부표 2-21. 다빈도 음식의 가족내 총 수입에 따른 분포 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등)  
N(%)

순위	음식명(n)	300만원 이하	300만원~450만원	450만원 이상
1	우유(205)	105(3.08)	52(2.51)	48(3.11)
2	커피, 설탕, 프림(152)	71(2.08)	41(1.98)	40(2.59)
3	꿀(129)	67(1.96)	40(1.93)	22(1.43)
4	사과, 부사(100)	39(1.14)	40(1.93)	21(1.36)
5	수박(60)	31(0.91)	19(0.92)	10(0.65)
6	요구르트, 액상(50)	18(0.53)	19(0.92)	13(0.84)
7	포도(46)	15(0.44)	13(0.63)	18(1.17)
8	사과, 아오리(39)	9(0.26)	17(0.82)	13(0.84)
9	복숭아, 백도(37)	14(0.41)	15(0.72)	8(0.52)
10	참외(35)	18(0.53)	12(0.58)	5(0.32)
11	녹차(30)	16(0.47)	7(0.34)	7(0.45)
12	배(30)	15(0.44)	7(0.34)	8(0.52)
13	스낵과자(30)	17(0.50)	9(0.43)	4(0.26)
14	오렌지(28)	12(0.35)	11(0.53)	5(0.32)
15	아이스크림(27)	14(0.41)	5(0.24)	8(0.52)
16	딸기(27)	12(0.35)	9(0.43)	6(0.39)
17	오렌지, 천연과즙(25)	15(0.44)	7(0.34)	3(0.19)
18	토마토(25)	9(0.26)	7(0.34)	9(0.58)
19	고구마, 찐것(20)	8(0.23)	7(0.34)	5(0.32)
20	커피, 원두, 블랙(18)	7(0.21)	6(0.29)	5(0.32)

## 5. 식이조사를 통하여 조사된 사회경제적 수준에 따른 다빈도 음식

부표 2-22. 다빈도 음식의 사회 경제적 수준에 따른 분포 - 주식류

N(%)

순위	음식명(n)	상	중	하
1	쌀밥(506)	113(6.27)	229(6.89)	164(8.63)
2	잡곡밥(219)	58(3.22)	123(3.70)	38(2.00)
3	콩밥(80)	13(0.72)	35(1.05)	32(1.68)
4	현미밥(50)	9(0.50)	27(0.81)	14(0.74)
5	라면(48)	5(0.28)	29(0.87)	14(0.74)
6	보리밥(46)	10(0.56)	22(0.66)	14(0.74)
7	롤빵, 소프트롤(41)	14(0.78)	21(0.63)	6(0.32)
8	식빵(39)	21(1.17)	10(0.30)	8(0.42)
9	김밥(33)	10(0.56)	16(0.48)	7(0.37)
10	칼국수(29)	6(0.33)	15(0.45)	8(0.42)
11	비빔밥(25)	6(0.33)	12(0.36)	7(0.37)
12	흑미밥(24)	5(0.28)	13(0.39)	6(0.32)
13	떡볶이(23)	9(0.50)	10(0.30)	4(0.21)
14	물냉면(21)	3(0.17)	12(0.36)	6(0.32)
15	김치볶음밥(16)	2(0.11)	8(0.24)	6(0.32)
16	돈육카레라이스(16)	6(0.33)	7(0.21)	3(0.16)
17	떡국(16)	5(0.28)	8(0.24)	3(0.16)
18	국수장국(15)	3(0.17)	9(0.27)	3(0.16)
19	수제비(13)	3(0.17)	9(0.27)	1(0.05)
20	선식(12)	3(0.17)	7(0.21)	2(0.11)

부표 2-23. 다빈도의 사회 경제적 수준에 따른 분포 - 국, 찌개(탕, 전골 등)

N(%)

순위	음식명(n)	상	중	하
1	된장찌개(126)	36(2.00)	54(1.62)	36(1.89)
2	미역국(98)	26(1.44)	49(1.47)	23(1.21)
3	돈육김치찌개(68)	9(0.50)	39(1.17)	20(1.05)
4	콩나물국(52)	13(0.72)	25(0.75)	14(0.74)
5	두부된장국(26)	7(0.39)	9(0.27)	10(0.53)
6	참치김치찌개(25)	7(0.39)	10(0.30)	8(0.42)
7	순두부찌개(22)	2(0.11)	13(0.39)	7(0.37)
8	동태찌개(20)	3(0.17)	10(0.30)	7(0.37)
9	배추된장국(19)	6(0.33)	9(0.27)	4(0.21)
10	시금치된장국(19)	5(0.28)	7(0.21)	7(0.37)
11	복어국(18)	4(0.22)	9(0.27)	5(0.26)
12	쇠고기무국(17)	2(0.11)	8(0.24)	7(0.37)
13	김치국(16)	1(0.06)	9(0.27)	6(0.32)
14	청국장찌개(15)	3(0.17)	6(0.18)	6(0.32)
15	시래기된장국(14)	3(0.17)	6(0.18)	5(0.26)
16	김치콩나물국(12)	5(0.28)	6(0.18)	1(0.05)
17	무국(11)	1(0.06)	3(0.09)	7(0.37)
18	어묵국(11)	1(0.06)	9(0.27)	1(0.05)
19	부대고기찌개(10)	3(0.17)	5(0.15)	2(0.11)
20	계란국(9)	1(0.06)	7(0.21)	1(0.05)

부표 2-24. 다빈도의 사회 경제적 수준에 따른 분포 - 김치류

N(%)

구분	음식명(n)	상	중	하
1	배추김치(734)	175(9.72)	355(10.68)	204(10.74)
2	깍두기(86)	20(1.11)	43(1.29)	23(1.21)
3	열무김치(65)	15(0.83)	19(0.57)	31(1.63)
4	동치미(35)	6(0.33)	19(0.57)	10(0.53)
5	총각김치(31)	7(0.39)	11(0.33)	13(0.68)
6	나박김치(15)	2(0.11)	8(0.24)	5(0.26)
7	파김치(12)	2(0.11)	5(0.15)	5(0.26)
8	갓김치(9)	2(0.11)	3(0.09)	4(0.21)
9	상추겉절이(6)	1(0.06)	3(0.09)	2(0.11)
10	부추김치(5)	2(0.11)	0(0.00)	3(0.16)
11	고들빼기김치(1)	1(0.06)	0(0.00)	0(0.00)
12	부추겉절이(1)	1(0.06)	0(0.00)	0(0.00)
13	양배추겉절이(1)	1(0.06)	0(0.00)	0(0.00)

부표 2-25. 다빈도의 사회 경제적 수준에 따른 분포 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등)

N(%)

순위	음식명(n)	상	중	하
1	김구이(278)	63(3.50)	147(4.42)	68(3.58)
2	잔멸치볶음(108)	28(1.55)	50(1.50)	30(1.58)
3	콩나물(68)	16(0.89)	32(0.96)	20(1.05)
4	시금치나물(55)	17(0.94)	20(0.60)	18(0.95)
5	계란찜(47)	12(0.67)	23(0.69)	12(0.63)
6	고등어구이(43)	13(0.72)	19(0.57)	11(0.58)
7	계란후라이(40)	8(0.44)	22(0.66)	10(0.53)
8	상추(38)	7(0.39)	23(0.69)	8(0.42)
9	콩조림-콩자반(35)	8(0.44)	17(0.51)	10(0.53)
10	오이생채(31)	4(0.22)	17(0.51)	10(0.53)
11	고추멸치볶음(29)	11(0.61)	8(0.24)	10(0.53)
12	고등어조림(28)	8(0.44)	11(0.33)	9(0.47)
13	계란말이(26)	4(0.22)	12(0.36)	10(0.53)
14	삼겹살구이(26)	4(0.22)	14(0.42)	8(0.42)
15	조기구이-Panfried(26)	5(0.28)	17(0.51)	4(0.21)
16	단무지(25)	6(0.33)	13(0.39)	6(0.32)
17	취나물(25)	6(0.33)	11(0.33)	8(0.42)
18	무생채(24)	7(0.39)	13(0.39)	4(0.21)
19	불고기(24)	11(0.61)	8(0.24)	5(0.26)
20	푼고추, 고추(24)	8(0.44)	7(0.21)	9(0.47)

부표 2-26. 다빈도의 사회 경제적 수준에 따른 분포 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등)

N(%)

순위	음식명(n)	상	중	하
1	우유(205)	55(3.05)	101(3.04)	49(2.58)
2	커피, 설탕, 프림(152)	49(2.72)	67(2.02)	36(1.89)
3	사과, 부사(100)	29(1.61)	50(1.50)	21(1.11)
4	수박(60)	13(0.72)	29(0.87)	18(0.95)
5	요구르트, 액상(50)	16(0.89)	27(0.81)	7(0.37)
6	포도(46)	18(1.00)	19(0.57)	9(0.47)
7	사과, 아오리(39)	20(1.11)	16(0.48)	3(0.16)
8	복숭아, 백도(37)	6(0.33)	24(0.72)	7(0.37)
9	녹차(30)	12(0.67)	10(0.30)	8(0.42)
10	백(30)	9(0.50)	11(0.33)	10(0.53)
11	스낵과자(30)	7(0.39)	14(0.42)	9(0.47)
12	오렌지(28)	6(0.33)	15(0.45)	7(0.37)
13	딸기(27)	9(0.50)	12(0.36)	6(0.32)
14	아이스크림(27)	5(0.28)	16(0.48)	6(0.32)
15	오렌지, 천연과즙(25)	2(0.11)	18(0.54)	5(0.26)
16	토마토(25)	9(0.50)	13(0.39)	3(0.16)
17	고구마, 찌겅(20)	6(0.33)	10(0.30)	4(0.21)
18	커피, 원두, 블랙(18)	9(0.50)	8(0.24)	1(0.05)
19	바나나(17)	5(0.28)	10(0.30)	2(0.11)
20	비스킷(15)	4(0.22)	4(0.12)	7(0.37)

## 6. 식이조사를 통하여 조사된 외식여부에 따른 다빈도 음식

부표 2-27. 다빈도 음식의 외식여부에 따른 분포 - 주식류

N(%)

순위	음식명(n)	내식	외식
1	쌀밥(466)	366(7.44)	100(7.89)
2	잡곡밥(206)	191(3.88)	15(1.19)
3	콩밥(78)	73(1.48)	5(0.39)
4	현미밥(46)	46(0.94)	0(0.00)
5	라면(43)	36(0.73)	7(0.55)
6	보리밥(39)	30(0.61)	9(0.71)
7	식빵(35)	34(0.69)	1(0.08)
8	김밥(32)	8(0.16)	24(1.89)
9	롤빵, 소프트롤(29)	17(0.35)	12(0.95)
10	칼국수(26)	12(0.24)	14(1.10)
11	흑미밥(23)	19(0.39)	4(0.32)
12	비빔밥(22)	11(0.22)	11(0.87)
13	떡볶이(21)	1(0.20)	11(0.87)
14	물냉면(18)	6(0.12)	12(0.95)
15	김치볶음밥(16)	10(0.20)	6(0.47)
16	떡국(15)	15(0.31)	0(0.00)
17	돈육카레라이스(14)	12(0.24)	2(0.16)
18	국수장국(13)	11(0.22)	2(0.16)
19	선식(12)	12(0.24)	0(0.00)
20	수제비(11)	5(0.10)	6(0.47)



부표 2-28. 다빈도 음식의 외식여부에 따른 분포 - 국, 찌개(탕, 전골 등)

N(%)

순위	음식명(n)	내식	외식
1	된장찌개(118)	96(1.95)	22(1.74)
2	미역국(95)	83(1.69)	12(0.95)
3	돈육김치찌개(55)	54(1.10)	1(0.08)
4	콩나물국(48)	43(0.87)	5(0.39)
5	두부된장국(25)	21(0.43)	4(0.32)
6	참치김치찌개(22)	20(0.41)	2(0.16)
7	순두부찌개(21)	12(0.24)	9(0.71)
8	동태찌개(20)	19(0.39)	1(0.08)
9	배추된장국(19)	17(0.35)	2(0.16)
10	복어국(18)	15(0.31)	3(0.24)
11	시금치된장국(18)	16(0.33)	2(0.16)
12	쇠고기무국(15)	13(0.26)	2(0.16)
13	청국장찌개(15)	14(0.28)	1(0.08)
14	김치국(14)	14(0.28)	0(0.00)
15	시래기된장국(12)	9(0.18)	3(0.24)
16	김치콩나물국(11)	11(0.22)	0(0.00)
17	어묵국(11)	6(0.12)	5(0.39)
18	무국(10)	9(0.18)	1(0.08)
19	부대고기찌개(9)	4(0.08)	5(0.39)
20	계란국(8)	6(0.12)	2(0.16)

부표 2-29. 다빈도 음식의 외식여부에 따른 분포 - 김치류

N(%)

구분	음식명(n)	내식	외식
1	배추김치(687)	554(11.27)	133(10.50)
2	깍두기(79)	54(1.10)	25(1.97)
3	열무김치(62)	51(1.04)	11(0.87)
4	동치미(34)	31(0.63)	3(0.24)
5	총각김치(28)	27(0.55)	1(0.08)
6	나박김치(14)	9(0.18)	5(0.39)
7	파김치(11)	11(0.22)	0(0.00)
8	갯김치(9)	7(0.14)	2(0.16)
9	상추겉절이(6)	5(0.10)	1(0.08)
10	부추김치(4)	3(0.06)	1(0.08)
11	보쌈김치(2)	0(0.00)	2(0.16)
12	고들빼기김치(1)	1(0.02)	0(0.00)
13	부추겉절이(1)	1(0.02)	0(0.00)
14	양배추겉절이(1)	0(0.00)	1(0.08)

부표 2-30. 다빈도 음식의 외식여부에 따른 분포 - 반찬(나물, 전, 튀김, 조림, 볶음, 구이 등)

N(%)

구분	음식명(n)	내식	외식
1	김구이(260)	239(4.86)	21(1.66)
2	잔멸치볶음(107)	96(1.95)	11(0.87)
3	콩나물(61)	40(0.81)	21(1.66)
4	계란찜(44)	39(0.79)	5(0.39)
5	고등어구이-Panfried(42)	38(0.77)	4(0.32)
6	계란후라이(38)	35(0.71)	3(0.24)
7	상추(37)	27(0.55)	10(0.79)
8	콩조림-콩자반(34)	30(0.61)	4(0.32)
9	오이생채(31)	25(0.51)	6(0.47)
10	고등어조림(27)	23(0.47)	4(0.32)
11	고추멸치볶음(27)	24(0.49)	3(0.24)
12	삼겹살구이(26)	19(0.39)	7(0.55)
13	단무지(25)	13(0.26)	12(0.95)
14	계란말이(24)	18(0.37)	6(0.47)
15	불고기(24)	20(0.41)	4(0.32)
16	조기구이-Panfireid(23)	19(0.39)	4(0.32)
17	푼고추, 고추(23)	15(0.31)	8(0.63)
18	무생채(22)	18(0.37)	4(0.32)
19	호박볶음(22)	20(0.41)	2(0.16)
20	취나물(21)	15(0.31)	6(0.47)

부표 2-31. 다빈도 음식의 외식여부에 따른 분포 - 간식(과일, 음료, 과자, 떡 등)

N(%)

순위	음식명(n)	내식	외식
1	우유(156)	124(2.52)	32(2.53)
2	커피, 설탕, 프림(102)	71(1.44)	31(2.45)
3	꿀(88)	81(1.65)	7(0.55)
4	사과, 부사(69)	68(1.38)	1(0.08)
5	수박(45)	39(0.79)	6(0.47)
6	요구르트, 액상(40)	32(0.65)	8(0.63)
7	포도(32)	29(0.59)	3(0.24)
8	복숭아, 백도(27)	26(0.53)	1(0.08)
9	사과, 아오리(27)	23(0.47)	4(0.32)
10	오렌지(23)	21(0.43)	2(0.16)
11	참외(23)	20(0.41)	3(0.24)
12	녹차(21)	10(0.20)	11(0.87)
13	딸기(21)	17(0.35)	4(0.32)
14	스낵과자(19)	12(0.24)	7(0.55)
15	배(18)	18(0.37)	0(0.00)
16	아이스크림(18)	14(0.28)	4(0.32)
17	토마토(18)	16(0.33)	2(0.16)
18	오렌지, 천연과즙(17)	10(0.20)	7(0.55)
19	두유음료(16)	14(0.28)	2(0.16)
20	커피, 원두, 블랙(14)	10(0.20)	4(0.32)

## 7. 식이조사를 통하여 조사된 다빈도 메뉴패턴

부표 2-32. 계절에 따른 다빈도 메뉴패턴

N(%)

순위	메뉴패턴	가을	봄	여름	겨울
1	밥+국+반찬1+김치(210)	78(12.36)	31(8.93)	40(8.33)	61(9.46)
2	밥+국+반찬2+김치(183)	67(10.62)	25(7.20)	36(7.50)	55(8.53)
3	밥+반찬2+김치(107)	31(4.91)	20(5.76)	2(5.42)	30(4.65)
4	밥+찌개+반찬1+김치(105)	25(3.96)	23(6.63)	23(4.79)	34(5.27)
5	밥+찌개+반찬2+김치(99)	32(5.07)	18(5.19)	19(3.96)	30(4.65)
6	면+김치(98)	26(4.12)	14(4.03)	30(6.25)	28(4.34)
7	밥+반찬1+김치(77)	23(3.65)	15(4.32)	13(2.71)	26(4.03)
8	밥+찌개+반찬2(62)	22(3.49)	7(2.02)	12(2.50)	21(3.26)
9	면(59)	14(2.22)	9(2.59)	15(3.13)	21(3.26)
10	밥+반찬3+김치(57)	18(2.85)	5(1.44)	19(3.96)	15(2.33)
11	밥+국+반찬3+김치(55)	21(3.33)	5(1.44)	9(1.88)	20(3.10)
12	밥+국+김치(50)	18(2.85)	9(2.59)	12(2.50)	11(1.71)
13	밥+국+반찬2(38)	6(0.95)	7(2.02)	10(2.08)	15(2.33)
14	밥+찌개+김치(38)	16(2.54)	4(1.15)	5(1.04)	13(2.02)
15	밥+찌개+반찬1(36)	7(1.11)	5(1.44)	8(1.67)	16(2.48)
16	빵+우유(33)	6(0.95)	9(2.59)	4(0.83)	14(2.17)
17	밥+국(32)	9(1.43)	8(2.31)	5(1.04)	10(1.55)
18	밥+국+반찬1(27)	7(1.11)	6(1.73)	7(1.46)	7(1.09)
19	밥(26)	5(0.79)	7(2.02)	6(1.25)	8(1.24)
20	밥+찌개+반찬3(25)	7(1.11)	5(1.44)	4(0.83)	9(1.40)

부표 2-33. 가족수에 따른 다빈도 메뉴패턴

N(%)

순위	메뉴패턴	3인 이하	4인	5인 이상
1	밥+국+반찬1+김치(132)	38(9.11)	60(8.21)	34(10.5)
2	밥+국+반찬2+김치(116)	28(6.71)	66(9.03)	22(6.79)
3	밥+찌개+반찬1+김치(80)	24(5.76)	39(5.34)	17(5.25)
4	밥+반찬2+김치(76)	19(4.56)	37(5.06)	20(6.17)
5	면+김치(72)	15(3.60)	46(6.29)	11(3.40)
6	밥+찌개+반찬2+김치(67)	18(4.32)	31(4.24)	18(5.56)
7	밥+반찬1+김치(54)	20(4.80)	23(3.15)	11(3.40)
8	면(45)	12(2.88)	22(3.01)	11(3.40)
9	밥+찌개+반찬2(40)	10(2.40)	25(3.42)	5(1.54)
10	밥+반찬3+김치(39)	7(1.68)	25(3.42)	7(2.16)
11	밥+국+반찬3+김치(34)	12(2.88)	10(1.37)	12(3.70)
12	밥+국+김치(32)	8(1.92)	15(2.05)	9(2.78)
13	밥+국+반찬2(32)	11(2.64)	17(2.33)	4(1.23)
14	밥+찌개+반찬1(29)	8(1.92)	16(2.19)	5(1.54)
15	빵+우유(27)	9(2.16)	13(1.78)	5(1.54)
16	밥+국(23)	9(2.16)	11(1.50)	3(0.93)
17	밥+찌개+김치(22)	6(1.44)	6(0.82)	10(3.09)
18	밥(21)	7(1.68)	9(1.23)	5(1.54)
19	밥+국+반찬1(20)	5(1.20)	12(1.64)	3(0.93)
20	밥+반찬2(19)	5(1.20)	8(1.09)	6(1.85)

부표 2-34. 수입에 따른 다빈도 메뉴패턴

N(%)

순위	메뉴패턴	300만원이하	300만원~450만원	450만원이상
1	밥+국+반찬1+김치(132)	76(10.72)	35(7.87)	21(6.60)
2	밥+국+반찬2+김치(116)	49(6.91)	39(8.76)	28(8.81)
3	밥+찌개+반찬1+김치(80)	49(6.91)	18(4.047)	13(4.09)
4	밥+반찬2+김치(76)	36(5.08)	23(5.17)	17(5.35)
5	면+김치(72)	35(4.94)	23(5.17)	14(4.40)
6	밥+찌개+반찬2+김치(67)	42(5.92)	17(3.82)	8(2.52)
7	밥+반찬1+김치(54)	35(4.94)	11(2.47)	8(2.52)
8	면(45)	20(2.82)	17(3.82)	8(2.52)
9	밥+찌개+반찬2(40)	18(2.54)	12(2.70)	10(3.14)
10	밥+반찬3+김치(39)	14(1.97)	14(3.15)	11(3.46)
11	밥+국+반찬3+김치(34)	13(1.83)	12(2.70)	9(2.83)
12	밥+국+김치(32)	17(2.40)	11(2.47)	4(1.26)
13	밥+국+반찬2(32)	16(2.26)	11(2.47)	5(1.57)
14	밥+찌개+반찬1(29)	18(2.54)	9(2.02)	2(0.63)
15	빵+우유(27)	10(1.41)	5(1.12)	12(3.77)
16	밥+국(23)	8(1.13)	9(2.02)	6(1.89)
17	밥+찌개+김치(22)	11(1.55)	9(2.02)	2(0.63)
18	밥(21)	14(1.97)	6(1.35)	1(0.31)
19	밥+국+반찬1(20)	8(1.13)	7(1.57)	5(1.57)
20	밥+반찬2(19)	11(1.55)	3(0.67)	5(1.57)

부표 2-35. 사회경제적 수준에 따른 다빈도 메뉴패턴

N(%)

순위	메뉴패턴	상	중	하
1	밥+국+반찬1+김치(132)	23(6.23)	61(8.63)	48(12.12)
2	밥+국+반찬2+김치(116)	31(8.40)	54(7.64)	31(7.83)
3	밥+찌개+반찬1+김치(80)	16(4.34)	31(4.38)	33(8.33)
4	밥+반찬2+김치(76)	19(5.15)	34(4.81)	23(5.81)
5	면+김치(72)	15(4.07)	42(5.94)	15(3.79)
6	밥+찌개+반찬2+김치(67)	12(3.25)	30(4.24)	25(6.31)
7	밥+반찬1+김치(54)	8(2.17)	26(3.68)	20(5.05)
8	면(45)	9(2.44)	29(4.10)	7(1.77)
9	밥+찌개+반찬2(40)	8(2.17)	26(3.68)	6(1.52)
10	밥+반찬3+김치(39)	9(2.44)	19(2.69)	11(2.78)
11	밥+국+반찬3+김치(34)	9(2.44)	20(2.83)	5(1.26)
12	밥+국+김치(32)	3(0.81)	19(2.69)	10(2.53)
13	밥+국+반찬2(32)	6(1.63)	17(2.40)	9(2.27)
14	밥+찌개+반찬1(29)	3(0.81)	14(1.98)	12(3.03)
15	빵+우유(27)	12(3.25)	8(1.13)	7(1.77)
16	밥+국(23)	8(2.17)	10(1.41)	5(1.26)
17	밥+찌개+김치(22)	5(1.36)	13(1.84)	4(1.01)
18	밥(21)	3(0.81)	10(1.41)	8(2.02)
19	밥+국+반찬1(20)	4(1.08)	13(1.84)	3(0.76)
20	밥+반찬2(19)	4(1.08)	12(1.70)	3(0.76)

### 3. 식품소비 모니터링 설문지

ID	(기입하지 마시오)
----	------------

# 식품 소비모니터링(여름철용)

안녕하십니까?

본 조사는 농림부에서 주관하는 농림기술개발연구과제의 일환으로 가구별로 농산물의 구입 및 소비 실태를 파악하는 조사입니다. 조사 대상은 식생활을 주로 관리하는 주부를 대상으로 하고 있습니다. 귀댁에서 소비되는 농산물의 구매품목, 구매량, 구매 단위 및 구입비용에 대한 조사를 실시하고자 합니다. 본 조사 결과는 그간 미진했던 농산물 소비 행태의 파악과 농산물의 수급 불안정을 해소를 위한 귀중한 기초자료가 되리라고 생각됩니다. 본 자료의 정보는 단지 상기 연구의 목적을 위해서만 이용됨을 알려드립니다. 본 농산물 소비조사를 위해 많은 협조를 부탁드립니다. 대단히 감사합니다.

연구책임자 : 한국식품영양재단 김숙희 이사장

연락처 : 전화) 02-702-7758/7712

e-mail : kfnf01@hanafos.com / nutritionkorea@hotmail.com

조사자(조사참여 학생)		성명 : _____ 소속 및 학년: _____ 연락처 : _____
조사대상자	현 주소	_____
	생년월일	_____ 년 _____ 월 _____ 일 (만 _____ 세)
	전화번호	집 : _____ 핸드폰 : _____
조사일		_____ 년 _____ 월 _____ 일



# [1] 일반 사항

1. 지금 살고 계신 주택의 형태는 무엇입니까? ( )  
 ① 단독주택      ② 아파트      ③ 빌라, 연립, 다세대 주택      ④ 기타
2. 함께 살고 있는 가족의 구성에 관한 조사입니다. 가족이란 구입한 식품을 함께 섭취하는 경우를 말합니다. 그럼 귀댁의 가족 총수는 몇 명입니까? ( )명
3. 가족의 전체 월 평균 소득은 대략 어느 정도입니까? ( )  
 ① 150만원 미만      ② 150 ~ 300만원      ③ 300 ~ 450만원  
 ④ 450 ~ 600만원      ⑤ 600만원 이상
4. 가족의 성별, 연령, 학력, 소득에 관해 보기와 같이 항목별 해당 번호를 적어주시기 바랍니다.

< 보기 >

가족관계	성별	연령	학력	직업구분
본인	2	52	3	9
남편	1	55	4	4

< 가족 구성 조사 >

일 련 번 호	가 족 관 계 를 적 어 주 세 요.	5-1. 성별	5-2. 만 나이	5-3. 학력	5-4. 직업구분	5-5. 건강상태
		① 남 ② 여	적어주세요.	① 국졸이하 ② 중졸 ③ 고졸 ④ 대졸 (전문대 포함) ⑤ 대학원 이상	① 서비스업, 상업 ② 생산직 ③ 행상, 단순 노동직 ④ 개인 자영업 ⑤ 일반 사무직 및 공무원 ⑥ 고위관리직 종사자 ⑦ 전문직 종사자 ⑧ 군인 ⑨ 직업 없음(주부) ⑩ 기타(적어 주십시오.)	① 매우 건강하다 ② 약간 건강하지 편이다 ③ 보통이다 ④ 약간 건강하지 못한 편이다 ⑤ 매우 건강하지 못하다
1	본인					
2						
3						
4						
5						
6						

## [2] 가정내 농산물 보관 및 저장

1. 식품을 보관하는 공간의 크기를 조사하고자 합니다. 음식을 주로 저장하는 냉장고에 대해 적어주십시오. 가정내 있으면 ① 있다에, 없으면 ② 없다 에 V표로 체크하시고 용량도 적어주시기 바랍니다.

1) 냉장고(일반 냉장냉동고) (① 있다. ② 없다),

있다면 전체 용량 : \_\_\_\_\_ / (리터)

2) 위의 냉장고 이외에 추가적으로 냉동고나 냉장고를 더 갖고 계십니까?

▶ 추가 냉동고 (① 있다. ② 없다), 용량 : \_\_\_\_\_ / (리터)

▶ 추가 냉장고 (① 있다. ② 없다), 용량 : \_\_\_\_\_ / (리터)

3) 김치냉장고를 갖고 계십니까? ① 있다. ② 없다

있다면 김치냉장고 용량 : \_\_\_\_\_ / (리터)

2. 김치는 얼마나 자주 담가 드십니까?

- ① 일주일에 1회 이상                      ② 한달에 3 ~ 4회                      ③ 한달에 1 ~ 2회  
 ④ 2달 1회                                      ⑤ 3달에 1회                                      ⑥ 거의 담지 않음

## [3] 신선 농산물의 소비 양상

1. 귀하는 농산물을 어디에서 주로 구입하십니까?

	구입처를 선택하세요							
	재래시장	대형할인점 및 대형슈퍼마켓	일반동네 슈퍼마켓	동네가게	직거래	인터넷	홈쇼핑	기타(만일 있으면 적어주세요)
쌀								
쌀외 곡류								
서류(고구마, 감자 등)								
두류(콩, 팥 등)								
견과류(밤, 잣 등)								
종실류(참깨 등)								
엽근채류(배추, 무, 상 추, 당근)								
조미채소류(고추, 마늘, 양파, 대파, 생강 등)								
과채류(수박, 참외, 오 이, 딸기 등)								
과일류(사과, 배, 단감, 포도, 감귤, 복숭아)								
수산물(고등어, 갈치 등)								
축산물(쇠고기, 닭, 돼 지고기, 달걀 등)								
우유 및 유제품								
유지류								

2. 최근 한달간 다음 농산물을 얼마나 자주 구입하셨습니다까?(1회 구입하는 양을 적어 주세요)

1) 곡류		얼마나 자주 구입하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다.					1회 구입하는 양을 적어 주세요. (예: 쌀 10kg)
		매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	
1-1	쌀						
1-2	보리						
1-3	옥수수						
1-4	수수						
1-5	조						
1-6	메밀						
1-7	밀가루						
1-8	기타 곡류						

2) 서류 및 두류		얼마나 자주 구입하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다.					1회 구입하는 양을 적어 주세요. (예: 감자 2kg)
		매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	
2-1	감자						
2-2	고구마						
2-3	콩						
2-4	팥						
2-5	녹두						
2-6	땅콩						
2-7	기타 두류						

3) 견과 및 종실류		얼마나 자주 구입하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다.					1회 구입하는 양을 적어 주세요. (예: 잣 1되)
		매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	
3-1	밤						
3-2	호두						
3-3	잣						
3-4	도토리						
3-5	은행						
3-6	참깨						
3-7	들깨						

4) 채소류		얼마나 자주 구입하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다.					1회 구입하는 양을 적어 주세요. (예:오이(중) 5개)
		매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	
4-1	무						
4-2	배추						
4-3	양배추						
4-4	파						
4-5	생강						
4-6	양파						
4-7	마늘						
4-8	오이						
4-9	호박						
4-10	시금치						
4-11	토마토						
4-12	건고추						

채소류		얼마나 자주 구입하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다.					1회 구입하는 양을 적어주세요. (예: 느타리 400g)
		매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	
4-13	당근						
4-14	상추						
4-15	송이버섯						
4-16	표고버섯						
4-17	느타리						
4-18	팽이버섯						
4-19	기타버섯						
4-20	양송이						
4-21	산나물						
4-22	기타채소						
4-23	참외						
4-24	수박						
4-25	딸기						
4-26	미나리						
4-27	가지						
4-28	숙갓						
4-29	풋고추						
4-30	멜론						
4-31	샐러리						
4-32	양상추						
4-33	피망						
4-34	기타채소						

5) 과실류		얼마나 자주 구입하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다.					1회 구입하는 양을 적어주세요. (예: 사과(중)10개)
		매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	
5-1	사과						
5-2	배						
5-3	단감						
5-4	포도						
5-5	복숭아						
5-6	귤						
5-7	유자						
5-8	자두						
5-9	참다래						
5-10	기타과실류						

6) 수산물 및 축산물		얼마나 자주 구입하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다.					1회 구입하는 양을 적어주세요. (예: 쇠고기 600g)
		매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	
6-1	고등어						
6-2	굴비						
6-3	갈치						
6-4	계장						
6-5	기타 수산물						
6-6	쇠고기						
6-7	돼지고기						
6-8	닭고기						
6-9	기타 육류(예, 오리고기 등)						

7) 기타식품 (유지류, 난류, 우유 및 유제품)		얼마나 자주 구입하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다					1회 구입하는 양을 적어주세요. (예: 우유 1000ml)
		매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	
7-1	콩기름						
7-2	참기름						
7-3	들기름						
7-4	기타유지류						
7-5	난류(계란)						
7-6	우유						
7-7	유제품						

#### [4] 농산물 재고 현황 조사

귀댁에서 보유하고 있는 농산물 재고 상태를 조사하는 것입니다. 반드시 조사 시작일에 작성해 주십시오.

##### 4-1 쌀 및 양념류

재고 조사일 _____ 년 _____ 월 _____ 일		
농산물명	재고량 (예 : 쌀 5kg, 참깨 1컵, 고춧가루 5컵)	다 먹기까지 걸리는 기간 _____일(다 먹기까지 걸 리는 시간을 예상하여 적어주세요)
쌀		
미늘		
참깨		
고춧가루		
감자		
양파		

4-2. 기타 식품류

위에 적으신 식품(쌀, 마늘, 참깨, 고춧가루, 감자, 양파) 외에 보관하고 있는 식품을 모두 적어 주십시오.

재고농산물조사표(쌀, 마늘, 참깨, 고춧가루, 감자, 양파 제외) 재고 조사일 _____ 년 _____ 월 _____ 일			
연번	식품명 (예 : 파, 오이, 고추, 풋고추...)	재고량 (예 : kg, 컵, 개 ...)	다 먹기까지 걸리는 기간 _____ 일
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			





#### 4. 식품소비실태 조사 설문지

ID	(기입하지 마시오)
----	------------

## 식품 소비실태 조사지

안녕하십니까?

본 조사는 농림부에서 주관하는 농림기술개발연구과제의 일환으로 가구별로 농산물의 구입 및 소비 실태를 파악하는 조사입니다. 조사 대상은 식생활을 주로 관리하는 주부를 대상으로 하고 있습니다. 1달 동안 귀댁에서 소비되는 농산물의 구매품목, 구매량, 구매 단위 및 구입비용에 대한 조사를 실시하고자 합니다. 본 조사 결과는 그간 미진했던 농산물 소비 행태의 파악과 농산물의 수급 불안정을 해소를 위한 귀중한 기초자료가 되리라고 생각됩니다. 본 자료의 정보는 단지 상기 연구의 목적을 위해서만 이용됨을 알려드립니다. 본 농산물 소비조사를 위해 많은 협조를 부탁드립니다. 대단히 감사합니다.

연구책임자 : 한국식품영양재단 김숙희 이사장

연락처 : 전화) 02-702-7758/7712 e-mail : kfnf01@hanafos.com

조사자(조사참여 학생)	성명 : _____	소속 : _____
	연락처 : _____	
조사대상자	현 주소	_____
	생년월일	_____년 _____월 _____일 (만     세)
	성    별	<input type="checkbox"/> 남자 <input type="checkbox"/> 여자
	체    격	신장: _____cm, 체중: _____kg
	전화번호	집 : _____                      핸드폰 : _____
조 사 일	_____년	_____월
	_____일	

## [1] 일반 사항

1. 지금 살고 계신 주택의 형태는 무엇입니까? ( )  
 ① 단독주택      ② 아파트      ③ 빌라, 연립, 다세대 주택      ④ 기타
2. 함께 살고 있는 가족의 구성에 관한 조사입니다. 가족이란 구입한 식품을 함께 섭취하는 경우를 말합니다. 그럼 귀댁의 가족 총수는 몇 명입니까? ( )명
3. 가족의 형태는 다음 중 어느 것에 해당하십니까?  
 ① 부부와 자녀    ② 대가족(부모, 부부, 자녀)    ③ 부부  
 ④기타(적어주세요 \_\_\_\_\_)
4. 가족의 전체 월 평균 소득은 대략 어느 정도입니까? ( )  
 ① 150만원 미만      ② 150 ~ 300만원      ③ 300 ~ 450만원  
 ④ 450 ~ 600만원      ⑤ 600만원 이상

※다음은 주부와 남편의 학력에 관한 것입니다. 보기를 보시고 해당하는 번호를 적어주세요.

5. 주부의 학력 ; ( )      6. 남편의 학력: ( )

보기	① 학교를 다니지 않았음    ② 초등학교 졸업    ③ 중학교 졸업 ④ 고등학교 졸업    ⑤ 대학교 졸업(전문대학포함) 이상    ⑥ 대학원 졸업 이상
----	---

※다음은 주부와 남편의 직업에 관한 것입니다. 보기를 보시고 해당하는 번호를 적어주세요.

7. 주부의 직업 ; ( )      8. 남편의 직업: ( )

보기	① 서비스업, 상업    ② 생산직    ③ 행상, 단순 노동직    ④ 개인 자영업 ⑤ 일반 사무직 및 공무원    ⑥ 고위관리직 종사자    ⑦ 전문직 종사자 ⑧ 군인    ⑨ 직업 없음(주부)    ⑩ 기타(적어 주십시오.)
----	--

## [2] 주부대상 식생활 및 건강상태 조사

1. 아침을 먹는 횟수는 어느 정도입니까?( )  
 ① 매일      ② 1~2일에 한번 정도      ③ 3~4일에 한번 정도  
 ④ 일주일에 1회 이하      ⑤ 거의 먹지 않는다.
2. 아침을 먹을 경우 주로 드시는 형태는 어느 것입니까? ( )  
 ① 밥 + 국 + 반찬의 형태      ② 시리얼      ③ 빵류  
 ④ 선식 또는 생식      ⑤ 기타 ( )
3. 선식 또는 생식을 식사대용식으로 이용하고 계십니까?  
 ① 예      ② 아니요.



### [3] 신선 농산물의 소비 양상

1. 귀하는 농산물을 어디에서 주로 구입하십니까?

	구입처를 선택하세요							기타(만일 있으면 적어주세요)
	재래시장	대형할인점 대형슈퍼마켓	일반 동네 슈퍼마켓	동네가게	직거래	인터넷	홈쇼핑	
쌀								
쌀외 곡류								
서류(고구마, 감자 등)								
두류(콩, 팥 등)								
견과류(밤, 잣 등)								
종실류(참깨 등)								
엽근채류(배추, 무, 상추, 당근)								
조미채소류(고추, 마늘, 양파, 대파, 생강 등)								
과채류(수박, 참외, 오이, 딸기 등)								
과일류(사과, 배, 단감, 포도, 감귤, 복숭아)								
수산물(고등어, 갈치 등)								
축산물(쇠고기, 닭, 돼지고기, 달걀 등)								
우유 및 유제품								
유지류								

2. 최근 1달간 다음 농산물을 얼마나 자주 섭취하십니까?(1회 구입하는 양을 적어 주세요)

1) 곡류	얼마나 자주 섭취하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다.					주로 구입하시는 형태에 V표로 체크해 주십시오.			주로 구입하시는 양에 V표로 체크해 주십시오	
	매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	원래대로	손질한 것 (세척된 것)	가공된 것 (가루 형태)	대포장(관, 가마, 20kg, box 등)	소포장(2kg, 1kg, 500g, 개 등)
쌀										
보리										
옥수수										
수수										
조										
메밀										
밀가루										
기타 곡류										

2) 서류 및 두류	얼마나 자주 섭취하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다.					주로 구입하시는 형태에 V표로 체크해 주십시오.			주로 구입하시는 양에 V표로 체크해 주십시오	
	매일	2-3일 에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	원래대로(흙 등이 묻은 것)	손질한 것 (세척·껍질제 거됨)	조리전단계 (삶거나 조리 하거나 잘라 놓거나 채쳐 놓은 것)	대포장 (관, 가마, box 등)	소포장 (근, 개 등)
감자										
고구마										
콩										
팥										
녹두										
땅콩										
기타 두류										

3) 견과 및 종실류	얼마나 자주 섭취하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다.					주로 구입하시는 형태에 V표로 체크해 주십시오.			주로 구입하시는 양에 V표로 체크해 주십시오	
	매일	2-3일 에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	원래대로	손질한 것 (세척·껍질 제거됨)	조리전단계 (볶거나 삶아 진 형태 등)	대포장(가마, 관, box 등)	소포장 (근, 개 등)
밤										
호두										
잣										
도토리										
은행										
참깨										
들깨										

4) 과일류	얼마나 자주 섭취하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다.					주로 구입하시는 형태에 V표로 체크해 주십시오.			주로 구입하시는 양에 V표로 체크해 주십시오	
	매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	원래대로	손질한 것 (세척·껍질 제거됨 등)	조리전단계 (치류 등)	대포장 (관, box 등)	소포장 (봉지, 개 등)
사과										
배										
단감										
포도										
복숭아										
귤										
유자										
자두										
참다래										
기타과실류										

5) 채소류	얼마나 자주 섭취하는지 V표로 체크해 주시기를 바랍니다.					주로 구입하시는 형태에 V표로 체크해 주십시오.			주로 구입하시는 양에 V표로 체크해 주십시오.	
	매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	원래대로 (흙등이 묻은 형태 등)	손질한 것 (세척·깎질 제거된 것 등)	조리전단계 (삶거나 조리하거나 잘라놓거나 채썬 것 등)	내포장(관, 가마,box 등)	소포장 (1근, 개 등)
무										
배추										
양배추										
파										
생강										
양파										
마늘										
오이										
호박										
시금치										
토마토										
건고추										
당근										
상추										
송이버섯										
표고버섯										
느타리										
팽이버섯										
기타버섯										
양송이										
산나물										
참외										
수박										
딸기										
미나리										
가지										
숙갓										
풋고추										
멜론										
샬러리										
양상추										
피망										
기타채소										

6) 수산물 및 축산물	얼마나 자주 섭취하는지 V표로 체크해 주시기 바랍니다.					주로 구입하시는 형태에 V표로 체크해 주십시오.			주로 구입하시는 양에 V표로 체크해 주십시오	
	매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	원래대로	손질한것(세 척·깍질제 거된 것 등)	조리된것(예 (건조된 것 돈까스, 양념된 것 등)	대포장(관, box, 5kg 등)	소포장 (근, 마리 등)
고등어										
굴비										
갈치										
계장										
기타수산물										
쇠고기										
돼지고기										
닭고기										
기타 육류 (예. 오리고 기 등)										

7) 기타식품	얼마나 자주 섭취하는지 V표로 체크해 주시길 바랍니다.					주로 구입하시는 양에 V표로 체크해 주십시오	
	매일	2-3일에 한번	주 1-2회	한달 1-2회	안먹음	대포장(box, 1판, 1.8ml 등)	소포장(병, 개, 100g 등)
콩기름							
참기름							
들기름							
기타 유지류							
난류(계란)							
우유							
유제품							

3. 귀하는 국산농산물 사용정도는 얼마나 됩니까?

- ① 국산농산물만 먹는다.      ② 수입농산물이라도 필요하다면 먹는다.  
③ 국산·수입농산물 구별하지 않고 먹는다.

4. 김치는 얼마나 자주 담가 드십니까?

- ① 일주일에 1회 이상      ② 한달에 3 ~ 4회      ③ 한달에 1 ~ 2회  
④ 2달 1회      ⑤ 3달에 1회      ⑥ 거의 담지 않음

5. 반찬가게에서 완전 조리된 식품을 자주 구입하시는 편입니까?

- ① 매우 자주 구입한다.      ② 자주 구입하는 편이다.      ③ 보통정도로 구입한다.  
④ 가끔 구입하는 편이다.      ⑤ 거의 구입하지 않는다.



#### [4] 식사섭취 조사

※ 여러분이 하루에 먹은 음식의 이름과 양을 적고 먹은 음식의 재료와 재료의 양을 보기와 같이 자세히 적어 주시고 식사를 먹은 장소를 적어 주세요. 만일 먹지 않은 경우에는 먹지 않음으로 적어주세요.

구 분	음식명 및 분량		재료 및 분량		식사한 장소
	음식명	음식분량	식품재료	식품분량	
아 침 오전 8시	쌀밥	1공기	쌀밥	1공기	집
	콩나물국	1대접(대)	콩나물 쇠고기 참기름	반 대접 3-4점 1작은술	
	계란찜	1접시	계란 깨소금	1개 조금	
	배추김치	10젓가락	배추김치	10젓가락	
	해표김	1봉지	김(소)	10장	
간 식 오전 11시	사과	반개			직장
	우유	1잔(200ml)			
	초코렛	4쪽	가나초코렛	1/4개	
점 심 오전 12시 30분	닭칼국수	1 그릇(대)	닭살 다진파	5젓가락 1작은술	구내식당
	배추겉절이	1그릇(중)	배추	5점	
	파전	1접시	실파 계란 식용유	5젓가락 1개 1큰술	
간 식 : 오후 3시	오렌지 주스	1 컵			집
저녁 오후 7시 30분	해물 떡배기	1그릇	오징어	3젓가락	외식
			반지락조개	5개	
			된장	1큰술	
			호박	5젓가락	
간 식 오후 9시 20분	쌀밥	2/3공기			집
	콩자반	1 접시(소)			
	깍두기	1 접시(소)			
하루 동안 먹은 영양제	비타민씨(종합비타민제)			먹은량	2알

대상자: \_\_\_\_\_세(남, 여)

기록일 : 2003 년    월    일(    요일)

구 분	음식명 및 분량		재료 및 분량		식사한 장소
	음식명	음식분량	식품재료	식품분량	
아 침					
간 식					
점 심					
간 식					
저녁					
간 식					
먹은 영양제(종합영양제, 비타민제):				먹은량:	알

## [5] 음식 조리 실태 조사

1. 다음 양념류를 이용하여 주로 이용하는 요리의 종류 및 그 사용량을 적어주십시오.  
(기타란에는 직접 써 주십시오.)

	주로 이용하시는 요리의 종류에 V 표시해 주십시오.								1주일동안 사용하시는 양을 적어주십시오. (테이블스푼, 컵, g 단위)
	국·탕	찌개	구이	찜	전·부침 ·튀김	볶음·조림	밥·죽 ·국수	기타	
대파									
마늘									
건고추									
풋고추									
양파									
생강									

2. 붓찰 동안 농산물을 이용하여 조리한 음식 4가지를 적고 음식에 사용되는 재료 및 식품분량을 적어주시기 바랍니다.

인 분	음식명	식품명	분량
섭취기간			

인 분	음식명	식품명	분량
섭취기간			

인 분	음식명	식품명	분량
섭취기간			

인 분	음식명	식품명	분량
섭취기간			

## [6] 홈쇼핑 판매를 위한 식품 소비 조사

1. 귀하가 홈쇼핑을 통해 상품을 구매하는 빈도는 어느 정도입니까?

- ① 1주일에 1번 이상 ② 2주일에 1번 ③ 한달에 1번 ④ 6개월에 1-2번  
⑤ 1년에 1-2번 ⑥ 거의 하지 않음

☐ 홈쇼핑을 통하여 상품을 구입하신다면 2번에 답해주십시오.

☐ 홈쇼핑을 통하여 상품을 구입하지 않으시면 바로 7번 문항으로 가십시오.

☐ 홈쇼핑을 통하여 식품을 구입하신다면.....

2. 주로 어떤 상품을 홈쇼핑에서 구입하십니까 해당하는 상품에 모두 체크하여 주십시오.

- ① 화장품 ② 겔옷 ③ 생활용품 ④ 속옷 ⑤ 가전제품 ⑥ 패션·잡화 ⑦ 운동기구  
⑧ 침구류 ⑨ 식료품 ⑩ 보석·장신구 ⑪ 취미/오락용품 ⑫ 가구 ⑬ 기타

3. 귀하가 홈쇼핑을 통해 지출하는 비용은 총 생활비의 몇 % 수준입니까?

- ① 10% 미만 ② 10-30% ③ 30-50% ④ 50% 이상

4. 만일 식품을 홈쇼핑으로 구입하신다면 귀하의 가정에서 총 식비 중 홈쇼핑으로 지출되는 비용은 어느 정도입니까?

- ① 10% 이하 ② 10-30% ③ 30-50% ④ 50-70% ⑤ 70% 이상 ⑥ 식품은 구입하지 않음

5. 홈쇼핑을 통하여 식품을 구입하실 때 주로 어떤 목적으로 구입하십니까?

- ① 가정에서 일상적으로 먹기 위해 ② 선물용으로 ③ 제수용으로 쓰기 위하여  
④ 손님 초대를 위하여 ⑤ 주변사람과 나눠먹기 위해서  
⑥ 기타(\_\_\_\_\_)

6. 다음 중 홈 쇼핑을 통해 한번이라도 구입한 상품이 있으시면 빈칸에 v표로 체크해 주시기 바랍니다.

- (1) \_\_\_\_\_ 곡류(쌀, 혼합곡류 등)  
(2) \_\_\_\_\_ 수산물 및 수산가공품(새우, 고등어, 갈치, 마른오징어, 젓갈, 계장 등)  
(3) \_\_\_\_\_ 농산물(사과, 배, 멜론, 잣, 호두, 곶감 등)  
(4) \_\_\_\_\_ 육류 및 육가공품(쇠고기, 사골, 돼지고기, 우족, 양념육, 오리, 햄)  
(5) \_\_\_\_\_ 장류(된장, 고추장, 메주, 간장)  
(6) \_\_\_\_\_ 김치류(배추김치, 보쌈김치)  
(7) \_\_\_\_\_ 양념류(고추가루, 참기름, 죽염 등)  
(8) \_\_\_\_\_ 조리가공식품(사골곰탕, 참치캔 등)  
(9) \_\_\_\_\_ 건강식품 및 건강보조식품(인삼, 생식, 선식, 로얄제리, 버섯류)

7. 귀하는 다음의 식품을 어떤 방법으로 주로 요리해 드십니까? 해당하는 항목에 모두 표시하여 주시기 바랍니다. (기타란에는 적어주십시오.)

7-1. 쇠고기

- ① 국·탕 ② 찌개 ③ 구이 ④ 찜 ⑤ 전·부침·튀김 ⑥ 볶음·조림 ⑦ 밥·죽·국수 ⑧ 기타

7-2. 닭고기

- ① 국·탕 ② 찌개 ③ 구이 ④ 찜 ⑤ 전·부침·튀김 ⑥ 볶음·조림 ⑦ 밥·죽·국수 ⑧ 기타

7-3. 돼지고기

- ① 국·탕 ② 찌개 ③ 구이 ④ 찜 ⑤ 전·부침·튀김 ⑥ 볶음·조림 ⑦ 밥·죽·국수 ⑧ 기타

7-4. 고등어

- ① 국·탕 ② 찌개 ③ 구이 ④ 찜 ⑤ 전·부침·튀김 ⑥ 볶음·조림 ⑦ 밥·죽·국수 ⑧ 기타

7-5. 갈치

- ① 국·탕 ② 찌개 ③ 구이 ④ 찜 ⑤ 전·부침·튀김 ⑥ 볶음·조림 ⑦ 밥·죽·국수 ⑧ 기타

7-6. 굴비

- ① 국·탕 ② 찌개 ③ 구이 ④ 찜 ⑤ 전·부침·튀김 ⑥ 볶음·조림 ⑦ 밥·죽·국수 ⑧ 기타

7-7. 옥돔

- ① 국·탕 ② 찌개 ③ 구이 ④ 찜 ⑤ 전·부침·튀김 ⑥ 볶음·조림 ⑦ 밥·죽·국수 ⑧ 기타

7-8. 새우

- ① 국·탕 ② 찌개 ③ 구이 ④ 찜 ⑤ 전·부침·튀김 ⑥ 볶음·조림 ⑦ 밥·죽·국수 ⑧ 기타

8. 다음 상품을 TV 홈쇼핑으로 시작한다면 상품의 품질은 어떤 것을 더 선호하십니까?

- |             |      |     |     |     |      |
|-------------|------|-----|-----|-----|------|
| 8-1. 양념돼지갈비 | ①특상품 | ②상품 | ③중품 | ④하품 | ⑤특하품 |
| 8-2. 양념소갈비  | ①특상품 | ②상품 | ③중품 | ④하품 | ⑤특하품 |
| 8-3. 사과, 우족 | ①특상품 | ②상품 | ③중품 | ④하품 | ⑤특하품 |
| 8-4. 고등어    | ①특상품 | ②상품 | ③중품 | ④하품 | ⑤특하품 |
| 8-5. 갈치     | ①특상품 | ②상품 | ③중품 | ④하품 | ⑤특하품 |
| 8-6. 굴비     | ①특상품 | ②상품 | ③중품 | ④하품 | ⑤특하품 |
| 8-7. 옥돔     | ①특상품 | ②상품 | ③중품 | ④하품 | ⑤특하품 |
| 8-8. 새우     | ①특상품 | ②상품 | ③중품 | ④하품 | ⑤특하품 |
| 8-9. 계장     | ①특상품 | ②상품 | ③중품 | ④하품 | ⑤특하품 |
| 8-10. 사과    | ①특상품 | ②상품 | ③중품 | ④하품 | ⑤특하품 |
| 8-11. 배     | ①특상품 | ②상품 | ③중품 | ④하품 | ⑤특하품 |

9. 홈쇼핑을 통한 수산물 판매시 사은품(예, 갈치 세트에 고등어자반을 추가로 주는 경우)을 제

공하는 것에 대해 어떻게 생각하십니까?

①필요하다 ②필요하지 않다 ③생각해 본적이 없다.

10. 홈쇼핑을 통해 식품을 구매할 때 식품의 브랜드가 중요하다고 생각하십니까?

① 예 ② 아니오

11. 귀하는 홈쇼핑 이외에도 인터넷 쇼핑을 통해서도 식품을 구매하십니까?

① 예 ② 아니오

12. 홍쇼핑 상품으로 구성할 때 함께 구성되었으면 하는 제품을 표시해 주시해 주십시오

육류 및 육가공품	<input type="checkbox"/> 소갈비	<input type="checkbox"/> 소불고기	<input type="checkbox"/> 소갈비	<input type="checkbox"/> 소등심
	<input type="checkbox"/> 소안심	<input type="checkbox"/> 돼지삼겹살	<input type="checkbox"/> 돼지등심	<input type="checkbox"/> 돼지안심
수산물 및 수산가공품	<input type="checkbox"/> 돼지목등심	<input type="checkbox"/> 우족, 사골	<input type="checkbox"/> 오리	<input type="checkbox"/> 행류
	<input type="checkbox"/> 닭고기	<input type="checkbox"/> 돼지양념고기류	<input type="checkbox"/> 쇠양념고기류	<input type="checkbox"/> 소민스(쇠갈은것)
수산물 및 수산가공품	<input type="checkbox"/> 굴비	<input type="checkbox"/> 갈치	<input type="checkbox"/> 고등어	<input type="checkbox"/> 삼치
	<input type="checkbox"/> 옥돔	<input type="checkbox"/> 도루묵	<input type="checkbox"/> 임연수	<input type="checkbox"/> 콩치
	<input type="checkbox"/> 가자미	<input type="checkbox"/> 새우	<input type="checkbox"/> 오징어	<input type="checkbox"/> 꽃게
	<input type="checkbox"/> 가오리	<input type="checkbox"/> 낙지	<input type="checkbox"/> 문어	<input type="checkbox"/> 김
	<input type="checkbox"/> 미역	<input type="checkbox"/> 다시마		

13. 다음은 홍쇼핑을 통해서 판매되고 있는 상품의 수량과 가격입니다. 적당하다고 생각하시는 정도에 대해 표시하여 주십시오.

상품의 예	가격에 대한 견해	제시한 상품의 수량과 비교해 볼 때 적당하다고 생각되는 수량은?
<b>양념돼지갈비</b> (예 : 4-5kg에 3만원 정도)	① 값이 싸다 ② 적절하다 ③ 비싸다	① 0.5배(기준량의절반) ② 1배(기준량) ③ 1.5배
<b>양념소갈비</b> (예 : 5kg에 6만원대 수준)	① 값이 싸다 ② 적절하다 ③ 비싸다	① 0.5배(기준량의절반) ② 1배(기준량) ③ 1.5배
<b>보신세트류</b> (예 : 한우꼬리세트 5kg에 6만원대)	① 값이 싸다 ② 적절하다 ③ 비싸다	① 0.5배(기준량의절반) ② 1배(기준량) ③ 1.5배
<b>고등어</b> (예 : 4손(8마리)에 4만원, 두 마리에 700g 이상)	① 값이 싸다 ② 적절하다 ③ 비싸다	① 0.5배(기준량의절반) ② 1배(기준량) ③ 1.5배
<b>갈치</b> (예 : 3kg(7-8마리)에 4만원)	① 값이 싸다 ② 적절하다 ③ 비싸다	① 0.5배(기준량의절반) ② 1배(기준량) ③ 1.5배
<b>굴비</b> (예 : 3두름(60마리, 19-20cm)에 5만원)	① 값이 싸다 ② 적절하다 ③ 비싸다	① 0.5배(기준량의절반) ② 1배(기준량) ③ 1.5배
<b>옥돔</b> (예 : 제주옥돔 2kg(14-16마리)에 4만원)	① 값이 싸다 ② 적절하다 ③ 비싸다	① 0.5배(기준량의절반) ② 1배(기준량) ③ 1.5배
<b>새우</b> (예 : 참새우 1.4kg (50마리내외, 18cm)에 40,000원 수준)	① 값이 싸다 ② 적절하다 ③ 비싸다	① 0.5배(기준량의절반) ② 1배(기준량) ③ 1.5배
<b>게장</b> (예 : 간장게장 2.5kg에 5만원대)	① 값이 싸다 ② 적절하다 ③ 비싸다	① 0.5배(기준량의절반) ② 1배(기준량) ③ 1.5배
<b>사과</b> (예 : 10kg(40개 내외)에 4만원)	① 값이 싸다 ② 적절하다 ③ 비싸다	① 0.5배(기준량의절반) ② 1배(기준량) ③ 1.5배
<b>배</b> (예 : 7.5kg(13개 내외)에 25,000원 수준)	① 값이 싸다 ② 적절하다 ③ 비싸다	① 0.5배(기준량의절반) ② 1배(기준량) ③ 1.5배