전남지방의 단체급식소의 식이구성에 관한 연구

정 영 희 · 남 현 근

광주서원전문학교 영양과

A study on the Diets of the Group-feeding Institutes in Jeonnam Area.

Young Hee Chung, Hyun Keun Nam

Dept. of Nutrition Science, Gwangju Seowon Junior College

—Abstract—

In order to know the Diets of the Group-feeding Institutes of Jeonnam area, nutrition survey was carried out. The results are

① Most of the Group-feeding Institutes of Jeonnam area do not employ Dietetic, even though they have to employ.

② In the Group-feeding diets of Jeonnam Gymnasium Senior High School student, Average intake calorie per day is 4, 379. 2Cal. and the ratio of animal protein per total protein(173. 9gr)intake is 33%.

③ For College girls, Average calorie intake per day is 2, 082. 32Cal, and the ratio of animal protein per total protein(114. 10gr)is 26. 56%

④ For College boys, Average calorie intake per day is 2, 361. 37Cal. and the ratio of animal protein per total protein(116. 84gr)is 19. 43%.

⑤ For the Heavy Labour of Jeonnam area, Avereage calorie intake per day is 2, 588. 88Cal, 3, 495. 21Cal., and 3, 936. 51 Cal. respectively and the ratio of animal protein per total protein(144. 75gr, 232. 07 gr, and214. 68gr)is 37. 45%, 44. 84%, and 34. 66% respectively.

Ⅰ. 서 론

인간이 생명을 유지하여 나가는데 세포의 활력에 무관할 수 없으며, 활력을 공급하여 주는 물질군 즉 영양물질에 관하여 과학적이고 종합적인 고찰이 필요하게 된다.

영양물질에는 열량소와 보전소로 크게 나눌 수 있음은 잘알려 져있다.[1] 특히 영양에 관한 종합적인 실천을 하고 있다고 생각하는 단체급식소의 현황을 조사하였고, 특히 식이구성에 관한 것과 이를 관장하는 영양사의[2, 3, 4]업무한계, 영양에 관한 관리자의 태도, 급식비 등을 조사분석[5]하였으며 이같은 급식소를 통하여 얻게되여지는 문제들에 관하여도 고려하였던 바 여기 그 결과를 보고하고자 한다.

Ⅱ. 조사방법

1. 조사기간

a) 기업체. 학교 : 1976년 4월 1일~4월 30일 까지 식단

b) 복 지 시 설 : 1976년 5월 17일~5월 22일 까지 식단

2. 조사대상

전남지방에 산재되여 있어 단체급식을 실시하고 있는 기업체, 병원, 공장, 학교, 기숙사, 복지시설 등을 상대로 관리자, 영양사, 조리사 등의 협조로 실시하였다.

3. 조사방법

설문지, 방문확인, 제공된 식단에 의하여 조사 분석하였다.

4. 통계처리

전자계산기에 의하여 백분율로 처리하였다.

Ⅲ. 결과 및 분석

본 조사에 사용한 설문의 내용과 제출받은 식단을 살펴보면 다음표 1, 2, 3, 4, 5, , 6와 같다. 여기서 표 1, 2는 단체급식소의 운영 상황을 조사한 것이고, 표 3, 4, 5, 6은 기업체 (공장) 의 단체급식 식단, 학교단체 급식식단, 복지시설 단체급식 식단이다.

Table 1. 단체 급식소의 운영 현황표 (1)

구분	단 체 급 식 소	급식인원	영양사 배치 상황	물품구입자	식비 부담 개 인	식비 부담 관리자	비 고
기업	삼양시내버스(합자)	221	없 음	서 무 과	1/2	1/2	
	대창운수(주)	320	〃	〃	〃	〃	
	삼양스텐레스공업(주)	194	〃	〃	〃	〃	
	연초제조창	700	있 음	〃	◦	전부	
	삼양타이어(주)	396	〃	영 양 사	◦	〃	
	반산산업(주)	503	없 음	서 무 과	◦	〃	
	호남전기(주)	1,599	〃	〃	1/3	2/3	
	행 남 사	577	〃	〃	1/2	1/2	

체	호남정유여수공장	389	있 음	서 무 과	1/3	2/3	
	한국종합화학(주)	747	〃	〃	1/2	1/2	
	고려시멘트제조(주)	618	없 음	〃	〃	〃	
	일신방직(주)	2,361	있 음	〃	○	전부	
	아시아자동차(주)	518	〃	〃	○	〃	
	화천기공사	354	없 음	〃	○	〃	
대	서원전문 수피아간호전문	69	〃	식 감	전부	○	학생의기숙사비
	조대간호전문	160	있 음	서 무 과	〃	○	〃
	전대간호전문	240	〃	〃	〃	○	〃
학	호남신학교	85	없 음	〃	〃	○	〃
	성콜롬반간호전문	65	〃	〃	〃	○	〃
고등학교	체육고등(전남)	360	〃	〃	○	전부	정 부 보조
영	형 제 사	140	〃	〃	○	〃	〃
	무 등 원	200	〃	〃	○	〃	〃
	신 애 원	150	〃	〃	○	〃	〃
육	성 빈 여사	145	〃	〃	○	〃	〃
	전남애육원	250	〃	〃	○	〃	〃
아	인애모자원	132	〃	〃	○	〃	〃
	함 광 원	150	〃	〃	○	〃	〃
원	계 명 여사	104	〃	〃	○	〃	〃
	공 생 원	266	〃	〃	○	〃	〃

Table 2. 단체급식소의 운영 현황표 (Ⅱ)

구분	단 체 급 식 소 명	식 단 작성유무	식품량의 산출근거		주된식품	분식현황	비 고
			식단	대장			
기	삼양시내빠스(합자)	무		○	CHO	3회/7일	
	대창운수(주)	〃		○	〃	〃	
	삼면스텔레스공업(주)	〃		○	〃	〃	
	연초제조장	유	○		〃	2회/7일	
	삼양타이어(주)	작성함	○		〃	2회/7일	
	반산산업(주)	무		○	〃	〃	
업	호남전기(주)	〃		○	〃	〃	
	행남사	〃		○	〃	〃	
	호남정유여수공장	작성함	○		〃	2회/7일	

체	한국종합화학	무	○		〃	〃	
	고려시멘트제조(주)	〃		○	〃	〃	
	일신방직(주)	작성함	○		〃	〃	
	아시아자동차(주)	〃	○		〃	〃	
	화천기공사	무		○	〃	〃	
대	서원전문, 수피아간호전문	작성함	○		〃	2회/7일	
	조대간호전문	〃	○		〃	2회/7일	
	목포성콜롬반간호전문	〃	○		〃	〃	
학	전대의대간호전문	〃	○		〃	〃	
	호남신학교	〃	○		〃	2회/7일	
고등학교	전남체육고등학교	〃	○		〃	〃	
영	형 제 사	〃		○	〃	〃	
	무 등 원	〃	○		〃	〃	
	신 애 원	〃		○	〃	〃	
육	성 빈 여 사	〃	○		〃	〃	
	애 육 원	〃	○		〃	〃	
아	인 애 모 자 원	〃		○	〃	〃	
	함 광 원	〃		○	〃	〃	
원	계 명 여 사	〃	○		〃	〃	
	공 생 원	〃		○	〃	〃	

Table 3. S.Y. 단체급식소의 식단 (기업체)

요 일	주 식	부 식
월	쌀, 보리	두부 된장국, 명태포무침
화	〃	김치국, 감자 당근 볶음
수	국수(콩물)	(분식실시) 김치, 깍두기
목	쌀, 보리	(비빔밥) 돼지고기찌개, 무우국
금	〃	실가리된장국, 호박나물
토	국 수	(분식실시) 김치깍두기

Table 4. S단체급식소의 식단 (여대생)

요일 / 구분	월	화	수	목	금	토
아침	시래기국 달걀후라이 멸치볶음 콩나물 김치	아욱국 오뎅볶음 콩나물 단무지 김치	배추국 계란찜 김구이 녹두나물 김치	파래국 칼치구이 콩나물 오이김치국 김치	무우국 계란후라이 멸치볶음 콩나물 김치	시래기국 계란찜후라이 김구이 콩나물 김치
점심	고기미역국 칼치구이 시금치나물 무우김치국 김치	유부국 고기김치찌개 통조림 고사리나물 김치	두부국 소세지잡채 상추쌈 김치	감자국 고기두부찌개 호박나물 마늘쫑 김치	유부국 조기구이 시금치나물 무우김치국 김치	아욱국 카레 근대나물 김치
저녁	상추국 두부젼 파래무침 즉석오이지 김치	콩나물국 새우튀김 호박나물 명란젓 김치	근대국 꼬막 석화젼 오이지 김치	굴미역국 계 단무지 생선젼 김치	배추국 쏘세지튀김 오징어미나리회 파래무침 김치	무우국 명태 시금치나물 고막 김치
비고	주식 : 쌀, 보리		(화) (금) : 분식 (국수)			

Table 4—1 : H단체급식소의 식단 (남대생)

요일 / 구분	월	화	수	목	금	토	일
아침	백반 시래기국 콩나물무침 김치	백반 조개국 나물무침 김치	잡곡밥 양배추국 생선조림 김치	혼합곡밥 미역국 멸치볶음 김치	잡곡밥 시금치된장국 김치	혼합곡밥 된장국 생선조림 김치	콩밥 고사리된장국 고막무침 김치
점심	혼합곡밥 돼지고기국 김치	볶음밥 누우맑은장국 단무지	콩물국수	비빔국수 김치	잡곡밥 미역무침 미나리김치 마른명태무침	짜장면 단무지	보리밥 두부찌개 신치조림
저녁	보리밥 감자조림 도라지 초나물 김치	콩밥 시래기국 (대치 : 나물) 파래무침 김치	잡곡밥 홍합미역국 나물무침 김치	완두콩밥 콩나물국 고등젓 김치	콩밥 새우젓 김치	완두콩밥 호박찌개 달걀후라이 상추김치	잡곡밥 생선국 멸치통조림 김치

Table 5. 체육고등학교식단

요일 / 때		월	화	수	목	금	토	일
아침	주식	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡
	부식	시래기국 조기조림 단무지 배추김치	시래기국 생선목조 림수란 배추김치	시래기국 갈치조림단 무지 배추김치	시래기국 시금치나물 수란 배추김치	미역국 조기조림 배추김치	시래기국 생두부 마나리김치 배추김시	시래기국 조기조림 배추김치
점심	주식	쌀 보리쌀 혼합곡	찰밥 : 쌀 찹쌀 팥	짜장면	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡	우동	쌀 보리쌀 혼합곡
	부식	미역국 고록첫 배추김치	콩나물국 미나리나물 배추김치	단무지	돼지고기국 미나리김치 배추김치	돼지고기국 상추조림 배추김치	배추김치	돼지고기국 상추조림 배추김치
저녁	주식	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡	쌀 보리쌀 혼합곡
	부식	된장국 고막 콩조림 배추김치	돼지고기국 배추김치	된장국 미역무침 멸치볶음 배추김치	반지락국 콩나물무침 김구이 배추김치	된장국 멸치볶음 단무지 배추김치	된장국 고막 단무지 배추김치	된장국 두부튀김 김구이 배추김치

Table 6. M.D 단체급식소의 식단 (복지시설)

요일 / 때	월	화	수	목	금	토	일
아침	된장국 김치	콩나물국 김치	된장국 김치	아욱국 김치	콩나물국 김치	된장국 김치	미역국 김치
점심	콩장 쏘스 김치	멸치볶음 상추쌈 김치	콩장 고추장 김치	멸치볶음 상추쌈 김치	콩장 미나리무침 김치	멸치볶음 상추쌈 김치	마가린 양념장 김치
저녁	감자지짐 고추장 김치	소고기국 단무지 김치	두부찌개 쏘스 김치	마가린 양념장 김치	오이나물 쏘스 김치	생선찌개 고추장 김치	육파지짐 계란 김치
비고	(목) (금) 주식은 분식 국수 주식 (쌀, 보리)						

1. 학교 단체급식 (기숙사)

전남 지방에서 기숙사 시설을 갖추고 단체급식을 실시하는 학교는 극히 소수이였고 그 중에 기숙사를 가지고 있는 전남 체육고등학교, 광주서원전문학교, 조대간호전문학교, 전대간호전문학교, 성콜롬반간호전문학교, 호남신학교의 단체급식의 현황을 조사 분석하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

Table 7. 대학생 고등학생 단체급식 상황

단체급식소명	급식인원	급식회수	경영관리자	급식비부담자	영양사 유무	급식소에서의 영양교육	비고
서원, 수피아전문	69	3	학교장	학생	없음	없음	
조대간호전문	160	〃	〃	〃	있음	〃	
목포 성콜롬반 간호	65	〃	〃	〃 ($\frac{2}{3}$)	없음	〃	
전대간호전문	180	〃	〃	국비	있음	〃	
호남신학교	85	〃	〃	학생($\frac{1}{3}$)	없음	〃	
전남체육고등학교	360	〃	〃	국비	〃	〃	

Table 8. 한국인 영양 권장량 (학생)

(평균1일1인분)

영양소 / 급식대상		열량(Cal)	Protein (gr)	Vitamin A(IU)	Thiamine (mg)	Riboflavine (mg)	Niacine (mg)	Ca (gr)	Fe (mg)	비고
대학생	남	2,700	80	6,000	1.5	1.5	19	0.7	18	19~25세
	여	2,000	70	6,000	1.1	1.3	15	0.7	18	〃
고등학생	남	2,900 (4,300)	85 (120)	7,500	1.3	1.5	17	0.7	15	16~18세
	여	2,200 (3,300)	75 (110)	6,000	1.2	1.4	15	0.7	18	〃

※ ( ) 는 체육고등학생의 권장량

Table 9. 체육고등학생의 3대영양소 섭취량 (7, 8, 9)

(평균1일1인)

식품군 / 영양소	제 1 군		제 2 군		제 3 군		제 4 군		제 5 군		기 타		총 계	
	gr	%	gr	%	gr	%	gr	%	gr	%	gr	%	gr	%
단백질	68.91	39.21	21.30	21.25	70.09	40.31	11.75	6.76	0.98	0.56	1.59	0.91	173.9	100.00
지방질	22.7	18.86	4.39	3.65	7.81	6.49	2.45	2.04	82.81	68.84	0.14	0.12	120.3	100.00
탄수화물	26.06	3.55	37.09	5.06	665.44	90.7	0.53	0.07	2.97	0.4	1.62	0.22	733.7	100.00

Table 10. 남 여대학생의 3대영양소섭취량 (10, 11, 12, 13)

(평균1일1인)

식품군 / 영양소		제 1 군		제 2 군		제 3 군		제 4 군		제 5 군		기 타		총 계	
		gr	%	gr	%	gr	%	gr	%	gr	%	gr	%	gr	%
단백질	S	38.89	34.08	29.39	25.77	40.60	35.58	5.22	4.67	—	—	—	—	114.10	100.00
	H	43.42	41.44	10.42	8.92	38.35	32.82	16.83	14.41	0.96	0.96	1.86	1.59	116.04	100.00
지방질	S	12.84	48.14	3.97	14.89	3.92	14.70	5.94	22.17	—	—	—	—	26.67	100.00
	H	16.40	36.0	3.64	7.99	5.13	11.26	4.72	10.36	15.17	33.29	0.5	1.10	45.56	100.00
탄수화물	S	13.12	3.34	52.68	8.40	338.52	86.20	8.10	2.06	—	—	—	—	392.72	100.00
	H	18.28	4.68	21.41	5.49	342.38	87.75	3.81	0.98	0.69	0.18	3.59	0.92	390.16	100.00

Table 11. 체육고등학생과 남여 대학생의 식품섭취량및열량

(평균1일1인)

구분 / 품군별	체육고등학교			H (남자대학기숙사)			S (여자대학기숙사)		
	식품량 (gr)	열량		식품량 (gr)	열량		식품량 (gr)	열량	
		CaI	%		CaI	%		CaI	%
제 1 군	475.07	503.36	12.11	215.71	382.98	16.23	197.81	290.89	13.97
제 2 군	423.90	185.23	4.23	383.98	145.69	6.17	718.74	24.25	21.58
제 3 군	843.40	2,836.67	64.78	472.85	1,558.35	65.99	480.00	1,444.00	69.35
제 4 군	42.40	64.50	1.47	106.00	106.42	4.54	180.00	106.20	5.10
제 5 군	92.14	752.08	17.17	35.12	143.17	6.06	—	—	—
기 타	47.46	10.44	0.24	37.43	24.78	1.01	—	—	—
총 계	1,924.01	4,378.28	100.00	1,251.09	2,361.37	100.00	1,576.55	2,082.32	100.00

위에 나타난 대로 학교 기숙사에 식단을 작성하는 책임자로서 영양사를 두고 있는 곳은 2곳에 불과하고 기숙사내에서의 영양에 관한 교육은 전혀 고려되지도 않고 있다. 어떤 학교는 영양사는 두고 있지 않으며, 식단작성을 전문인에게 의뢰하여 작성하기도 한다.

체육고등학생들이 섭취하는 것은 상당히 좋은 결과를 나타내고 있었으며 남, 여 대학생의 경우는 상당히 좋지 않음을 알 수 있었다. 그런데 이현기[12]에 의하면 여자대학생 (20—21세)의 총평균 소비열량 (요구열량)이 2,032Cal이 었는데 실제로는 1,880Cal를 섭취했었다. [13]식물성식품과 동물성 식품의 비는 83.7%, 16.2%이었다고 보고 되었는데 본 조사에 의하면 전남지방의 여대생에 있어서는 섭취열량이 2,082.32Cal이었고, 남대생에 있어서는 2,361.37Cal이었지만 아직 권장량에 미급한 형편이었다.

특히 단백질 섭취면을 보면 동물성 단백질이 평균 34%, 식물성 단백질이 평균 66%로 나타나있는데, 총 단백질이 11% 섭취되고 있었다. 비타민과 무기질의 섭취량은 상당히 좋은 편으로 나타나고 있다.

2. 공장단체급식[14,15]

전남 지방에서 단체급식을 하고 있는 기업체중에서 비교적 잘하며, 영양사를 두어 영양관리를 철저히 하고 있는 곳을 택하여 조사하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

Table 12. 공장 단체급식의 식품섭취량 및 열량

(평균 1일 1인 1식)

식품군 \ 급식소 \ 구분	S. Y			A. S			O. C		
	식품량 (g)	섭취열량 Cal	섭취열량 %	식품량 (g)	섭취열량 Cal	섭취열량 %	식품량 (g)	섭취열량 Cal	섭취열량 %
제 1 군	52.29	63.34	7.34	206.96	264.09	22.67	155.8	255.79	19.49
제 2 군	36.11	63.75	7.39	58.48	35.67	3.06	261.1	155.93	11.88
제 3 군	195.41	644.54	74.69	210.04	714.97	61.37	247.8	827.35	63.06
제 4 군	29.33	79.50	9.21	20.25	55.05	4.72	6.1	13.90	1.06
제 5 군	1.42	8.7x	1.01	10.59	95.31	8.10	1.2	55.82	4.25
기 타	8.24	3.70	0.36	—	—	—	14.94	3.38	0.26
총 계	382.80	862.96	100.00	506.52	1165.07	100.00	686.94	1312.17	100.00

Table 13. 공장 단체급식의 3대 영양소 섭취량

(평균 1일 1인 1식)

영양소 \ 식품군 \ 구분 \ 급식소		제 1 군		제 2 군		제 3 군		제 4 군		제 5 군		기 타		총 계	
		분량 (g)	%	분량 (g)	%	분량 (g)	%	분량 (g)	%	분량 (g)	%	분량 (g)	%	분량 (g)	%
단	S. Y	7.45	15.50	3.24	6.72	19.46	40.34	17.68	36.64	0.05	0.10	0.34	0.70	48.25	100.00
백	A. S	35.32	47.36	1.07	2.33	22.1	30.88	12.47	17.40	○	○	○	○	71.56	100.00
질	O. C	34.75	45.31	11.93	15.56	25.19	32.85	2.54	3.31	1.76	2.29	0.52	0.68	76.69	100.00
지	S. Y	2.91	28.96	1.14	11.34	3.70	36.82	0.98	9.75	1.29	12.84	0.03	0.30	10.05	100.00
방	A. S	19.87	54.86	0.95	2.62	4.20	11.60	0.61	1.68	10.59	29.24	○	○	36.22	100.00
질	O. C	11.16	49.29	1.97	8.70	3.83	16.92	0.46	2.03	5.17	22.84	0.05	0.22	22.64	100.00
탄	S. Y	2.1	1.40	10.70	7.24	134.55	90.98	0.05	0.02	0.05	0.03	0.35	0.24	147.92	100.00
수	A. S	5.15	3.18	8.91	5.52	147.40	91.30	○	○	○	○	○	○	161.44	100.00
화	O. C	4.78	2.39	21.55	10.76	172.75	86.25	○	○	0.62	0.31	0.53	0.26	200.22	100.00
물															

Table 14. 공장 단체급식의 영양소 섭취량 비교

(평균 1일 1인 1식)

영양소	권장량 (g)	급식소 / 단위	S. Y	A. S	O. C
단백질	120(80)	gram	48.25	71.56	76.69
지방질	60(40)	〃	10.05	36.22	22.64
탄수화물	섭취량의60%	〃	147.92	161.44	200.23
열량	3,700×½	Cal	892.96	1,165.07	1,312.17

※ RDA에서 120g, 60g은 심한 노동을 하는 사람에 50% 증가분

Table 15. 단체급식 식단에 나타난 단백질의 분포

종별 / 단백질 / 단체급식소		동물성 단백질		식물성 단백질				총단백질
				콩류를 제외한 식물성 단백질		콩류의 식물성 단백질		
		분량 (g)	%	분량 (g)	%	분량 (g)	%	섭취량 (g)
고 대학교	체육고	57.44	33.03	92.10	52.96	14.01	14.01	173.90
(1일1인)	H. N	22.70	19.43	71.39	61.10	22.75	19.47	116.84
평 균	S. B	30.30	26.56	68.70	60.21	15.10	13.23	114.10
기업체	S. Y	18.07	37.45	27.00	55.97	3.18	6.59	48.25
	A. S	32.09	44.84	32.12	44.89	7.35	10.27	71.56
(평균1일1식)	O. C	26.58	34.66	46.63	90.79	3.52	4.58	76.69
복지시설	M. D	7.04	12.77	41.05	74.46	12.77	12.77	55.13
(평균1일1인)	J. M	10.05	16.88	48.81	82.01	0.66	1.11	59.52

위 표에 나타난 바와 같이 단체급식소 A.S와 O.C에서는 열량이 1,100Cal를 넘고 있어서 열량을 공급받기 위하여 충분한 배려가 되어 있었으며, 단백질 섭취면은 3곳 모두 좋은 편인데 S. Y와 O.C에서는 37.45%. 34.66%가 동물성 단백질이었고, 62.55%, 65.34%가 식물성 단백질이며 대강 1:2의 비로 되어 있었고 A.S에서는 동물성 단백질이 44.84%, 식물성 단백질이 55.16%이어서 약 45··55의 비로 섭취되여 있었다.

특히 식물성 단백질에서 콩류의 단백질은 S.Y에서는 10.5%를 차지하고, O.C에서는 7.2% A.S에서는 18.6%를 차지하였음을 볼 수 있다. 비타민과 무기질의 섭취는 좋은 편이나 철분이 다소 권장량에 미급하게 나타나고 있다.

3. 복지시설

육아원 및 허약아시설(이동복지 시설 최저 기준)을 100명 이상 수용하고 있는 곳은 도내 9개소이었다.

다음 표 20은 아동복지 시설의 연령별 분포 상태를 나타내 보았다. 표 1에서 볼 수 있는 바와 같이 영양을 관장 할 영양사가 없으므로 아주 소홀히 다루어지고 있으며 오직 이들의 급식 상태는 행정지시로만 행하여지고 있는 것 같은 인상이었다. 그러나 필자는 관계기관의 협조로 정상적으로 운영하는 두 복지시설을 대상으로 식단을 조사하였다.

주식을 1일 백미 216g(1.5홉), 정맥 207g(1.5홉)으로 정부로 부터 보조가 되고, 부식비는 1일 105원으로 급식되고 있었다. 이런 정도의 보조이면 운영자의 자산에서 보조분 정도로 보태면 상당히 좋은 급식이 될 것으로 생각이 되는데 아마 영양사를 배치하지 않고 있는 이유가 여기에 있지 않나 생각된다.

제2세 국민이 될 어린이 특히 아동복지, 양노원의 영양사 배치는 가장 중요하게 다루어져야 할 것으로 사료되어 여기 문제로 제기하는 바이며 이들을 일선에서 감독하는 행정공무원 중에 영양을 전문하는 사람이 배치되어야 하는 것도 최급선무라 생각되며 다음과 같은 결과를 얻었다.

Table 16. 아동복지 시설에 수용된 연령별 분포

구분 \ 연령	0~3	4~6	7~9	10~12	13~15	16~19	20~49	합 계
형 제 사	96	44						140
무 등 원		71	26	27	34	42		200
신 애 원		18	8	42	51	31		150
성 빈 여 사		6	15	21	57	46		145
전 남 애 육 원		21	55	64	68	42		250
인 애 모 자 원		6	11	22	63	3	27	132
함 광 원				16	54	80		150
계 명 여 사					6	67	31	104
공 생 원	5	28	37	75	54	48	19	266
총 계	101	194	149	267	387	359	77	1,537

Table 17. 복지시설의 3대 영양소 섭취량 (평균 1일1인)

다섯가지기초식품군 \ 영양소 \ 복지시설		제 1 군		제 2 군		제 3 군		제 4 군		제 5 군		기 타		합 계	
		분량(g)	%	분량(g)	%	분량(g)	%	분량(g)	%	분량(g)	%	분량(g)	%	분량(g)	%
단백질	M. D	9.38	10.97	9.25	10.82	47.15	55.13	17.60	20.58	—	—	2.14	2.52	85.52	100.00
	J. N	10.71	18.00	1.63	2.74	47.18	79.26	—	—	—	—	—	—	59.52	100.00
지방	M. D	7.9	35.97	2.44	9.56	8.79	38.39	0.86	3.37	3.69	14.46	0.83	3.25	25.51	100.00
	J. N	3.05	31.28	0.3	3.08	6.40	65.64	—	—	—	—	—	—	9.75	100.00
탄수화물	M. D	7.47	0.35	12.65	0.59	2,173.74	98.85	—	—	—	—	5.11	0.21	2,199.27	1,0.00
	J. N	0.93	0.22	10.52	2.45	418.51	97.34	—	—	—	—	—	—	429.96	100.00

Table 18. 복지시설의 식품섭취량 및 열량 (평균 1일 1인)

다섯가지기초식품군 / 영양소 / 복지시설	제 1 군		제 2 군		제 3 군		제 4 군		제 5 군		기 타		합 계	
	분량(g)	%	분량(g)	%	분량(g)	%	분량(g)	%	분량(g)	%	분량(g)	%	분량(g)	%
중량 M. D	59.14	5.59	372.08	35.19	564	53.35	28.57	2.7	4.5	0.43	29.00	2.74	1057.29	100.00
(g) J. N	72.78	10.46	57.49	8.27	565.29	81.27	—	—	—	—	—	—	695.56	100.00
열량 M. D	150.97	6.55	110.52	4.8	1,895.52	82.22	77.99	3.38	33.21	1.46	36.67	1.59	2,304.88	100.00
Cal J. N	37.57	1.80	74.16	3.68	1,896.45	94.46	—	—	—	—	—	—	2,008.18	100.00

Table 19. 단체급식소별 비타민 및 무기질의 섭취량

구분 / Vitamin및무기질 / 단체급식소	Vitamin A (IU)	Thiamine (mg)	Riboflavin (mg)	Niacin (mg)	Vitamin C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
고·대학교 체 육 고	4,017.91	1.25	1.07	62.57	51.50	120.64	11.82
(평균 1 일 H · N	1,536.40	1.63	1.29	36.93	57.06	116.10	15.21
1인) S · O	1,114.85	1.73	1.52	28.85	77.79	156.75	17.35
기 업 체 S · Y	797.77	1.70	0.43	20.33	20.85	360.35	10.63
(평균 1 일 A · S	606.68	1.24	1.57	33.82	11.35	306.91	12.75
1식) O · C	956.53	1.36	1.89	30.54	64.15	311.07	11.76
복 지 시설 M · D	593.90	1.91	2.37	14.99	44.99	412.94	23.62
(평균 1 일 J · N	366.91	9.01	1.89	12.22	20.65	221.01	29.78
1인)							

위 표에 나타난 바와 같이 아동 복지시설에 수용되어 있는 사람중에 13—15세사이 즉 중학생 정도(387명), 16—19세 사이 즉 고등학생 정도(359명)으로 25.6%가 13—15세, 23%가 16—19세로 나타났다. 이들 복지시설 중에서 무등원과 전남애육원의 것을 살펴보면 권장량에 비하여 영양공급에는 부족함이 없이 나타나고 있다.

평균섭취열량(권장량)이 2,100Cal인데, 무등원에서는 2,304Cal이었고, 전남애육원에서는 2,008Cal이었다. 전남애육원의 식단에 나타난 것을 보면 열량소 섭취는 제4군, 제5군 식품에서는 거의 섭취되지 않고 있는 형편이었지만 무등원에서는 섭취되고 있었다.

Ⅳ. 결 론

필자는 본 조사연구를 통하여 다음과 같은 결론을 얻을 수 있었다.

1. 단체급식을 실시하고 있는 기업체, 학교 기숙사, 아동복지시설 등에 절대로 필요하고, 법적으로 두도록 되여 있는 영양사를 두지 않고 있는 곳이 대부분이었다. 그러기 때문에 영양관

리를 영양관리와 먼 사람이 관장하는 형편이었다.

2. 식단작성이 중요하다는 인식이 부족하여 식단작성을 필요없는 일로 여기는 곳이 대부분이었다. 그러기 때문에 식단작성을 극히 형식에 그치고 있었다.

3. 정부에서 권장하는데 주 2회는 꼭 분식을 실시하고 있었다.

4. 체육고등학생에 있어서는 4,379.28Cal를 섭취하였는데 총 단백질(173.9g) 섭취량의 33%가 동물성 단백질이었고, 67%가 식물성 단백질이었는데, 콩류에서 섭취한 단백질은 14%이었다.

5. 여대생에 있어서는 2,082.Cal섭 취취하였고, 총 단백질(114.10g) 섭취량의 26.56%가 동물성 단백질이었고, 73.44%가 식물성이었는데 콩류에서 단백질 섭취량은 13.23% 이었다.

6. 남자 대학생에 있어서는 2,361.7Cal를 섭취하였고, 총 단백질(116.84g) 섭취량의 19.43%가 동물성 단백질이었고, 80.57%가 식물성 단백질이었는데 콩류의 단백질 섭취량은 19.47%이었다.

7. 비교적 중노동을 한다고 생각되는 3개 공장에 있어서의 열량 섭취량은 각각 2,588.88Cal, 3,965.51Cal로 좋은 편이며 총 단백질 섭취량이 각각 (48.25×3)g, (76.69×3)g, (71.56×3)g인데, 동물성 단백질이 각각 37.45%, 44.84% 34.66% 이었는데, 콩류에서 섭취한 단백질은 각각 6.59%, 10.27%, 4.59% 이었다.

8. 대부분의 복지시설에서 13—19세 사이의 사람이 많았으므로, 영양을 공급하는데도 큰 배려가 있어야 되겠다.

9. 일반으로 우유를 제공하는 곳이 없었는데, 우유를 보급할 수 있는 방안이 강구 되여서 건강 유지에 기여해야 되겠다.

끝으로 필자가 조사 대상으로 삼은 업체, 학교 복지시설의 취사장은 거의 청결을 유지할 수 있도록 정비되어 있으나 조리기구의 부족함을 볼 수 있었다.

본 조사에 적극적으로 후원하여 주신 관계 기관과 영양사님들에게 심심한 사의를 표하는 바이다.

참 고 문 헌

1. 이현기 : 영양화학 수학사간. 페이지 12(1975)
2. 채예석 : 한국인의 영양에 관한 연구, 학술원 논문집 7 129(1967)
3. 고문사 편집부 : 식품위생법, 페이지 132(1976)
4. 〃 : 식품위생법시행령, 147(1976)
5. 강연숙, 신동숙 : 우리나라 단체급식소에 있어서 영양관리 실태조사보고, 한국영양학회지, 3(3.4) 125(1970)
6. 남현근, 정영희 : 전남지방의 도시와 농촌의 식이구성에 관한 연구, 광주서원전문학교 논문집 제二집, 페이지 70(1975)
7. 현기순, 단체급식 : 수학사 간(1975)
8. 오형석외 1 : 한국올림픽 선수들의 영양상태, 중앙의학, 5(1), 29(1963)
9. 정영희 : 단백질 식품이 병원환자와 체육인에게 미치는 영향, 수피아여자실업전문학교 논문집—집, 페이지 109(1974)
10. 현순영 : 한국여자대학생(기숙사) 계절별 영양실태 조사, 한국영양학회지, 2(2.3), 9(1969)

11. 모수미외 4 : 서울농대기숙사생의 영양섭취상태 조사, 농화학회지 7, 92(1969)
12. 이현기 : 한국여자대학생의 요구 칼로리량과 영양섭취량, 대한화학회지, 8(3), 93(1984)
13. 차순향 : 여자대학생의 열량섭취량과 칼로리 소비 비교연구, 이대가정학 논문집, 페이지 193(1968)
14. 노광서 : 한국인 농업노동자와 토목건축 노동자의 1일 대사량에 관하여, 현대의학 1(1), 51(1964)
15. 조미자 : 사업장 근로 여자의 영양실태에 관한 연구, 한국영양학회지, 2(4), 1969
16. F. A. O : 한국인영양권장량표(1975)
17. Bailey, K. v. Growth of Chimbu Infants in the New Cuinea high raid J trop pediat 10, 3 (1964)
18. BInkhart, D.M. Measwred food intakes in young Children in Indonesia J. trop pediat, J. trop pediat, 8, 18(1965)
65. 19 Cuthrie, H. A. Infant feeding Praetices in Philippines Trop geurgr Med.(Amst). 14, 164(1962)
20. Illingworth, R. S. The normal Child. Little, Brown and Co Boston(1964)