

국민영양조사를 이용한 우리나라 다소비 식품의 섭취량에 관한 연구(II) —음식의 섭취량 조사 분석—

계승희 · 이행신 · 박미아* · 문현경*

한국식품위생연구원 영양연구부, *단국대학교 식품영양학과
(1996년 7월 8일 접수)

The Study on Frequently Consumed Food Items from 1993 Korean National Nutrition Survey(II) —Amounts and Frequency of Dishes Intakes—

Seung Hee Kye, Haeng Shin Lee, Mee Ah Park* and Hyun Kyung Moon*

Nutrition Research Department, Korea Institute of Food Hygiene
Department of Food and Nutrition, *Dan Kuk University

(Received July 8, 1996)

Abstract

The purpose of the present study is to collect information in terms of the frequency and amounts in frequently consumed dishes. We conducted the secondary analysis from '93 Korean National Survey. Mainly informations about 2-day food records were used to investigate dish intakes and to compare different food patterns by area. Amounts of total daily intakes of dishes per capita are 1,741.46g in nationwide, 1,722.03g in large city, 1,712.46g in small city, 1,808.73g in rural. The dish consumed in largest quantities per capita per day is the rice which amounts is 481.67g, 27.66% of total intake. Fruits and cabbage were consumed in large quantities too. Kimchi made of cabbage have the highest number of frequencies. Number of frequencies in rice, fruits, and milk showed high, too. Dish groups are classified by the cooking method. Some dishes in several dish groups have small number of frequencies and small amount of quantities. Some dishes in the top list are not included in the 30 dishes list. There should be some studies about validity and reliability of the dish list, using individual dietary assessment methods.

I. 서 론

식품 소비의 형태는 사회문화적 요인과 경제적인 요인, 그리고 자연적인 요인들에 의해 영향을 받아 끊임없이 변화되고 있다¹⁾. 특히 경제발전예 따라 가공식품이 발달하고, 새로운 식품의 소개로 식품의 종류가 다양해지면서 식품소비형태를 비롯한 전반적인 식생활 양식에도 큰 변화를 가져오게 되었다. 한편 가계의 수입이나 지출이 늘어나면서 식생활 패턴이 바뀌어 외식이 증가하였으며²⁾, 간편조리식품이나 패스트푸드를 비롯한 가공식품의 발달도 식품소비에 커다란 영향을 미쳐 가공식품의 이용율이 증가되었고, 가공식품내에 들어있는 식품첨가물이 인체에 미치는 영향에 대한 관심이 고조되고 있다. 또한 농약의 사용 급증으로 농

약잔류량, 오염물질들에 대한 소비자의 관심도 증가하고 있다. 이렇듯 사회전반적으로 건강에 대한 관심이 커지면서 미국을 비롯한 대부분 국가의 식품관련 규제기관은 자국민의 식품소비형태의 과학적 근거자료를 이용해 식품들에 대한 규제 및 잔류허용기준을 설정하고 있다. 이와같이 식품소비형태자료는 식품의 규제 및 잔류허용기준 설정외에도 식품공급량 예측, 식품생산 및 식품수출입의 조절에 대한 계획수립, 영양교육 프로그램에서 사용될 식생활지침작성, 영양상태 분석을 위한 근거자료로서 매우 중요하다.

이에 본 연구는 우리나라 국민의 식품소비형태 파악을 위해 1993년도 국민영양조사자료를 재분석하였으며, 식품별 소비형태 분석 결과를 제시한 전보³⁾에 이어 음식별 소비형태 분석 결과를 보고하는 바이다.

Table 1. 조리형태에 따른 음식의 대분류

번호	분류	번호	분류	번호	분류
01	밥류	09	전 및 부침류	17	장아찌류
02	빵류	10	볶음류	18	장류
03	면 및 만두류	11	조림류	19	우유 및 유제품
04	떡 및 죽류	12	튀김류	20	음료 및 주류
05	국류	13	나물 및 무침류	21	과일류
06	찌개류	14	김치류	22	조리않고 먹는 음식
07	찜류	15	회류	23	기타 가공식품
08	구이류	16	젓갈류		

II. 연구방법

국민영양조사 자료의 이용 및 분석방법은 전보⁵⁾와 동일하다.

국민영양조사 자료 중 <식품섭취조사표-2>에서는 음식코드 번호, 섭취음식량, 조리 후 음식무게, 먹은 사람수를 입력하여 우리나라 사람들이 섭취하는 음식별 섭취상황을 분석하기 위한 기초자료로 하였다.

먼저 국민영양조사표에 기록된 음식을 조리형태에 따라 23개군으로 나눈 후, 이 음식군 내에서 가나다순으로 정리하여 번호를 주었다. 음식분류는 Table 1과 같다. 음식명에서 중복되는 경우가 종종 발생하였는데 이런 경우에는 주재료를 기준으로 하여 분류를 하였다. 예를 들어 배추된장국의 경우에는 주재료를 배추로 간주하여 배추국으로 분류하였다. 지역마다 조금씩 다른 음식은 통상적으로 사용하는 음식명에 따랐다. 예를 들어 고들빼기 김치는 썸바귀김치로, 문절구전은 망둥어찜으로 분류하였다.

다소비 음식의 섭취 경향을 파악하기 위해 우리나라 사람들이 전반적으로 많이 섭취하는 다소비 음식의 섭취빈도와 섭취량을 조사하였다. 음식섭취량의 계산 방법은 국민영양조사의 분석방법과 동일하게 가구당 음식별 섭취량을 합산한 후 해당가구의 끼니수로 나누어 준 다음 다시 음식별로 합산하여 전체가구수로 나누어 분석하였다. 음식 섭취빈도는 조사대상 가구가 2일동안 매끼 가정에서 섭취한 음식의 빈도 즉 11,922 회를 총 섭취빈도로 하여 음식별로 이에 대한 섭취빈도 비율을 구하였다. 모든 분석은 Foxpro program을 이용하였으며, 통계분석은 SAS 프로그램을 사용하고 ANOVA(Analysis of variance)와 Duncan's new multiple range test를 이용하여 각 지역별 음식의 섭취량 간의 유의성을 $\alpha=0.05$ 수준에서 검증하였다.

III. 연구결과 및 고찰

Table 2. 지역별 음식 섭취량 (단위: g/인/일)

지역	전국	대도시	중소도시	농촌
음식별 섭취량	1,741.46	1,722.03	1,712.46	1,808.73

1. 다소비 음식의 섭취량

본 연구에서 이용된 1993년도 국민영양조사 대상가구의 일반특성은 전보⁵⁾와 같다. 음식의 섭취량은 전국적으로 1인 1일당 평균 1,741.46g을 섭취하는 것으로 나타났으며, 농촌에서는 대도시와 중소도시에 비해 약 90g 정도를 더 많이 섭취한 것으로 조사되었다(Table 2).

다소비 음식의 섭취량에 대한 전국적 조사결과를 Table 3에, 지역별 분석결과는 Table 4에 제시하였다. 전국적으로 쌀밥의 경우 1인 1일당 섭취량이 481.67g으로 전체의 27.66%를 나타내어서 우리나라 국민들이 가장 많이 섭취하는 음식임을 알 수 있다. 그리고 30순위 내에 드는 밥류의 종류는 5가지로 음식의 총 섭취량에 대한 섭취비율이 37.2%로 나타나 주적인 밥을 통해 얻는 영양소도 많을 것으로 기대된다. 쌀밥 다음으로 섭취량이 많았던 음식은 과일과 배추김치로 그 섭취량은 각각 109.27g과 64.75g이었다. 쌀밥, 과일, 배추김치, 보리밥, 콩밥, 우유, 분유, 잡곡밥까지의 섭취비율의 누적비율은 49.58%로 계산되어 전체 식품의 섭취량 중 절반을 이들 식품을 통해 섭취하고 있음을 알 수 있었다. 여기에 수록한 30가지 음식의 누적비율은 73.03%로 전체 섭취량의 3/4에 해당하는 것이었다. 섭취량에서 우선순위를 차지하였던 음식도 섭취빈도 순위면에서는 낮은 것으로 조사된 음식도 있었는데 일반적으로 깍뚜기, 총각김치, 김구이, 멸치볶음 등의 반찬류와 기호음료는 빈도에서 높은 순위를 기록하였지만 섭취량은 적어서 낮은 순위로 분석되었다. 지역별로 섭취한 다소비 음식의 섭취량(Table 4)을 살펴보면 대도시와 중소도시의 경우는 쌀밥이 각각 423.47g과

Table 3. 다소비 음식의 섭취량 (전국)

(단위: g/인/일)

순위	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	누적비율 (%)	순위	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	누적비율 (%)
1	쌀밥	481.67	27.66	27.66	16	쇠고기국	18.30	1.05	64.63
2	과일	109.27	6.27	33.93	17	청국장찌개	13.75	0.79	65.42
3	배추김치	64.75	3.72	37.65	18	달걀부침	13.02	0.75	66.17
4	보리밥	59.51	3.42	41.07	19	곰국	12.97	0.74	66.91
5	콩밥	53.24	3.06	44.13	20	동태찌개	12.45	0.71	67.62
6	우유·분유	50.37	2.89	47.02	21	김치국	12.42	0.71	68.33
7	잡곡밥	44.66	2.56	49.58	22	커피	11.63	0.67	69.00
8	콩나물국	42.62	2.45	52.03	23	우거지국	11.11	0.64	69.64
9	라면	41.24	2.37	54.40	24	총각김치	9.88	0.57	70.21
10	미역국	37.49	2.15	56.55	25	콩나물	9.18	0.53	70.74
11	된장찌개	30.65	1.76	58.31	26	시금치국	8.74	0.50	71.24
12	김치찌개	28.51	1.64	59.95	27	현미밥	8.70	0.50	71.74
13	무우국	22.48	1.29	61.24	28	복어국	7.67	0.44	72.18
14	시래기국	20.53	1.18	62.42	29	시금치나물	7.41	0.43	72.61
15	배추국	20.25	1.16	63.58	30	각뚜기	7.35	0.42	73.03

Table 4. 지역별 다소비 음식의 섭취량

(단위: g/인/일)

순위	대 도시				중 소 도시				농 촌			
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	누적비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	누적비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	누적비율 (%)
1	쌀밥	423.47	24.59	24.59	쌀밥	453.56	26.48	26.48	쌀밥	622.32	34.41	34.41
2	과일	125.21	7.27	31.86	과일	103.30	6.03	32.51	콩밥	91.48	5.06	39.47
3	보리밥	69.31	4.02	35.88	보리밥	63.06	3.68	36.19	과일	85.47	4.73	44.20
4	우유·분유	65.43	3.80	39.68	배추김치	62.70	3.66	39.85	배추김치	70.74	3.91	48.11
5	배추김치	62.76	3.64	43.32	잡곡밥	57.80	3.38	43.23	콩나물국	37.88	2.09	50.20
6	콩나물국	47.86	2.78	46.10	우유·분유	51.13	2.99	46.22	보리밥	37.08	2.05	52.25
7	잡곡밥	46.62	2.71	48.81	콩밥	50.13	2.93	49.15	배추국	35.70	1.97	54.22
8	미역국	45.84	2.66	51.47	라면	48.66	2.84	51.99	무우국	34.18	1.89	56.11
9	라면	42.73	2.48	53.95	콩나물국	37.79	2.21	54.20	라면	30.41	1.68	57.79
10	콩밥	34.83	2.02	55.97	미역국	31.12	1.82	56.02	된장찌개	30.24	1.67	59.46
11	된장찌개	32.61	1.89	57.86	김치찌개	28.18	1.65	57.67	미역국	28.54	1.58	61.04
12	김치찌개	31.27	1.82	59.68	된장찌개	27.59	1.61	59.28	잡곡밥	26.80	1.48	62.52
13	쇠고기국	17.70	1.03	60.71	시래기국	23.69	1.38	60.66	청국장찌개	25.27	1.40	63.92
14	무우국	17.51	1.02	61.73	무우국	20.36	1.19	61.85	시래기국	25.09	1.39	65.31
15	곰국	16.98	0.99	62.72	쇠고기국	18.94	1.11	62.96	김치찌개	23.61	1.31	66.62

453.56g으로 전국에 비해 섭취량과 섭취비율이 다소 낮았고, 쌀밥 다음으로는 과일의 섭취량이 많았다. 농촌의 경우는 쌀밥의 섭취비율이 622.32g으로 34.41%를 나타내어 도시지역에 비해 현저히 많은 양을 섭취하였으며 그 순위가 역시 주식인 콩밥으로 91.48g이었다. 쌀밥과 콩밥을 합한 섭취비율의 누적비율이 39.47%로 전체 음식섭취량의 1/3 정도에 해당되는 비율로 집계되어 지역별로 음식에 대한 선호정도가 다른 것을 알

수 있다. 그리고 ANOVA 분석결과 다소비 음식에 대한 섭취량은 각 지역간에 유의적인 차이를 보이지는 않았다.

2. 음식군별 주요 음식의 섭취량

Table 5부터 Table 18까지 각 음식군별로 다소비음식의 섭취량을 나타내었다. 밥류의 경우는(Table 5) 쌀밥이 481.67g으로 밥류의 70.49%를 차지하여 주식을

Table 5. 밥류의 섭취량

(단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	쌀밥	481.67	70.49	쌀밥	423.47	67.81	쌀밥	453.56	67.95	쌀밥	622.32	76.64
2	보리밥	59.51	8.71	보리밥	69.31	11.10	보리밥	63.06	9.45	콩밥	91.48	11.27
3	콩밥	53.24	7.79	잡곡밥	46.62	7.47	잡곡밥	57.80	8.66	보리밥	37.08	4.57
4	잡곡밥	44.66	6.54	콩밥	34.83	5.58	콩밥	50.13	7.51	잡곡밥	26.80	3.30
5	현미밥	8.70	1.27	카레라이스	11.56	1.85	현미밥	14.34	2.15	팔밥	8.70	1.07
6	카레라이스	6.97	1.02	현미밥	8.58	1.37	볶음밥	6.07	0.91	야채밥	5.38	0.66
7	김밥	5.32	0.78	김밥	5.42	0.87	김밥	5.47	0.82	김밥	4.98	0.61
8	볶음밥	4.45	0.65	비빔밥	4.98	0.80	카레라이스	4.11	0.62	현미밥	2.85	0.35
9	팔밥	4.16	0.61	볶음밥	4.97	0.80	비빔밥	2.79	0.42	콩나물밥	2.45	0.30
10	비빔밥	3.73	0.55	팔밥	3.80	0.61	김치볶음	2.04	0.31	비빔밥	2.37	0.29

Table 6. 빵류의 섭취량

(단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	토스트	3.16	20.57	토스트	4.62	23.18	토스트	2.85	18.73	곰보빵	1.87	27.58
2	식빵	2.25	14.65	기타 빵류	3.72	18.67	식빵	2.48	16.29	카스테라	0.92	13.57
3	기타 빵류	1.95	12.70	식빵	2.95	14.80	단팥빵, 전빵	2.26	14.85	단팥빵, 전빵	0.74	10.91
4	단팥빵, 전빵	1.65	10.74	샌드위치	1.93	9.68	샌드위치	1.85	12.16	토스트	0.73	10.77
5	샌드위치	1.50	9.77	단팥빵, 전빵	1.78	8.93	곰보빵	1.43	9.40	식빵	0.69	10.18
6	곰보빵	1.17	7.62	카스테라	1.14	5.72	카스테라	1.15	7.56	케익	0.48	7.08
7	카스테라	1.09	7.10	도우넛	0.89	4.47	케익	1.07	7.03	햄버거	0.43	6.34
8	케익	0.82	5.34	케익	0.86	4.32	도우넛	0.94	6.18	도우넛	0.38	5.60
9	도우넛	0.78	5.08	햄버거	0.68	3.41	기타 빵류	0.55	3.61	샌드위치	0.30	4.42
10	햄버거	0.50	3.26	곰보빵	0.65	3.26	피자	0.30	1.97	기타 빵류	0.10	1.47

쌀밥의 형태로 가장 많이 섭취하고 있었으며, 대도시와 중소도시에 비해 농촌에서의 섭취량이 많았으나 유의적인 차이는 없었다. 빵류의 섭취량을 살펴보면 도시 지역에서는 빵류의 약 35%가 식빵이나 이것을 군 토스트 형태로 섭취되고 있었으며 농촌에서는 오히려 곰보빵과 카스테라의 섭취비율이 높았다(Table 6 참조).

우리의 식생활은 일상적으로는 밥을 주식으로 하나 간단한 점심이나 한꺼번에 많은 손님을 대접할 때는 면류나 만두국 등을 주식으로 마련하기도 한다⁷⁾. 조사 분석 결과 면류중에서는 모든 지역에서 라면을 가장 많이 섭취한 것으로 나타났으며 칼국수나 장국국수의 선호정도도 높았다(Table 7). 떡류 및 죽류(Table 8)에서는 떡국의 섭취량이 가장 많아 5.34g이었으며, 호박죽은 3.94g이었다. 가장 많이 섭취한 음식을 살펴보면 대도시와 중소도시에서는 떡국이, 농촌에서는 호박죽이었다.

국류중에서는 콩나물국의 섭취량이 대도시 47.86g,

중소도시와 농촌이 각각 37.79g과 37.88g으로 가장 많았으나 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 미역국, 무우국, 시래기국 등 지역별로 섭취한 국의 종류는 비슷하였으며 농촌에서는 동태국과 호박국도 각각 8순위와 9순위로 섭취한 것으로 나타났다(Table 9).

찌개류는 된장찌개와 김치찌개의 섭취량이 많아서 지역별로 찌개류의 전체 섭취 비율중 39~53%를 차지하여 가정에서 흔히 식단에 오르는 음식임을 알 수 있으며, 특히 음식점에서도 판매빈도가 높음이 이미 보고된 바⁸⁾ 있다(Table 10).

찜류의 섭취량(Table 11)을 살펴보면 모든 지역에서 달걀찜의 섭취량이 많은 것으로 조사되었으며 비록 섭취량은 적었지만 지역별로 다양한 찜들이 섭취된 것으로 분석되었다.

구이류에서는(Table 12) 대도시에서는 삼겹살구이가 5.04g, 중소도시에서는 조기구이가 3.80g, 농촌에서는 돼지고기구이가 3.85g 섭취하는 것으로 나타나 각 지

Table 7. 면류의 섭취량

(단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	라면	41.24	61.01	라면	42.73	61.50	라면	48.66	71.88	라면	30.41	47.58
2	칼국수	6.61	9.78	칼국수	6.86	9.87	장국국수	4.66	6.88	장국국수	9.28	14.52
3	장국국수	6.59	9.75	장국국수	6.27	9.02	칼국수	4.39	6.48	칼국수	8.55	13.38
4	수제비	4.31	6.38	수제비	4.41	6.35	수제비	3.38	4.99	만두국	5.71	8.93
5	만두국	3.41	5.05	만두국	3.06	4.40	짜장면	2.96	4.37	수제비	5.14	8.04
6	짜장면	1.83	2.71	만두	1.67	2.40	만두국	1.88	2.78	짜장면	2.00	3.13
7	만두	1.21	1.79	비빔국수	1.49	2.14	만두	0.88	1.30	우동	0.84	1.31
8	비빔국수	0.96	1.42	짜장면	1.10	1.58	비빔국수	0.47	0.69	메밀국수	0.81	1.27
9	메밀국수	0.33	0.49	짬뽕	0.44	0.63	물냉면	0.21	0.31	만두	0.71	1.11
10	우동	0.32	0.47	비빔냉면	0.38	0.55	스파게티	0.21	0.31	비빔국수	0.47	0.74

Table 8. 떡류 및 죽류의 섭취량

(단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	떡국	5.34	29.08	떡국	4.71	24.78	떡국	7.42	49.04	호박죽	6.62	32.36
2	호박죽	3.94	21.46	흰죽	4.17	21.94	호박죽	3.01	19.89	떡국	4.30	21.02
3	흰죽	2.58	14.05	호박죽	3.05	16.04	떡볶기	0.87	5.75	팔죽	2.40	11.73
4	떡볶기	1.65	8.99	떡볶기	2.58	13.57	자죽	0.64	4.23	흰죽	1.64	8.02
5	닭죽	0.83	4.52	닭죽	1.15	6.05	흰죽	0.64	4.23	닭죽	1.10	5.38
6	시루떡	0.71	3.87	시루떡	0.75	3.95	시루떡	0.58	3.83	시루떡	0.78	3.81
7	팔죽	0.65	3.54	감자죽	0.68	3.58	깨죽	0.53	3.50	떡볶기	0.70	3.42
8	인절미	0.48	2.61	인절미	0.43	2.26	백설기	0.47	3.11	인절미	0.67	3.27

Table 9. 국류의 섭취량

(단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	콩나물국	42.62	14.89	콩나물국	47.86	16.79	콩나물국	37.79	14.05	콩나물국	37.88	12.33
2	미역국	37.49	13.10	미역국	45.84	16.08	미역국	31.12	11.57	배추국	35.70	11.62
3	무우국	22.48	7.85	쇠고기국	17.70	6.21	시래기국	23.69	8.81	무우국	34.18	11.13
4	시래기국	20.53	7.17	무우국	17.51	6.14	무우국	20.36	7.57	미역국	28.54	9.29
5	배추국	20.25	7.07	곰국	16.98	5.96	쇠고기국	18.94	7.04	시래기국	25.09	8.17
6	쇠고기국	18.30	6.39	시래기국	16.32	5.72	배추국	16.14	6.00	쇠고기국	18.74	6.10
7	곰국	12.97	4.53	배추국	14.43	5.06	우거지국	12.56	4.67	김치국	14.91	4.85
8	김치국	12.42	4.34	김치국	13.08	4.59	곰국	10.38	3.86	동태국	11.78	3.84
9	우거지국	11.11	3.88	우거지국	11.75	4.12	시금치국	9.30	3.46	호박국	11.74	3.82

역마다 선호하는 음식의 종류가 달랐으며 지역별로 섭취량의 유의적인 차이는 없는 것으로 분석되었다.

전·적 및 부침류(Table 13) 중에서는 지역에 관계 없이 달걀부침의 섭취량이 많았으며, 볶음류(Table 14) 중에서는 전국적으로 돼지고기볶음이 4.34g이었으며,

멸치볶음이 3.81g, 어묵볶음이 3.49g의 순으로 섭취하였다. 지역별로 가장 많이 섭취하는 볶음류는 대도시에서는 멸치볶음, 중소도시에서는 어묵볶음, 농촌에서는 돼지고기볶음이었다.

조림류의 섭취량을 살펴보면(Table 15), 전국적으로

Table 10. 찌개류의 섭취량 (단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	된장찌개	30.65	23.76	된장찌개	32.61	27.40	김치찌개	28.18	20.78	된장찌개	30.24	21.40
2	김치찌개	28.51	22.10	김치찌개	31.27	26.27	된장찌개	27.59	20.35	청국장찌개	25.27	17.96
3	청국장찌개	13.75	10.66	동태찌개	11.89	9.99	동태찌개	14.51	10.70	김치찌개	23.61	16.78
4	동태찌개	12.45	9.65	청국장찌개	8.00	6.72	청국장찌개	13.17	9.71	동태찌개	11.29	8.02
5	두부찌개	4.82	3.74	두부찌개	4.31	3.62	두부찌개	5.58	4.12	돼지고기찌개	7.89	5.61
6	돼지고기찌개	4.69	3.64	참치찌개	2.98	2.50	돼지고기찌개	5.31	3.92	두부찌개	4.96	3.52
7	조기찌개	3.51	2.72	순두부찌개	2.88	2.42	조기찌개	4.49	3.31	고등어찌개	4.82	3.43
8	고등어찌개	3.09	2.39	돼지고기찌개	2.66	2.23	해물찌개	4.35	3.21	붕어매운탕	4.53	3.22
9	참치찌개	3.00	2.33	고등어찌개	2.63	2.21	참치찌개	3.08	2.27	조기찌개	4.18	2.97
10	해물찌개	2.32	1.80	조기찌개	2.60	2.18	도미찌개	2.54	1.87	갈치찌개	3.45	2.45

Table 11. 찜류의 섭취량 (단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	달걀찜	4.89	55.32	달걀찜	4.82	54.59	달걀찜	5.78	62.89	달걀찜	4.04	48.10
2	돼지갈비찜	0.74	8.37	닭찜	1.06	12.00	복어찜	1.25	13.60	푼고추찜	1.43	17.02
3	복어찜	0.70	7.92	쇠고기갈비찜	0.56	6.34	돼지갈비찜	1.11	12.08	돼지갈비찜	0.78	9.29
4	닭찜	0.58	6.56	돼지갈비찜	0.52	5.89	푼고추찜	0.30	3.26	조기찜	0.78	9.29
5	푼고추찜	0.52	5.88	복어찜	0.38	4.30	대합찜	0.29	3.16	복어찜	0.71	8.45
6	조기찜	0.31	3.51	순대	0.28	3.17	닭찜	0.25	2.72	순대	0.25	2.98

Table 12. 구이류의 섭취량 (단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	고등어구이	4.14	13.35	삼겹살구이	5.04	13.00	조기구이	3.80	13.59	돼지고기구이	3.85	19.71
2	삼겹살구이	3.75	12.09	고등어구이	4.88	12.59	고등어구이	3.31	11.83	고등어구이	3.62	18.54
3	돼지고기구이	3.68	11.86	쇠고기불고기	4.06	10.47	삼겹살구이	3.25	11.62	조기구이	3.17	16.23
4	조기구이	3.65	11.77	돼지고기구이	3.95	10.19	돼지고기구이	3.05	10.90	김구이	2.10	10.75
5	김구이	2.83	9.12	조기구이	3.83	9.88	김구이	2.92	10.44	갈치구이	2.08	10.65
6	쇠고기불고기	2.49	8.03	김구이	3.17	8.18	갈치구이	2.10	7.51	삼겹살구이	1.85	9.47
7	갈치구이	1.94	6.25	햄구이	2.22	5.73	쇠고기불고기	1.90	6.79	푼치구이	0.67	3.43
8	햄구이	1.44	4.64	쇠고기로스구이	1.88	4.85	쏘세지구이	1.25	4.47	삼치구이	0.29	1.48
9	쇠고기로스구이	0.99	3.19	갈치구이	1.77	4.57	햄구이	1.23	4.40	오징어구이	0.29	1.48
10	푼치구이	0.95	3.06	푼치구이	1.37	3.53	오징어구이	0.70	2.50	쇠고기로스구이	0.18	0.92

는 고등어조림의 섭취량이 많아 4.78g이었으며 두부조림과 장조림의 섭취량도 많았다. 농촌에서는 푼고추조림의 섭취량이 가장 많아 3.71g으로 집계되었다.

튀김류(Table 16) 중에서는 돈까스를 가장 선호하였으며, 농촌에서는 돈까스보다 닭튀김을 많이 섭취하였다. 생채 및 나물류(Table 17) 중에서는 콩나물과 시

금치나물, 무우생채의 섭취량이 모든 지역에서 전체 나물류 및 무침류의 약 40% 이상을 차지하여 많이 소비되는 음식임을 알 수 있었다. 김치류 중에서는(Table 18) 배추김치가 64.75g으로 가장 많이 섭취하여 다른 김치류의 섭취량과 현저한 차이를 보여 주었고, 총각김치와 깍두기, 나박김치 등의 섭취량이 그 다음의

Table 13. 전 적 및 부침류의 섭취량 (단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	달걀부침	13.02	53.51	달걀부침	14.52	55.42	달걀부침	13.39	52.80	달걀부침	9.78	49.64
2	두부부침	2.85	11.71	두부부침	3.24	12.37	두부부침	3.43	13.53	배추적	1.92	9.75
3	호박전	1.37	5.63	호박전	1.78	6.79	소세지부침	1.03	4.06	두부부침	1.49	7.56
4	소세지부침	0.77	3.16	빈대떡	1.05	4.01	참치전	0.86	3.39	호박전	1.31	6.65
5	햄부침	0.73	3.00	햄부침	0.87	3.32	파전	0.81	3.19	풋고추전	0.92	4.67

Table 14. 볶음류의 섭취량 (단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	돼지고기볶음	4.34	13.21	멸치볶음	4.30	12.98	어묵볶음	5.51	15.24	돼지고기볶음	5.12	17.78
2	멸치볶음	3.81	11.59	감자볶음	3.83	11.56	돼지고기볶음	5.40	14.93	멸치볶음	3.20	11.11
3	어묵볶음	3.49	10.62	오징어볶음	3.44	10.38	멸치볶음	3.53	9.76	오징어볶음	2.65	9.20
4	오징어볶음	3.07	9.34	돼지고기볶음	3.33	10.05	쇠고기볶음	3.08	8.52	어묵볶음	2.50	8.68
5	감자볶음	3.03	9.22	버섯볶음	2.92	8.81	오징어볶음	2.80	7.74	호박볶음	2.45	8.51
6	쇠고기볶음	2.37	7.21	어묵볶음	2.86	8.63	감자볶음	2.73	7.55	김치볶음	1.92	6.67
7	버섯볶음	1.97	6.00	쇠고기볶음	2.39	7.21	김치볶음	2.37	6.55	감자볶음	1.84	6.39
8	김치볶음	1.75	5.33	미역줄기볶음	1.37	4.13	버섯볶음	1.63	4.51	쇠고기볶음	1.57	5.45
9	호박볶음	1.21	3.68	김치볶음	1.31	3.95	소세지볶음	1.20	3.32	풋고추볶음	1.50	5.21
10	소세지볶음	0.97	2.95	낙지볶음	1.31	3.95	오징어채볶음	1.15	3.18	닭고기볶음	0.89	3.09

Table 15. 조림류의 섭취량 (단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	고등어조림	4.78	17.71	고등어조림	4.86	17.61	고등어조림	6.73	22.06	풋고추조림	3.71	16.82
2	두부조림	2.67	9.89	장조림	3.03	10.98	두부조림	2.64	8.65	두부조림	2.60	11.79
3	장조림	2.22	8.23	두부조림	2.73	9.89	장조림	2.40	7.87	고등어조림	2.51	11.38
4	갈치조림	1.92	7.11	갈치조림	2.49	9.02	갈치조림	2.28	7.47	복어조림	1.83	8.30
5	감자조림	1.76	6.52	감자조림	2.27	8.22	감자조림	1.92	6.29	콩조림	1.33	6.03
6	풋고추조림	1.58	5.85	콩조림	1.25	4.53	콩치조림	1.60	5.24	무우조림	1.12	5.08
7	콩조림	1.28	4.74	콩치조림	1.23	4.46	조기조림	1.44	4.72	동태조림	1.05	4.76
8	콩치조림	1.19	4.41	어묵조림	1.15	4.17	어묵조림	1.40	4.59	오징어조림	0.93	4.22
9	어묵조림	1.10	4.08	풋고추조림	0.94	3.41	멸치조림	1.31	4.29	멸치조림	0.77	3.49
10	복어조림	1.04	3.85	깻잎조림	0.90	3.26	콩조림	1.31	4.29	어묵조림	0.68	3.08

순위로 나타났다. 지역간에 김치류 섭취량의 유의적인 차이는 관찰되지 않았다.

3. 다빈도 음식

한국인의 상용식품 중 음식별 섭취빈도를 30순위까지 Table 19에 나타내었으며 지역별로 Table 20에 구

분하여 제시하였다. 이것은 1,987가구가 2일동안 가정에서 사용한 음식의 빈도를 분석한 것으로 가장 높은 빈도를 보인 음식은 7,273회의 배추김치로 전체끼니의 61.00%를 나타내었으며, 쌀밥은 6,247회로 56.59%를 나타내었다. 후식이나 간식용으로 섭취하는 과일과 우유가 각각 3위와 5위를 차지하여 선호하는 상용식품

Table 16. 튀김류의 섭취량

(단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	돈까스	2.36	24.84	돈까스	2.93	28.28	돈까스	2.69	20.90	닭튀김	1.14	26.70
2	닭튀김	1.33	14.00	고등어튀김	1.02	9.85	닭튀김	2.24	17.40	돈까스	0.95	22.25
3	고등어튀김	0.98	10.32	닭튀김	0.91	8.78	고등어튀김	1.22	9.48	고등어튀김	0.65	15.22
4	조기튀김	0.64	6.74	동그랑땡	0.77	7.43	조기튀김	1.04	8.08	고추튀김	0.35	8.20
5	동그랑땡	0.60	6.32	조기튀김	0.73	7.05	갈치튀김	1.00	7.77	가자미튀김	0.21	4.92

Table 17. 생채 및 나물류의 섭취량

(단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	콩나물	9.18	18.24	시금치나물	9.04	18.26	콩나물	12.71	23.43	무우생채	10.02	21.08
2	시금치나물	7.41	14.73	콩나물	8.66	17.49	시금치나물	7.63	14.06	콩나물	6.36	13.38
3	무우생채	6.60	13.12	무우생채	5.50	11.11	무우생채	5.37	9.90	시금치나물	4.09	8.60
4	잡채	2.26	4.49	잡채	2.44	4.93	묵무침	3.12	5.75	무우숙채	2.74	5.76
5	묵무침	1.93	3.84	오이나물	1.91	3.86	잡채	2.84	5.24	배추무침	2.61	5.49
6	무우숙채	1.45	2.88	기타 샐러드	1.70	3.43	도라지나물	1.71	3.15	배추겉절이	2.41	5.07
7	도라지나물	1.36	2.70	묵무침	1.40	2.83	무우숙채	1.40	2.58	상추겉절이	1.72	3.62
8	배추겉절이	1.31	2.60	오징어포무침	1.24	2.50	파래무침	1.27	2.34	묵무침	1.64	3.45
9	오이나물	1.21	2.40	도라지나물	1.23	2.48	상추겉절이	1.08	1.99	잡채	1.28	2.69
10	기타 샐러드	1.12	2.23	파래무침	1.18	2.38	오징어포무침	1.05	1.94	오징어무침	1.26	2.65

Table 18. 김치류의 섭취량

(단위: g/인/일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)	음식명	섭취량 (g)	비율 (%)
1	배추김치	64.75	65.38	배추김치	62.76	68.86	배추김치	62.70	64.40	배추김치	70.74	61.06
2	총각김치	9.88	9.98	총각김치	9.95	10.92	총각김치	10.58	10.87	나박김치	11.58	9.99
3	깍두기	7.35	7.42	깍두기	6.51	7.14	깍두기	7.72	7.93	총각김치	9.02	7.79
4	나박김치	6.15	6.21	나박김치	3.50	3.84	나박김치	5.78	5.94	깍두기	8.53	7.36
5	동치미	3.80	3.84	동치미	3.06	3.36	동치미	3.16	3.25	동치미	5.89	5.08
6	열무김치	1.96	1.98	열무김치	2.06	2.26	갓김치	1.66	1.71	열무김치	2.33	2.01
7	파김치	0.99	1.00	갓김치	0.69	0.76	파김치	1.62	1.66	무우청김치	2.00	1.73
8	무우김치	0.97	0.98	씀바귀김치	0.66	0.72	열무김치	1.45	1.49	무우김치	1.85	1.60
9	갓김치	0.88	0.89	파김치	0.50	0.55	무우김치	1.01	1.04	파김치	1.25	1.08
10	씀바귀김치	0.72	0.73	단무지	0.48	0.53	씀바귀김치	0.47	0.48	씀바귀김치	1.12	0.97

임을 알 수 있었다. 그 외에 깍두기, 총각김치 등의 김치류가 높은 빈도를 보여 각각 8.13%, 8.04%로 나타났다. 주식으로는 쌀밥이외에 보리밥의 빈도가 높았다. 김치류 이외의 부식 종류로는 달걀부침이 많이 섭취하는 음식이었으며, 찌개류 중에서는 된장찌개와 김치찌개를 주로 섭취하는 것으로 나타났다. 국종류에

서는 콩나물 국의 빈도가 가장 높았으며, 미역국이 647회로 5.43%였다. 시금치나물과 콩나물이 나물류 중에서는 가장 빈도가 높았다.

지역별로 다빈도 음식의 섭취빈도(Table 20)를 살펴 보면 대도시와 중소도시의 경우도 배추김치와 쌀밥의 빈도가 가장 높았으며, 그 다음이 파잎과 김구이, 우

Table 19. 다빈도 음식 (전국)

(단위: 횟수/1987 가구/2일)

순위	음식명	빈도	비율(%)	순위	음식명	빈도	비율(%)
1	배추김치	7,273	61.00	16	미역국	647	5.43
2	쌀밥	6,747	56.59	17	잡곡밥	633	5.31
3	과일	2,848	23.89	18	콩나물	604	5.07
4	김구이	2,285	19.17	19	라면	541	4.54
5	우유,분유	1,277	10.71	20	무우생채	524	4.40
6	각뚜기	969	8.13	21	커피	490	4.11
7	총각김치	958	8.04	22	나박김치(물김치)	445	3.73
8	보리밥	851	7.14	23	청국장찌개	374	3.14
9	달걀부침	821	6.89	24	과자 및 스낵류	369	3.10
10	된장찌개	799	6.70	25	액상발효유	357	2.99
11	멸치볶음	764	6.41	26	무우국	352	2.95
12	콩밥	725	6.08	27	배추국	333	2.79
13	콩나물국	704	5.91	28	시래기국	325	2.73
14	시금치나물	670	5.62	29	쇠고기국	291	2.44
15	김치찌개	667	5.59	30	콩조림	266	2.23

Table 20. 지역별 다빈도 음식

(단위: 횟수/1987 가구/2일)

순위	대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)
1	배추김치	3,399	59.76	배추김치	1,945	60.14	쌀밥	1,957	65.23
2	쌀밥	3,057	53.74	쌀밥	1,733	53.59	배추김치	1,929	64.30
3	과일	1,599	28.11	과일	771	23.84	과일	478	15.93
4	김구이	1,258	22.12	김구이	657	20.32	김구이	370	12.33
5	우유,분유	763	13.41	우유,분유	376	11.63	콩밥	284	9.47
6	보리밥	468	8.23	총각김치	298	9.21	각뚜기	276	9.20
7	총각김치	424	7.45	각뚜기	280	8.66	총각김치	236	7.87
8	달걀부침	423	7.44	보리밥	255	7.88	된장찌개	224	7.47
9	멸치볶음	414	7.28	달걀부침	238	7.36	무우생채	217	7.23
10	각뚜기	413	7.26	잡곡밥	205	6.34	나박김치(물김치)	184	6.13
11	된장찌개	389	6.84	멸치볶음	202	6.25	청국장찌개	182	6.07
12	시금치나물	373	6.56	콩나물	202	6.25	달걀부침	160	5.33
13	콩나물국	367	6.45	시금치나물	198	6.12	콩나물국	150	5.00
14	미역국	362	6.36	콩밥	193	5.97	멸치볶음	148	4.93
15	김치찌개	348	6.12	콩나물국	187	5.78	푼고추조림	143	4.77

유의 순이었다. 한편 도시지역에서 높은 빈도를 나타내었던 우유의 경우는 농촌지역에서는 섭취빈도가 낮아 4.60%를 나타내어 음식의 섭취패턴의 차이를 알 수 있었다.

4. 음식군별 주요 음식의 섭취빈도

음식군별로 높은 빈도를 나타낸 음식을 분류하여 Table 21~25에 나타내었다. 밥류의 섭취빈도(Table 21)를 살펴보면 전국적으로 쌀밥의 섭취빈도가 가장 높아 총 섭취빈도 횟수의 56.59%를 나타내어 하루에

2기 이상은 쌀밥을 섭취하고 있음을 알 수 있었다. 2 순위로 섭취빈도가 높은 밥은 보리밥이었는데 쌀밥에 비해 현저히 낮은 빈도를 보였다. 콩밥과 잡곡밥, 현미밥의 섭취빈도도 높았으며, 그 외에 카레라이스, 볶음밥 등은 낮은 빈도를 보였다. 도시지역에서는 낮은 빈도를 보였던 팥밥이 농촌에서는 5순위로 섭취빈도가 높았다. 또한 감자밥, 고구마밥 등의 야채밥의 섭취빈도도 6순위로 조사되어 도시지역과 주식의 섭취양상에 다소 차이가 있었다. 빵류(Table 22)에서 가장 높은 빈도를 보인 것은 식빵으로 136회의 섭취빈도를 보여

Table 21. 밥류의 섭취빈도

(단위: 횟수/1987 가구/2일)

순위	전국			대도시			중소도시			농촌		
	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)
1	쌀밥	6,747	56.59	쌀밥	3,057	53.74	쌀밥	1,733	53.59	쌀밥	1,957	65.23
2	보리밥	851	7.14	보리밥	468	8.23	보리밥	255	7.88	콩밥	284	9.47
3	콩밥	725	6.08	잡곡밥	343	6.03	잡곡밥	205	6.34	보리밥	128	4.27
4	잡곡밥	633	5.31	콩밥	248	4.36	콩밥	193	5.97	잡곡밥	85	2.83
5	현미밥	140	1.17	현미밥	63	1.11	현미밥	63	1.95	팥밥	26	0.87
6	카레라이스	62	0.52	카레라이스	49	0.86	볶음밥	22	0.68	야채밥	15	0.50
7	볶음밥	60	0.50	볶음밥	33	0.58	김밥	21	0.65	현미밥	14	0.47
8	김밥	56	0.47	비빔밥	31	0.55	찰밥	9	0.28	김밥	10	0.33
9	팥밥	56	0.47	팥밥	26	0.46	카레라이스	9	0.28	김치볶음밥	6	0.20
10	비빔밥	45	0.38	김밥	25	0.44	김치볶음밥	8	0.25	비빔밥	6	0.20

Table 22. 빵류의 섭취빈도

(단위: 횟수/1987 가구/2일)

순위	전국			대도시			중소도시			농촌		
	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)
1	식빵	136	1.14	식빵	76	1.34	식빵	43	1.33	식빵	17	0.57
2	토스트	92	0.77	토스트	64	1.13	케익	28	0.87	곰보빵	12	0.40
3	케익	67	0.56	기타 빵류	44	0.77	곰보빵	24	0.74	케익	10	0.33
4	단팥빵, 전빵	65	0.55	단팥빵, 전빵	35	0.62	토스트	23	0.71	단팥빵	9	0.30
5	기타 빵류	56	0.47	케익	29	0.51	단팥빵, 전빵	21	0.65	카스테라	9	0.30
6	카스테라	53	0.44	카스테라	27	0.47	카스테라	17	0.53	토스트	5	0.17
7	곰보빵	49	0.41	도우넛	24	0.42	샌드위치	10	0.31	기타 빵류	4	0.13
8	도우넛	35	0.29	샌드위치	22	0.39	기타 빵류	8	0.25	도우넛	3	0.10
9	샌드위치	35	0.29	곰보빵	13	0.23	도우넛	8	0.25	샌드위치	3	0.10
10	햄버거	15	0.13	햄버거	9	0.16	피자	3	0.09	햄버거	3	0.10

Table 23. 면류 및 만두류의 섭취빈도

(단위: 횟수/1987 가구/2일)

순위	전국			대도시			중소도시			농촌		
	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)
1	라면	541	4.54	라면	265	4.66	라면	178	5.50	라면	98	3.27
2	칼국수	75	0.63	칼국수	36	0.63	짜장면	17	0.53	장국국수	23	0.77
3	장국국수	69	0.58	장국국수	31	0.55	칼국수	16	0.49	칼국수	23	0.77
4	수제비	45	0.38	만두	25	0.44	장국국수	15	0.46	만두국	16	0.53
5	만두국	39	0.33	수제비	19	0.33	수제비	13	0.40	수제비	13	0.43
6	만두	36	0.30	만두국	16	0.28	만두	9	0.28	짜장면	7	0.23
7	짜장면	33	0.28	짜장면	9	0.16	만두국	7	0.22	우동	4	0.13
8	비빔국수	11	0.09	비빔국수	8	0.14	비빔국수	2	0.06	만두	2	0.07
9	우동	5	0.04	비빔냉면	2	0.04	스파게티	2	0.06	매밀국수	1	0.03
10	스파게티	3	0.03	출면	2	0.04	불냉면	1	0.03	비빔국수	1	0.03

총 섭취빈도 횟수의 1.14%를 차지하였다. 일반적으로 주식대용보다는 간식류로서 섭취되고 있는 케익류, 단팥빵, 호떡을 비롯한 기타 빵류의 섭취빈도는 낮았다. 면류 및 만두류의 섭취빈도는 Table 23에 나타내었다.

지역별로 라면의 섭취빈도가 다른 음식에 비해 월등히 높게 나타났으며, 칼국수, 수제비 및 만두국의 순으로 빈도가 높았다.

각 지역별로 국류의 섭취빈도는 Table 24와 같다.

Table 24. 국류의 섭취빈도

(단위: 횟수/1987 가구/2일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)
1	콩나물국	704	5.91	콩나물국	367	6.45	콩나물국	187	5.78	콩나물국	150	5.00
2	미역국	647	5.43	미역국	362	6.36	미역국	159	4.92	무우국	140	4.67
3	무우국	352	2.95	곰국	134	2.36	시래기국	100	3.09	배추국	136	4.53
4	배추국	333	2.79	쇠고기국	126	2.22	무우국	89	2.75	미역국	126	4.20
5	시래기국	325	2.73	무우국	123	2.16	쇠고기국	89	2.75	시래기국	104	3.47
6	쇠고기국	291	2.44	시래기국	121	2.13	배추국	78	2.41	쇠고기국	76	2.53
7	김치국	213	1.79	배추국	119	2.09	우거지국	63	1.95	김치국	63	2.10
8	곰국	209	1.75	우거지국	104	1.83	김치국	52	1.61	동태국	47	1.57
9	우거지국	208	1.74	김치국	98	1.72	시금치국	42	1.30	호박국	47	1.57
10	시금치국	149	1.25	시금치국	81	1.42	감자국	40	1.24	우거지국	41	1.37

Table 25. 찌개류의 섭취빈도

(단위: 횟수/1987 가구/2일)

순위	전 국			대 도시			중 소 도시			농 촌		
	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)	음식명	빈도	비율(%)
1	된장찌개	799	6.70	된장찌개	389	6.84	된장찌개	186	5.75	된장찌개	224	7.47
2	김치찌개	667	5.59	김치찌개	348	6.12	김치찌개	181	5.60	청국장찌개	182	6.07
3	청국장찌개	374	3.14	청국장찌개	99	1.74	청국장찌개	93	2.88	김치찌개	138	4.60
4	동태찌개	200	1.68	동태찌개	90	1.58	동태찌개	60	1.86	동태찌개	50	1.67
5	두부찌개	108	0.91	두부찌개	38	0.67	두부찌개	33	1.02	돼지고기찌개	49	1.63
6	돼지고기찌개	101	0.85	순두부찌개	32	0.56	돼지고기찌개	26	0.80	두부찌개	37	1.23
7	고등어찌개	74	0.62	고등어찌개	29	0.51	해물찌개	21	0.65	고등어찌개	33	1.10
8	참치찌개	63	0.53	조기찌개	27	0.47	조기찌개	20	0.62	갈치찌개	24	0.80
9	조기찌개	62	0.52	돼지고기찌개	26	0.46	참치찌개	18	0.56	붕어매운탕	20	0.67
10	순두부찌개	46	0.39	참치찌개	26	0.46	순두부찌개	13	0.40	참치찌개	19	0.63

가장 선호하는 국은 콩나물국으로 704회의 섭취빈도를 기록하였으며 모든 지역에서 여러 국 중 콩나물국과 미역국이 월등히 높은 섭취빈도를 나타내었다. 찌개류의 섭취빈도 Table 25에서는 된장찌개가 799회로 가장 높았으며, 김치찌개도 667회로 된장찌개 다음으로 높은 빈도를 나타내었다. 된장찌개와 김치찌개 이외에는 청국장찌개와 동태찌개의 순으로 빈도가 높았다. 대도시와 중소도시에서도 비슷한 경향이었고, 농촌에서는 청국장찌개의 섭취빈도가 높아 2순위를 나타내었다.

IV. 요약 및 결론

우리나라 국민의 식품소비 형태를 파악하고자 1993년도 국민영양조사 자료를 입력, 재분석을 실시하여 다소비 음식중 주요 음식의 섭취량 및 섭취빈도를 산출하였다.

음식의 섭취량은 1인 1일당 전국적으로 1,741.46g, 대도시 1,722.03g, 중소도시 1,712.46g, 농촌 1,808.73g을

섭취하였다. 가장 섭취량이 많았던 음식은 쌀밥으로 1인 1일당 섭취량이 481.67g으로 전체의 27.66%를 나타내었으며 다음으로 섭취량이 많았던 음식은 과일과 배추김치이었다.

가장 높은 섭취빈도를 보인 음식은 7,273회의 배추김치로 전체끼니의 61.00%를 나타내었으며 쌀밥은 6,247회로 56.59%를 나타내었다. 과일과 우유는 섭취빈도에서 각각 3위와 5위를 차지하였으며 깍뚜기, 총각김치 등의 김치류가 높은 섭취빈도를 보였다.

식품안전성에 대한 노출평가에 근거를 제공하기 위해서라도 식품섭취 자료는 매우 중요하며 특히 감수성이 높은 집단에 대한 노출을 평가하기 위해서는 일반 소비자 뿐만 아니라 취약집단에 대한 자세한 식품소비 자료가 필요하다고 하겠다.

참고문헌

1. 한국식품연구소 보고서. 국민영양조사를 이용한 우리

- 나라 다소비식품의 섭취량에 관한 연구 1994.
2. 류은순, 박동경. 국내 패스트푸드점에 대한 소비자의 의견조사-제1보. 햄버거 체인점을 중심으로-. 한국식문화학회지 4(3): 229, 1989.
 3. 최석영. 식품오염, p. 245, 울산대학출판부, 울산, 1994.
 4. 송인상. 식품규격 관련사항에 위해분석의 적용. 한국식품공업협회지 식품공업, '95 제132호 p. 32, 1995.
 5. 계승희, 이행신, 박미아, 문현경. 국민영양조사를 이용한 우리나라 다소비 식품의 섭취량에 관한 연구(I): 식품의 섭취량 조사 분석, 한국식생활문화학회지 인쇄중.
 6. SAS Institute Inc. SAS Guide for Personal Computers, 6th ed. Cary, North Carolina 1982.
 7. 황혜성, 한복려, 한복진. 한국의 전통음식, p. 241, 교문사, 서울, 1991.
 8. 문현경, 계승희, 정해량, 김영찬, 송인상, 송태희. 한식 식당의 판매식단 실태에 관한 연구. 대한가정학회지 32(1): 151, 1994.