

조리전공 남녀학생의 식사행태와 비만도에 대한 연구

김숙희¹, 정경희^{2*}

¹해전대학교 식품영양과, ²청운대학교 호텔조리식당경영학과

A Study on Dietary Habits and Obesity of the Culinary College Students

Sook-Hee Kim¹ and Kyung-Hee Joung^{2*}

¹Dept. of Food and Nutrition, Hyejeon College

²Dept. of Hotel Culinary and Catering Management, Chungwoon University

요약 본 연구는 조리전공 남녀대학생의 식사행태 및 비만에 대한 연구로 남학생 평균 연령은 20.4세, 여학생 19.8세, 신장은 남학생 174.0 cm, 여학생 162.6 cm, 체중은 남학생 71.4 kg, 여학생 60.3 kg이었다. 평균 체지방률은 남학생 20.5%, 여학생 30.2%로 남녀학생 모두 과체중에 해당되었다. 대부분의 학생들이 본인의 체중에 유의적인 차이로 불만을 나타내었으며, 남녀학생 모두 표준형과 좀 마른형이 이상체형이라고 생각하고 있었다. 남학생이 여학생에 비해 아침을 먹지 않았고, 점심은 매일 먹는 비율이 남학생 40.7%, 여학생은 27.0%밖에 되지 않았으며, 저녁식사는 남학생의 54.8%, 여학생은 35.5%만이 매일 먹고 있어 유의적인 차이가 있었다. 식사형태는 밥류를 선호하고 야식은 주 1~2일 먹는 비율이 가장 많았으며, 식사를 하지 않는 이유로 시간이 없어서 못 먹는다는 응답이 많았다. 스트레스 시 남학생의 56.7%는 평소와 같이 먹는 반면 여학생의 58.7%는 평소보다 많이 먹고 있었다.

Abstract We studied about dietary habits and obesity of the culinary college students, the average age of male subject was 20.4 years, female 19.8years, male height 174.0cm, female 162.6 cm, body weight of male 71.4 kg, female 60.3 kg. Average body fat% of male was 20.5%, that of female was 30.2%, their average body fat% was at the range of overweight. Most subjects were not satisfied with their body weight and seemed to have ideal body shape as standard and lean. 51.6% of male and 35.2% of female students did not eat breakfast. Male students ratio of eating lunch every day was 41.7%, that of female was 27.0%, male students ratio of eating dinner every day was 54.8%, that of female was 35.5%. They liked to eat meal as rice type and 1-2day per week, they used to eat night snack. The first cause of not eating meal was lack of time. Under stress 56 % of male eaten as much as usual, 58.7% of female eaten more than usual.

Key Word : Dietary habits, Obesity, Overweight

1. 서론

대학생의 시기는 성인기로 전환하는 과도기로 이들의 식생활 행동 및 생활습관은 다음 단계인 성인기에 육체적, 정신적인 건강에 중요한 영향을 미치게 된다.

대학문화에 대한 적응문제, 교육관계, 진로에 대한 불

안감, 고등학교까지의 수동적이고 의존적 생활방식에서 독립적이고 능동적 생활방식으로 전환해야 하는 등의 환경변화에 적응하는 과정에서 대학생들은 스트레스를 받아 정도의 차이는 있으나 행동양식, 습관, 성격 등이 변하기도 한다[1]. 또한 대학생들은 식사시간을 고려하지 않은 수업 시간표, 증가된 자유 시간 및 동성 및 이성 친구

본 논문은 2011년 해전대학교 교내학술연구비 지원을 받아 수행되었기에 감사드립니다.

*교신저자 : 정경희 (jkh022@hanmail.net)

접수일 11년 12월 16일

수정일 12년 01월 13일

게재확정일 12년 02월 10일

와의 교체와 아르바이트 등으로 인해 불규칙한 식사, 잦은 결식, 외식과 과식, 부적당한 간식, 과다한 음주와 흡연 등 바람직하지 못한 식생활습관에 노출되어 있다[2,3]. 식습관은 개인의 식생활 방식과 내용을 포함하며 섭취하는 음식의 질이나 양을 결정하게 되고 결과적으로 개인의 건강과 체격에 영향을 미치는 것뿐만 아니라 행동의 변화, 질병 양상의 변화, 지능의 변화에까지 영향을 미치게 된다[4]. 또한 스트레스는 많은 건강행동 중 특히 식행동에 큰 영향을 미쳐 다양한 식이 섭취에 변화를 가져오고 이로 인해 생리적 변화도 초래하고 있다[5,6].

식사형태 및 비만에 관한 기존 연구로는 대학생의 식행동과 건강상태 및 스트레스[1], 전주지역 성인의 연령별 외식행태[7], 부산·경남지역 주부들의 비만도와 외식행동 및 식생활습관[8], 대학생들의 BMI 지수에 따른 외식 식행동[9], 스트레스정도에 따른 남대대학생의 온라인 오프라인 외식 행동[10] 등이 있다. 대학생 시기는 학교 급식이나 가정식의 수동적인 형태에서 벗어나 폭식, 결식, 음주, 흡연 등 나쁜 습관들로 인해 비만 및 건강의 해를 끼칠 수 있는 시기이다. 따라서 조리전공 대학생의 식사형태 및 비만도를 조사하여 올바른 식습관의 기초자료로 활용하고자 하였다.

2. 연구 방법

2.1 연구대상

충남 홍성 소재의 호텔조리외식계열 남녀학생 341명을 대상으로 2011년 3월 15일부터 4월 5일까지 신체계측 및 체성분을 측정하고 설문조사를 실시하였다. 설문조사는 조사내용과 주의사항을 설명한 후 학생들이 직접 설문지에 기입하도록 하였다.

2.2 연구내용 및 방법

설문조사는 일반사항 및 체중, 체형에 관한 인식, 식사행태에 관한 내용 등이며, 신장과 체중은 신장계와 체중계를 이용하여 측정하였고, 체성분 측정은 (주)바이오 스페이스의 Inbody 3.0(Bioimpedence method, Biospace, Korea)을 이용하여 체지방률(Percentage of body fat), 비만도(obesity degree), 체질량지수(Body Mass Index: BMI) 등을 측정하였다.

2.3 통계분석

본 조사의 수집된 모든 자료는 한글 SPSS ver. 12.0을 이용하여 통계처리 하였다. 비연속변수들에 대해서는 빈

도와 백분율을 구하고 유의성을 검증하기 위해 Chi-square test를 사용하였다. 연속변수들 사이의 상관관계를 알아보기 위해 pearson's correlation coefficient를 구하였다.

3. 연구 결과

본 조사는 호텔조리외식계열 남녀 대학생 총 341명을 대상으로 이루어졌으며, 표 1에 본 연구 대상자의 일반적인 특성을 제시하였다. 한국인 영양섭취기준(The Korean Nutrition Society 2010)[11]의 한국인 체위 기준 설정범위에서 남자 19~29세의 평균 신장은 173cm, 평균 체중은 65.8kg, 여자 160cm, 56.3kg인데 조사대상자의 남자평균 연령은 20.4세, 여자 19.8세, 신장은 남자 174.0cm, 여자 162.6cm로 평균치보다 다소 컸다. 체중은 남자 71.4kg, 여자 60.3kg으로 평균치보다 많이 나가고 남녀간의 유의적인 차이가 있었다. 평균 체지방률은 남자 20.5%, 여자 30.2%로 유의적으로 여학생의 체지방률이 높은 경향이 있었다. Biospace와 체지방률 남자표준 10~20%와 여자표준 18~28%와 비교했을 때 남녀 모두 과체중에 해당되었다. 복부비만율과 BMI는 유의적인 차이를 보이지 않았으나 대학전공에 따른 식습관에 관한 연구[12]에서 BMI가 19.8, Choi 등[13]의 연구에서 측정된 20.5와 비교했을 때 조리전공 대학생의 BMI가 23.3으로 높게 조사되었다. 조리전공 대학생의 BMI가 높은 이유는 조리실습 등으로 음식에 노출되는 여건이 다른 전공에 비해 높기 때문인 것으로 판단된다.

체중 및 체형에 관한 인식은 표 2에서와 같이 남학생의 49.1%는 불만, 20.2%는 매우 불만이라고 응답하여 69.3%의 높은 비율로 본인의 체중에 대해 불만족하고 있었다. 여학생은 남학생보다 더 큰 불만족을 보였는데, 여학생의 44.3%는 불만, 37.7%는 매우 불만으로 총 82.1%가 본인의 체중에 불만족하는 것으로 조사되었다. 체형에 대한 인식은 남학생의 36.2%가 좀 살찐형, 22.5%가 표준, 22.0%는 좀 마른형이라고 인식하고 있었으며, 여학생은 45.1%가 좀 살찐형, 22.6%는 표준, 18.2%가 좀 마른형으로 여학생이 살찐형이라는 비율이 높아 남녀간의 유의적인 체형인식의 차이가 있었다. 이상체형은 남학생의 59.4%, 여학생의 53.3%가 표준형이 이상체형이라고 생각하고 있었으며, 그다음으로 좀 마른형이 이상체형이라고 응답하여 표준형이나 조금 마른 체형을 선호하고 있었다.

[표 1] 조사 대상자의 일반적인 특성

[Table 1] The general characteristics of those surveyed

	남	녀	Total	T value	p value
나이	20.4±0.1	19.8±0.1	20.2±0.8	4.395	.000
키	174.0±0.4	162.6±0.5	169.9±0.4	17.810	.000
체중	71.4±1.1	60.3±0.9	67.4±0.8	7.763	.000
복부비만률	0.84±0.0	0.83±0.0	0.84±0.0	1.316	.189
체지방률	20.5±0.5	30.2±0.6	24.0±0.4	-13.281	.000
비만도	107.8±1.5	108.6±1.6	108.1±1.1	-.326	.745
BMI	23.5±0.3	22.8±0.3	23.3±0.2	1.669	.096

[표 2] 체중 및 체형에 관한 인식

[Table 2] Awareness about body weight and shape

	남	녀	Total	p value	
체중만족	매우 불만	44(20.2)	46(37.7)	90(26.5)	.003
	불만	107(49.1)	54(44.3)	161(47.4)	
	보통	40(18.3)	16(13.1)	56(16.5)	
	만족	24(11.0)	6(4.9)	30(8.8)	
	매우 만족	3(1.4)	0(0.0)	3(0.9)	
	Total	218(100.0)	122(100.0)	340(100.0)	
체형인식	매우 마른형	17(7.8)	1(0.8)	18(5.3)	.002
	좀 마른형	48(22.0)	14(11.5)	62(18.2)	
	표준	49(22.5)	28(23.0)	77(22.6)	
	좀 살찐형	79(36.2)	55(45.1)	134(39.4)	
	매우 살찐형	25(11.5)	24(19.7)	49(14.4)	
	Total	218(100.0)	122(100.0)	340(100.0)	
이상체형	매우 마른형	6(2.8)	3(2.5)	9(2.7)	.596
	좀 마른형	58(26.7)	35(28.7)	93(27.4)	
	표준	129(59.4)	65(53.3)	194(57.2)	
	좀 살찐형	23(10.6)	19(15.6)	42(12.4)	
	매우 살찐형	1(0.5)	0(0.0)	1(0.3)	
	Total	217(100.0)	122(100.0)	339(100.0)	

아침, 점심, 저녁의 식사 빈도에 있어서는 표 3에서와 같이 아침식사는 남학생의 51.5%가 먹지 않았으며, 일주일에 1~2회 먹는 경우가 29.2%로 아침을 거의 먹지 않았다. 여학생은 35.2%가 아침식사를 먹지 않았으며, 일주일에 1~2회 22.1%, 3~4회 21.3%로 남녀간의 유의적인 차이를 보였다. 전주지역 성인의 연령별 외식행태[7]에 관한 연구에서 20대의 아침 결식율은 73.3%로 높게 나타났으며, 연령이 증가할수록 아침식사비율과 1일 3회 식사비율이 높아지는 것으로 나타났다.

점심식사 빈도는 남학생은 매일 먹는 비율이 40.7%, 일주일에 3~4회 30.1%, 5~6회 19.0%, 1~2회 7.9%, 먹지않음 2.3%순이었으며 여학생은 일주일에 3~4회 35.2%, 5~6회 27.9%, 매일 27.0%, 1~2회 9.8%순으로 남녀간의 유의적인 차이로 남학생이 매일 먹는다는 빈도가 높게 나타났다. 저녁식사 빈도는 남학생의 54.8%가 매일 먹는다고 응답한 반면 여학생은 35.5%만이 매일 먹

는다고 응답하여 유의적인 차이를 보였다.

식사행태에 따른 분류는 표 4에서와 같이 아침의 형태는 남학생 73.1%, 여학생 88.2%가 밥류를 먹고 있어 대부분이 밥을 선호하는 것으로 나타났으며 남녀학생간의 유의적인 차이는 없었다. Kim 등[14]의 연구에서도 아침 식사로 밥을 선호하는 것으로 나타나 비슷한 양상을 보였다. 점심은 남학생의 78.9%, 여학생 70.8%가 밥을 먹고 있었으며, 남학생 12.4%, 여학생 21.7%가 라면을 먹고 있었다. 저녁도 남학생 88.3%, 여학생 83.8%가 밥류를 먹고 있는 것으로 나타나 아침, 점심, 저녁식사에서 대부분 밥류를 선호하는 것으로 조사되었다. 야식은 남학생 55.7%, 여학생 69.7%가 주 1~2일 먹고 있었으며, 남학생 25.6%, 여학생 14.8%는 주 3~4일 먹는다고 응답하여 유의적인 차이를 보였다.

[표 3] 아침, 점심, 저녁 식사 빈도

[Table 3] Frequency of eating breakfast, lunch and dinner

		남	녀	Total	p value
아침식사 빈도	먹지않음	113(51.6)	43(35.2)	156(45.7)	0.000
	일주일에1-2회	64(29.2)	27(22.1)	91(26.7)	
	일주일에3-4회	21(9.6)	26(21.3)	47(13.8)	
	일주일에5-6회	9(4.1)	11(9.0)	20(5.9)	
	매일	12(5.5)	15(12.3)	27(7.9)	
	Total	219(100.0)	122(100.0)	341(100.0)	
점심식사 빈도	먹지않음	5(2.3)	0(0.0)	5(1.5)	0.030
	일주일에1-2회	17(7.9)	12(9.8)	29(8.6)	
	일주일에3-4회	65(30.1)	43(35.2)	108(32.0)	
	일주일에5-6회	41(19.0)	34(27.9)	75(22.2)	
	매일	88(40.7)	33(27.0)	121(35.8)	
	Total	216(100.0)	122(100.0)	338(100.0)	
저녁식사 빈도	먹지않음	2(0.9)	1(0.8)	3(0.9)	0.006
	일주일에1-2회	7(3.2)	11(9.1)	18(5.3)	
	일주일에3-4회	32(14.7)	27(22.3)	59(17.5)	
	일주일에5-6회	57(26.3)	39(32.2)	96(28.4)	
	매일	119(54.8)	43(35.5)	162(47.9)	
	Total	217(100.0)	121(100.0)	338(100.0)	

[표 4] 식사 형태에 따른 분류

[Table 4] Classification by meal type

		남	녀	Total	p value
아침형태	밥류	133(73.1)	90(88.2)	223(78.5)	0.54
	빵류	17(9.3)	2(2.0)	19(6.7)	
	시리얼	17(9.3)	4(3.9)	21(7.4)	
	라면류	4(2.2)	1(1.0)	5(1.8)	
	죽류	1(0.5)	1(1.0)	2(0.7)	
	기타	10(5.5)	4(3.9)	14(4.9)	
	Total	182(100.0)	102(100.0)	284(100.0)	
점심형태	밥류	165(78.9)	85(70.8)	250(76.0)	0.143
	빵류	9(4.3)	7(5.8)	16(4.9)	
	시리얼	1(0.5)	0(0.0)	1(0.3)	
	라면류	26(12.4)	26(21.7)	52(15.8)	
	기타	8(3.8)	2(1.7)	10(3.0)	
	Total	209(100.0)	120(100.0)	329(100.0)	
저녁형태	밥류	188(88.3)	98(83.8)	286(86.7)	0.454
	빵류	1(0.5)	0(0.0)	1(0.3)	
	씨리얼	1(0.5)	2(1.7)	3(0.9)	
	라면류	11(5.2)	6(5.1)	17(5.2)	
	떡류	1(0.5)	0(0.0)	1(0.3)	
	죽류	1(0.5)	0(0.0)	1(0.3)	
	기타	10(4.7)	11(9.4)	21(6.4)	
	Total	213(100.0)	117(100.0)	330(100.0)	
야식	전혀 안먹음	25(11.4)	17(13.9)	42(12.3)	0.008
	주1-2일	122(55.7)	85(69.7)	207(60.7)	
	주3-4일	56(25.6)	18(14.8)	74(21.7)	
	5일이상 먹음	16(7.3)	2(1.6)	18(5.3)	
	Total	219(100.0)	122(100.0)	341(100.0)	

결식이유와 간식횟수와 스트레스 시 식품섭취 경향은 표 5와 같다. 식사를 하지 않는 이유는 남녀학생 모두 시간이 없어서라는 응답이 가장 많았는데, 남학생은 52.5% 인 반면 여학생 75.6%가 시간이 없어서 식사를 하지 못한다고 응답하여 유의적인 차이를 나타내었다. 또한 남학생의 23.5%와 여학생 10.1%는 귀찮아서 식사를 하지 않고 있었다. Jin과 You[15]의 경기지역 대학생의 식습관 연구에서도 결식이유 중 시간이 없어서라는 응답이 가장 많고 그다음으로 귀찮아서라고 응답하여 비슷한 양상을 나타내었다. 간식을 먹는 횟수는 남학생 38.8%가 하루에 2회, 36.1%는 1회, 36.1%는 거의 간식을 먹지 않았으며 여학생은 44.3%가 하루에 1회, 28.7%가 2회, 22.1%는 먹지 않는다고 응답하여 남녀간의 유의적인 차이가 있었다. 스트레스 시 남학생의 56.%는 평소와 같이 먹는 반면 여학생의 58.7%는 평소보다 많이 먹고 있어 여학생이 스트레스 시 유의적으로 평소보다 더 많이 먹는 것을 알 수 있었다. 심리상태와 스트레스는 식사변화와 관련한 것으로 알려져 있으며[16], 심리적인 환경으로 인하여 부족하거나 과도한 양의 식품섭취가 나타날 수 있다.

4. 결론 및 요약

조리전공 남녀학생의 식사행태 및 비만도 분석결과 남자평균 연령은 20.4세, 여자 19.8세, 신장은 남자 174.0cm, 여자 162.6cm, 체중은 남자 71.4kg, 여자 60.3kg으로 남녀간의 유의적인 차이가 있었다. 평균 체지방률은

남자 20.5%, 여자 30.2%로 남녀 모두 과체중에 해당되었다. 본인의 체중에 대해 남학생의 49.1%는 불만, 20.2%는 매우 불만이라고 하였으며, 여학생의 44.3%가 불만, 37.7%는 매우 불만이라고 하여 많은 수의 학생들이 본인의 체중에 유의적인 차이로 불만을 나타내었다. 체형에 대한 인식에서는 남학생의 36.2%가 좀 살찐형, 22.5%가 표준, 22.0%는 좀 마른형이라고 인식하고 있었으며, 여학생은 45.1%가 좀 살찐형, 22.6%는 표준, 18.2%가 좀 마른형으로 남녀간의 유의적인 차이를 나타내었다. 이상체형은 남녀 모두 표준형과 좀 마른형이 이상체형이라고 응답하였다.

아침식사는 남학생의 51.5%가 먹지 않았으며, 여학생은 35.2%가 먹지 않아 남녀간의 유의적인 차이를 보였다. 점심식사의 경우, 남학생이 매일 먹는 비율이 40.7%, 여학생은 매일 27.0%로 남녀간의 유의적인 차이로 남학생이 매일 먹는다는 빈도가 높게 나타났다. 저녁식사 빈도에서도 남학생의 54.8%가 매일 먹는다고 응답한 반면 여학생은 35.5%만이 매일 먹는다고 응답하여 유의적인 차이를 보였다. 식사행태는 아침, 점심, 저녁식사에서 대부분 밥류를 선호하는 것으로 조사되었다. 야식은 남학생 55.7%, 여학생 69.7%로 주 1~2일 먹는 비율이 가장 많았으며, 남학생 25.6%, 여학생 14.8%는 주 3~4일 먹는다고 응답하여 유의적인 차이를 보였다.

식사를 하지 않는 이유는 시간이 없어서 식사를 하지 못한다고 응답하였다. 간식을 먹는 횟수는 남학생 38.8%가 하루에 2회 여학생은 44.3%가 하루에 1회 먹는다고 응답하여 남녀학생간의 유의적인 차이가 있었다. 스트레

[표 5] 결식 및 식품섭취 경향

[Table 5] Cause of not eating, snack frequency and eating trend under stress

	남	녀	Total	p value	
결식이유	시간부족	114(52.5)	90(75.6)	204(60.7)	0.001
	식욕이 없어서	12(5.5)	5(4.2)	17(5.1)	
	귀찮아서	51(23.5)	12(10.1)	63(18.8)	
	소화가 안되서	2(0.9)	3(2.5)	5(1.5)	
	습관이 되서	26(12.0)	7(5.9)	33(9.8)	
	체중감량위해	3(1.4)	1(0.8)	4(1.2)	
	기타	9(4.1)	1(0.8)	10(3.0)	
Total	217(100.0)	119(100.0)	336(100.0)		
간식횟수	거의먹지않음/일	79(36.1)	27(22.1)	106(31.1)	0.015
	1회/일	79(36.1)	54(44.3)	139(40.8)	
	2회/일	85(38.8)	35(28.7)	74(21.7)	
	3회이상/일	16(7.3)	6(4.9)	22(6.5)	
	Total	219(100.0)	122(100.0)	341(100.0)	
스트레스 시 식품섭취	평소보다 많이먹음	53(24.5)	71(58.7)	124(36.8)	0.000
	평소와 같음	121(56.0)	33(27.3)	154(45.7)	
	평소보다 적게먹음	42(19.4)	17(14.0)	59(17.5)	
	Total	216(100.0)	121(100.0)	337(100.0)	

스 시 남학생의 56.7%는 평소와 같이 먹는 반면 여학생의 58.7%는 평소보다 많이 먹고 있었다. 이에 성인기로 접어드는 대학생의 시기에 규칙적이고 올바른 식사행태를 알려주는 영양교육이 필요하다고 판단된다.

References

- [1] Cho JY, Song JC, Song JC, Dietary behavior, health status, and perceived stress of university students, *Korean J. Food & Nutr*, 20:476-486, 2007
- [2] Lee UN, Choi HM, A Study on the relationship between body mass index and then food habits of college students, *Korean J. Dietary Culture*, 9:1-10, 1994
- [3] Hong HO, Lee JS, Survey on Korean food preference of college students in Seoul-focused on the staple food and snack, *Korean J. Nutr*, 39:699-706, 2006
- [4] Holly C, Robert TB, Growth and development: physical mental and social aspects, *Adolescent Medicine* 1:25, 1989
- [5] Johnson EO Kamilaris TC, Chrousos GP, Gold PW. Mechanisms of stress: a dynamic overview of hormonal and behavioral homeostasis, *Neurosci Biobehav Rev*, 16:115-130, 1992
- [6] Weinstein SE, Shide DJ, Rolls BJ, Changes in food intake in responses to stress in men and women, *psychological factors, Appetite*, 28:7-8, 1997
- [7] Yang HS, Lee JE, Rho JO, A Study on eating out behaviors of adults in Jeonju classified by age, *Korean j. of human ecology*, 9:75-83, 2006
- [8] Lee BS, Park YH, Lee JH, A Study on obesity, eating-out behaviors, and eating habits among the housewives in Busan and Gyeongnam, *Province Culinary research*, 17:151-161, 2011
- [9] Kim MJ, Relationship between BMI and the dining out behavior of university students in the Seoul area, *Korean J. Food Cookery Sci.* 26:450- 457, 2010
- [10] Kim SH, A study on on/off line out-eating behavior in accordance stress label of the culinary college male students, *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 12:207-215, 2011
- [11] The Korean nutrition society, dietary reference intakes for Koreans, first revision p21, 2010
- [12] Chung KH, Shin KO, Jung TH, Choi KS, Jeon WM, Chung DK, Lee DS, Study on the dietary habit, nutrient intake, and health status according to their majors among college women in Sahmyook University, *J*

Korean Soc Food Sci Nutr, 39: 826-836, 2010

- [13] Choi KS, Shin KO, Chung KH. Comparison of the dietary pattern, nutrient intakes, and blood parameters according to body mass index (BMI) of college women in Seoul area. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 37:1589-1598, 2008
- [14] Kim SH, Joung KH, Chae BS, Dietary life and eating-out style related to breakfast frequency of male students in culinary college, *Korean J Community Nutr*, 12:13-24, 2007
- [15] Jin YH, You KH, A study on the eating habit and eating out behavior of the university students in the Gyeonggi area, *Korean J Community Nutr*, 15:687-693, 2010
- [16] Yoon GA, Contribution of food behavior and psychological factor to perceived tiredness in adolescents, *Korean J. Nutr*, 34:89-97, 2001

김 숙 희(Sook-Hee Kim)

[정회원]



- 1992년 2월 : 서울대학교 식품영양학과 (가정학석사)
- 1996년 2월 : 서울대학교 식품영양학과 (이학박사)
- 2009년 : University of North Carolina 방문학자
- 1996년 3월 ~ 2011년 7월 : 해전대학 호텔조리외식계열 교수
- 2011년 8월 ~ 현재 : 해전대학교 식품영양과 교수

<관심분야>

식품영양학, 단체급식, 기능성 식품

정 경 희(Kyung-Hee Joung)

[정회원]



- 2005년 2월 : 청운대학교 관광통상경영학과(경영학석사)
- 2010년 2월 : 공주대학교 식품공학과 (공학박사)
- 2005년 3월 ~ 현재 : 청운대학교 호텔조리식당경영학과 외래교수
- 2007년 3월 ~ 현재 : (주)바이오폴리텍 연구개발부 소장

<관심분야>

한식조리, 식품가공학, 기능성 식품