

食生活(衛生分野)文化 改善 推進計劃

(이 기 응 議員님)

좋은食單만들기 普及擴大方案

實 態

○ 飲 食 店

- 過多한 반찬가지수와 量 提供 —— 남겨버리거나 再 使用
- 事業主와 從事者의 關心 缺如
- 傳統的인 食生活文化의 發掘과 繼承 努力 未洽

○ 家 庭

- 푸짐한 床차림을 좋아하고 남김을 美德으로 여김
- 共同 食單으로 食事하고 남긴 찬을 오래 두고 使用
- 外食과 인스턴트食品 選好 傾向
- 冠婚喪祭시 過多한 飲食마련 提供

※ 食生活 關聯 統計

- 全國 1 日 生活 쓰레기 84千톤중 飲食쓰레기가 23千톤
(27.4%) --- 每年 15%씩 增加 趨勢
- 韓食堂의 남기는 量 : 국 30.4%, 김치찌개 28.9%, 김치 43.6%,
각뚜기 43.6%, 콩나물 36.8%, 시금치나물
29.8% 等

- ※ - 우리 市의 大衆飲食店數 : 6,326 個所(韓定食 36, 日食 148,
中食 519, 洋食 258, 其他 5,365)

政府의 改善對策

I. 食生活 改善 國民運動 展開

- 料食業界 —— 團體 主管
 - 食生活 改善運動 推進委員會 構成 運營
 - ※ 中央, 市, 區의 團體에 各各 設置
 - 業界 自律的으로 實踐計劃 樹立 業所 指導等 實施
- 家庭 —— 健全生活 實踐 汎女性運動聯合 主管
 - 改善實踐 指針 마련 配布
 - 教育, 弘報등 啓導 活動 展開
- 職場, 學校 —— 自體 實施
 - 職場自體 教育 및 勸獎
 - 學生教育
- 對國民 매스컴 弘報 —— 公 報 處
 - 問題 提起 弘報
 - 食生活 改善 弘報 (좋은 食單等)

Ⅱ. 좋은 食單模型(業所用)開發 및 普及

- 模型圖(案) : 別添
- 參與機關 : 韓國食品研究所
- 開發을 위한 基礎 調査 : '91. 10 ~ 11 (2月間)
- 試案 및 意見 收斂 : '91. 12 (1月間)
- 弘報 및 示範實施 : '92. 1 ~ 3月(3月間)
 - ※ 集團給食所부터 優先 實施
- 좋은食單 普及 : '92. 4 ~

Ⅲ.食生活 水準 向上을 위한 研究開發

- 國民 均衛食 研究 : '92 ~ '93(2年間)
- 基本 調理法 研究 : '92. 1 ~ '92. 12(1年間)
- 食品衛生 水準 向上에 關한 研究
- 食容器의 開發 : '92. 1 ~ '92.12(1年間)
 - 業 所 用 : 1人用 모듬 찬기
 - 家 定 用 : 食品別 保管 容器 및 食容器
- ※ 韓國 食品 研究所
- 食生活 文化 關聯 用語 改善 研究(文化部)

Ⅳ.模範飲食店 指定 育成

- 指 定 : 區廳長('92. 4 ~)
- 支 授

{	水道料 30% 減免 및 稅制 惠澤 附與 資金 融資 斡旋 韓國 有名飲食店 冊子 發刊 紹介 等
---	--

V. 傳統飲食文化 發掘 育成(文化部)

- 發掘：'91. 10 ~ 12月
- 支定：區廳長('92. 4 ~)
- 指援：模範飲食店에 準함

VI. 飲食쓰레기 適正 處理(環境處)

- 多量 發生 業所의 分離收去 體系確立('92. 6)
- 飲食쓰레기의 處理 및 再 活用 技術 普及('93 ~)

좋은食單 普及

< 普及 以前 >

- 食生活文化 改善 運動 推進 委員會 構成(料食業界)

區 分	日 程		計	構 成					
	設 置	懸板式		委員長	名譽 委員長	公務員	學 界	食 品 專門家	料 食 業 界
計			55名	6	6	6	2	13	22
市	10.31	12.18	8	1	1	1	1	2	2
東 區	11.11	11.30	13	1	1	1	1	2	7
中 區	11.11	11.27	6	1	1	1		2	1
西 區	11.14	12. 2	12	1	1	1		2	7
儒 城	11.13	11.14	8	1	1	1		2	3
大 德	11.11	11.29	8	1	1	1		3	2

- ※
 - 委員長：市.區 料食業支會(部)長
 - ※ 名譽委員長：市長, 區廳長
 - 公務員：市. 區 衛生課長
 - 食品專門家：營養士, 調理士協會 關係者
 - 韓 事：料食業 支會 事務長

※ 大田直轄市 食生活改善 推進委員會 懸板式 및 캠페인

○ 日 時：'91. 12. 18.(水)

○ 場 所：大田直轄市 料食業支會

○ 參席範圍：38 名

— 委員長：大田直轄市 料食業 支會長 제갈창균

※ 名譽委員長：市長

— 委員：6 名

— 料食業主 및 關係者：30 名

○ 內 容

— 委囑狀 授與

— 懸板式 및 街頭캠페인

○ 반찬의 量 및 가지數 줄이기

○ 季節別 嗜好食單 차리기

○ 業所別 1 代表飲食 차리기

○ 弘 努：캠페인 및 決意大會

○ 事前 準備：團體別 容器等 準備

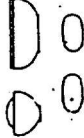
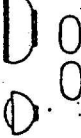
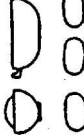
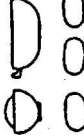
<普及 以後>-- '92. 4월부터

- 普及模型 : 8個 類型 15個 部門(別添)
- 對 象 : 全 業所(大衆飲食店)
- 方 法 : 關聯團體 主管(料食業支會,調理士協會)-- 自律的
- 支 援 :
 - 示範業所 指定
 - 標識板 附着
 - 稅制上的 優待 措置
 - 有關機關 褒賞時 優待
 - 展示會,講習會 資金 支援
- 弘 報
 - 班常會報 및 매스컴을 통한 弘報
 - “ 좋은 食單 ” 의 內容과 長點
 - 傳統, 示範飲食店等 案内 冊字 配布
 - 바람직한 食事禮節과 食堂 利用法
- 段階別 適用
 - ┌ 1 次 : 示範業所 _____ 3월 까지
 - ├ 2 次 : 新規業所(許可時 條件 附與) _____
 - └ 3 次 : 全 業所 適用

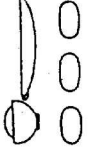
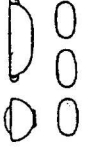
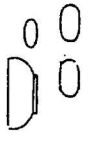
<行 政 支 援 >

- 推進狀況 點檢 評價 및 支援
 - 料食業界 運動 推進과 模範 및 傳統飲食店 育成 支援
- 區廳別 自體 細部施行計劃 樹立 施行
- 事業施行事項(캠페인 懇談會)의 記錄 保存
- 關聯團體와의 緊密한 유대로 事業의 圓滑한 推進




중등은식단기본모형(안)

대분류	음식유형별분류			모형	권장산류		권장제공량,정량 (중등노동의 성인남자 1인분량 기준)	식단내용			비고
	중분류	소분류	포함음식예		찬수	예 (그릇)		식단	분량(g)	열량 (Kcal)	
밥	곰탕류와 밥	곰탕류	곰탕, 갈비탕, 우육탕, 사골탕, 오리곰탕, 생선탕, 양지탕, 삼계탕, 도끼니탕, 닭곰탕, 내장탕, 해장국, 오골제탕, 육개장, 알탕, 사골우거지탕 등		2가지	김치류 1 생채, 숙채류 기타반찬류 등 택 1	밥 탕 또는 국 김치류 생채, 숙채류 또는 기타 반찬류	220 650 100 60	814.6	34.5	○ 기프 반찬은 장아찌, 장류, 육포, 어포, 튀각, 부각, 갓갈, 식혜, 기프중 택 1 ○ 그릇이라함은 음식제 공 용량한드에서 여러가지 친류를 한그릇에 제공할 수 있음을 의미한다. 예) 숙채류 60g 1그릇의 경우 1) 시금치나물 60g 음 한 그릇에 제공하거나 2) 시금치나물 20g, 고비나물 20g, 숙주나물 20g을 한그릇에 제공할 수 있다.
	장국류와 밥	맑은 장국류	대구탕, 추어탕, 복어탕, 이구탕, 복어국, 홍어탕, 김치국, 불나물국, 장국 등				밥 국류 김치류 생채, 숙채류 또는 기타 반찬류	240g 370~400g 60g 50~60g			
	찌개류와 밥	토막국류	김치찌개, 낙지찌개, 비저찌개, 생선찌개, 순두부찌개 등		3가지	김치류 1 생채 또는 숙채류 1 부음, 조림류 또는 기타반 찬류중 택 1	밥 찌개류 김치류 생채 또는 숙채류 부음, 조림류 또는 기타 반찬류	280 300 60 60 20	674.0	33.0	
찌개류	찌개류와 밥	고추장찌개류 (고추가루 찌개도포함)	김치찌개, 낙지찌개, 비저찌개, 생선찌개, 순두부찌개 등								

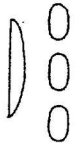
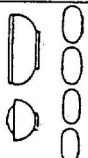

- 6 -

대 분 류	음식유형별 분류			모 형	권장량		권장세공적정량 (중등노동의 성인남자 1인분량 기준)	식단			비 고
	음식 분류	소분류	포함용식예		간 수	예 (그릇)		식 단	내 용	열량 (Kcal)	
전 분 류	친구류와 밥	신선로 각종친구류	신선로 금장친구, 김치친구, 버섯친구, 쇠고기친구, 해물친구, 두부친구, 나지친구 등		3가지	김치류 1 생채 또는 숙채류 1 부음·조림류 또는 기타 반찬류중 대 1	밥 250g 친구류 300g 김치류 60g 생채 또는 숙채류 60g 부음, 조림 또는 기타 반찬류 20~30g	밥 250 나지친구 300 김치 60 양배추무림 60 꽃고추부음 20	804.7	55.3	○ 장류 (원장, 간장, 고추장) 는 찬수에서 제외되며, 필요시 용식에 따라 제공
	편류와 밥	편류	감비림, 닭림, 아구림, 복림, 홍어림 등		3가지	김치류 1 생채 또는 숙채류 1 부음·조림 또는 기타 반찬류중 대 1	밥 250g 편류 300g 김치류 60g 생채 또는 숙채류 60g 부음, 조림 또는 기타 반찬류 20~30g	밥 250 닭림 300 김치 60 동나물 60 느타리버섯 20 부음	972.4	70.2	
	비빔밥류 술밥류	비빔밥류 술밥류	비빔밥 콩나물밥 등 술밥 등		2가지	김치류 1 생채 또는 숙채류 1	비빔밥 450g (밥 300g, 계란부친 50g, 기타부재료 100g) 김치류 60g 생채 또는 숙채류 30g	비빔밥 450 무우국 100 김치 60 오이·생채 30	829.9	34.6	

○ 많은 장국은 업스에서
자율적으로 저감할 수
있고.

대 분 류	음 식 유 형 별 본 류			모 형	권 장 산 류		권 장 제 공 제 정 장 (중등노동의 성인남자 1인분량 기준)	식 단 내 용 예			비 고	
	종 분 류	소 분 류	포 합 음 식 예		찬 수	예 (그릇)		식 단	내 용	공급가능영양다 량 (Kcal)		
										단 백 질 (g)		열 량 (Kcal)
면 류	면 류	온면류	두수장국, 찰국수, 수제비 등		1 가지	김치류 1	비빔냉면, 비빔면 410g 물냉면, 온면 540g 김치류 40g	물냉면 540 김치 40	433.8	6.2		
		냉면류, 쟁반 류 비빔면류	냉면, 동국수, 쟁반 수 등 떡국수, 비빔국수, 비 빔냉면 등									
류	면 류	민두류	민두국, 떡민두국		2 가지	김치류 1 생채 또는 숙채류 1	민두, 떡국류 550~600g 김치류 60g 생채 또는 숙채류 30g					
		떡국류	떡국 등									
기 타	구이 류	쇠고기구이류	너비아니구이, 통살구 이, 갈비구이, 방자구 이 (소금구이), 내갈 비 등		4 가지	김치류 2 생채 또는 숙채류 1 기타반찬류	육·어류구이류 200g 김치류 60g 물김치 50g 생채 또는 숙채류 40g 20~30g	통살구이 김치류 물김치 도라지생채 참포묵	200 40 50 40 30	474.2	66.8	○밥 또는 냉면은 개인적으 로 주문시 제공될 수 있 다. ○밥 200g 제공시 열량 329.4 Kcal 증가
		돼지고기 구이 류 생선구이류 기타구이류	돼지고기 구이 등 생선구이 생선구이, 더덕구이, 바섯구이									

- 8 -

대분류	음식구형별분류			모형	권장산류		권장세공직경장 (중등노동의 성인남자 1인분량 기준)	식단용			비고	
	상분류	소분류	포함음식예		찬수	예(그릇)		식단	내용	열량(kcal)		단백질(g)
기타	편육, 육근류	쇠고기, 건육류	양지머리, 편육, 쇠머리 편육 등		3가지	김치류 1 생채 또는 숙채류 1 기타반찬류 1	편육, 육근류 200g 김치류 60g 생채 또는 숙채류 40g 기타반찬류 20~30g	편육 200 도라지생채 20 부추김 40 김치 60	628.8	64.7		
		돼지고기, 건육류, 기타	삼겹살, 제육보쌈 등 우육 등									
백반류	3첩, 도상	백반정식		3	찬류 1 (4가지) 김치류 1 생채류 1 숙채류 1 구이류 1	밥 220g 탕 또는 국 240~260g 김치류 100g 생채류 40g 숙채류 40g 구이류 50~60g	밥 220 통나물국 250 김치 100 도라지생채 40 시금치나물 40 동치구이 60	553.52	42.8	○ 반상류에서 반찬구분은 김·구이류의 경우 김 류과 구이류로 구분 · 생·찌개·전골류는 편육과 찌개류로 세 분 · 기타반찬류는 마른반 찬과 장아찌, 찌갈류 로 구분 ○ 업스키 따라 순차적으로 제출할 수도 있음. ○ 주·(밥) 외에 탕(국) 은 생·찬 순서에서 공 히 지지.		
				5	찬류 1 (7가지) 찌개류 1 김치류 1 생채류 1 숙채류 1	밥 200g 탕 160g 찌개류 80g 김치류 40g 생채류 40g	밥 200 김치국 160 동태찌개 80 김치 40 도라지생채 40	627.9	30.3			
반상류	5첩, 도상	백반정식										

대분류	음식유형별분류			모형	권장찬류		권장제공적정량 (중등노동의 성인남자 1인분량 기준)	식단내용			비고	
	중분류	소분류	포함음식예		찬수	예(그릇)		식단	내용	에너지		
										열량 (Kcal)		단백질 (g)
일반						구이류 1 찜류 1 마른반찬류 1	숙채류 40g 구이류 30g 찜류 30g 마른반찬 20g	물나물 40 콩치구이 30 취간전 30 다시마튀각 20			○찌개, 찜, 김치, 장류 등 기본이 되는 찬은 찬 숫자에서 제외되고 찬 숫자에만 포함.	
	한정식	7속반상	한정식	7첩 (11 가지)	탕류 1 찌개류 1 찜류 1 김치류 2 생채류 1 숙채류 1 구이류 1 복음·조림 류 1 전류 1 마른반찬류, 장아찌, 젓 갈류 1 회류 1	밥 200g 밥 130g 찌개류 60g 찜류 30g 김치류 40g (20g, 20g) 생채류 30g 숙채류 20g 구이류 20g 조림류 20g 전류 20g 마른반찬류, 장아찌, 젓갈류 10~20g	밥 근대토장국 순두부찌개 북어찜 김치 물김치 도라지생채 시금치나물 조기구이 콩조림 호박전 파김치 멸치볶음	200 130 60 30 20 20 30 20 20 20 20 10	729.8 50.6			
상												
휴												

대 분 류	음식유형별분류			모 형	권장찬류		권장제공적점량 (중등노동의 성인남자 1인분량 기준)	식단내용			비 고	
	종 분 류	스 분 류	포 합 용 적 여		찬 수	예 (그릇)		식 단	내 용	공급가능영양가		
										열 량 (Kcal)		단 백 질 (g)
민 간 급												○찌개, 찜, 김치, 장류등 기본이 되는 찬은 찬 숫자에서 제외되고 찬 숫자에만 포함.
							숙채류	40g	40			
							구이류	30g	30			
							전류	30g	30			
							마른반찬류	20g	20			
							마른반찬	20g	20			
	한정식	7속반상	한정식	7 (11 가지)			탕류	200g	200	729.8	50.6	
							찌개류	130g	130			
							전류	60g	60			
							김치류	30g	30			
							생채류	40g (20g, 20g)	20			
							숙채류	30g	20			
							구이류	20g	30			
							볶음·조림	20g	20			
							류	20g	20			
							전류	20g	20			
마른반찬류, 장아찌, 젓							20g	20				
갈류							10~20g	20				
회류							10~20g	10				

[illegible]

