



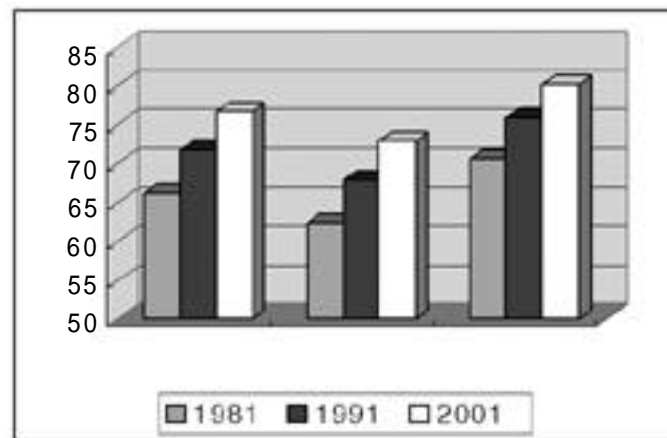
107

(4)



가
2001
72.84 , 80.01 20
1981 10 가
() .

가,
(
, 1946) .



< 1> (1991~2001)
(: <http://kosis.nso.go.kr>)

Q: ()

A: ()

()

Q: ?

A: ()

가 (2000 , ,) ()

44%가 가 / (,)

가 가 , , 60 (

1 7,000)

가 가 가 가

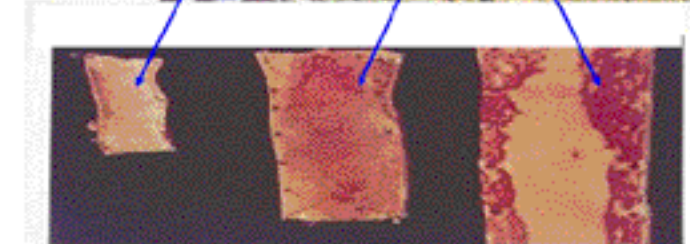
340g, 가 15cm,

10cm 가

() 2 가

가

가



Q: 가 ?

A: 가

가

가

()

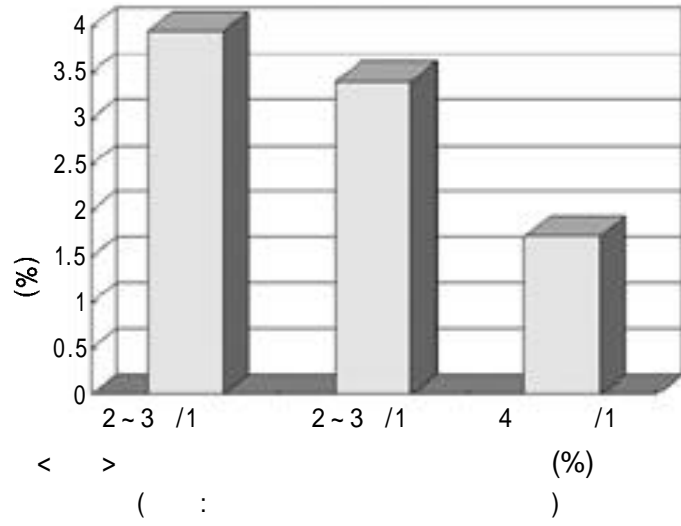
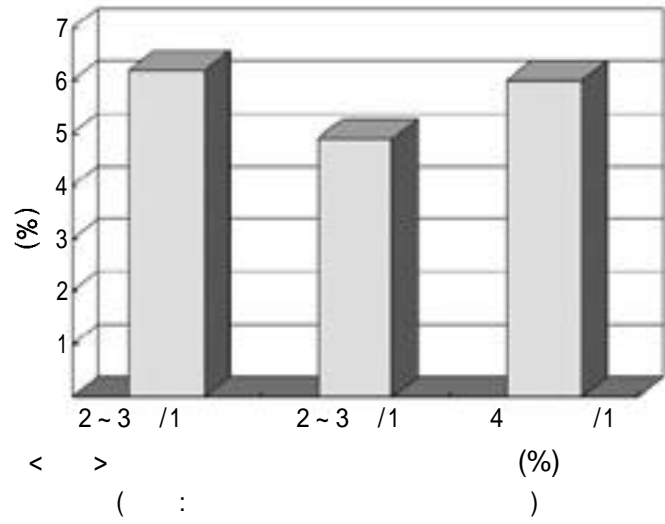
Q: 가?

A: 가

가

100g 2,342

70km



가
1 44Kcal ,
1/10
가 ,
() 5.5 ,
2.3 , 1.8

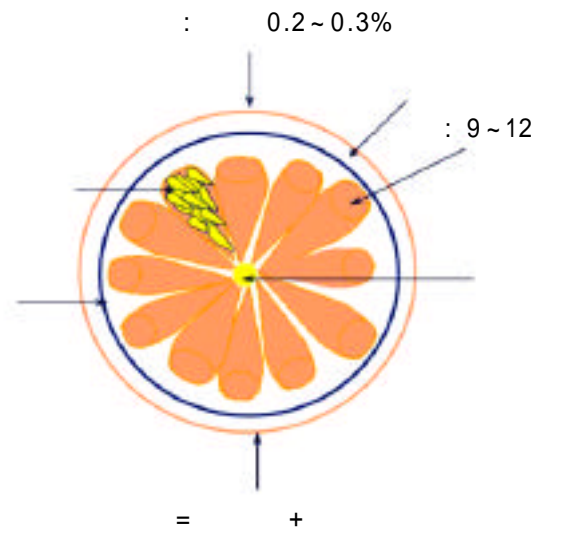
Q: 가?

A:
4

Q: () ?

A:
가

가
(HDL -)
가
가
< >
(



= +
2
가

Q: ?

A:
P

C

가

C

C

가

1

: 가

30%

가



Q:

가 가 ?
가 가 ?

A:

60%

7%

6~7

가

10

가

, 2002)

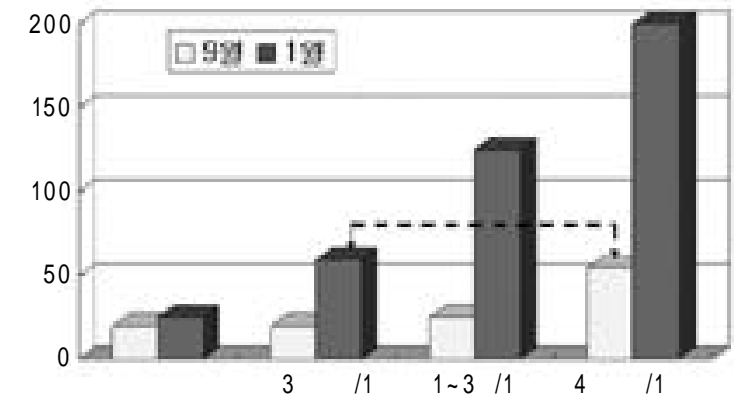
94

가

()

가

(: /100cc)



(: , J Health Sci. 2002)

< >

(4 < > 가 9
가)

< >

가 가

	10	
	10 X 25% = 2.5	
	2.5 X 10% = 2500	
	2500 X 3% = 75	75 ()
	750 ~ 2500	

A:

(, ,)

가

750 ~ 2 5



Q:

?

원
원