

## 2022년 거리두기 규제 완화 속에서도 밀키트는 굳건할까...?

20221120 윤이청

### 서론

2020년, 10년대를 끝내고 20년대를 들어가는 해였다. 우리는 기분 좋은 일들과 새로이 준비하는 일을 하기위해 노력했다. 하지만 지구에는 그 모든 계획을 깨 버리는 전염병이 등장했고 세상은 팬데믹에 빠지게 되었다. 그 전염병의 이름은 바로 중국으로부터 시작된 코로나이다. 이는 세계 사람들의 일상을 빼앗아 갔다. 그 중에서도 특히 의식주가 많이 바뀌게 되었는데 그 중에서도 식, 먹는 것에 대한 것을 오늘 말해보고자 한다. 국가는 코로나의 전염성이 심한 것을 알게 되고 이를 방지하기 위해 거리두기를 여러 단계로 준비하여 실행하였다. 먹는 것에 대하여 많이 바뀌게 된 이유는 거리두기의 내용 중에 식당에서의 식사 시간이 제한되고 또한 함께 취식 할 수 있는 인원의 수도 제한되었기 때문이다. 그래서 가족 단위로 외식을 즐기지 못하는 사람들을 위해 여러 대기업들과 중소기업들은 집에서 간단하게 맛있는 음식을 즐길 수 있게 만드는 식사를 뜻하는 밀과 세트를 뜻하는 키트가 합쳐진 밀키트를 제작하여 한식과 양식, 중식을 기반으로 우리가 집에서 편히 만들 수 있도록 설명서와 손질된 재료들을 포함하여 일종의 반 조리 음식 세트라고 할 수 있다. 이러한 밀키트는 외식문화가 제한된 거리두기 속에서 엄청난 속도로 발전하게 되고 가면 갈수록 유명한 맛집들, 요리를 메인으로 하는 유튜버들과 콜라보를 진행하여 더 많은 사람들의 관심을 끌고자 노력을 하였다. 하지만 끝없이 상승할 것으로 예상되던 밀키트는 최근 들어 다양한 문제점이 제기되고 있고 특히 끝나지 않을 것 같던 코로나로 인한 거리두기가 점점 더 완화가 되면서 외식문화가 이전처럼 돌아갈 것인데 이런 상황 속에서도 과연 밀키트가 이전과 같이 성공적인 결과를 얻을 수 없다고 생각하고 있기 때문에 이에 대한 에세이를 써보게 되었습니다

### 본론 1

가격과 유통기한, 건강 등과 같은 근본적인 음식의 문제와 플라스틱 등과 같은 일회용품의 남용으로 인한 문제가 계속 제기되고 있다. 아직 가성비가 좋은 밀키트가 많지만 점점 더 밀키트를 제작하는 기업들은 계속해서 더 높은 퀄리티를 추구하고 있고 앞서 말한 것처럼 여러 기업이나 유튜버와 콜라보를 진행하여 상품을 제작하고 있기 때문에 어쩔 수 없는 가격의 상승이 이루어지고 있다. 그런 과정 속에서 배달 음식에 비해 싼 가격이라는 이미지를 갖고 있던 밀키트는 점점 인식이 바뀌어 가고 있다. 또한 가격에 대한 이점이 점점 사라지고 있으니 편리성도 배달에 비해 많이 밀리고 있다.

그리고 영양에 대한 문제 또한 제기되고 있다. 한국경제의 기사에 따르면 제품 25개중 11개가 1인분 기준 나트륨 함량이 1일 기준치를 넘겨 섭취 시에 주의가 필요하다는 말이 나오고 있다. 실험에 나온 제품은 사람들에게 사랑을 받고 있는 로제파스타, 밀피유 나베, 부대찌개. 이하 3가지의 메뉴를 영양성분 함량을 테스트한 결과 일부의 제품은 나트륨 기준치인 2000mg를 초과하였고 또다른 제품들은 1일 포화지방의 기준치인 15g이 넘겨진 것으로 나왔다. 제품당으로 본 수치

가 아닌 1인분으로 계산한 수치인 것이다. 요즘 사람들의 입맛은 변화되어 가고 있고 간편식품의 대중화로 인한 일명 단짠단짠의 맛에 익숙해져 가고 있기 때문에 이러한 높은 수치는 눈치채지 못하고 섭취할 것이라는 생각이 든다. 계속해서 섭취하게 된다면 건강을 쉽고 빠르게 해칠 것이라고 장담할 수 있다. 이들은 검사에서 부적합을 피하기 위해 실제 함유량보다 적게 기록하거나 심지어는 없애 버리기까지도 한다.

마지막으로는 환경상의 문제이다. 거의 모든 밀키트는 재료와 소스의 포장을 위해 수많은 양의 플라스틱과 종이, 비닐봉지를 사용하게 되는데 이는 수많은 쓰레기를 발생시키게 되고 곧 환경문제로 이끌어갈 것이다. 밀키트의 특성상 신선함을 위해 유통기한이 길지가 않은데 유통기한이 다 지난 밀키트는 폐기하게 되고 무분별한 음식물쓰레기와 재활용쓰레기가 발생하게 될 것이다.

이와 같은 여러가지의 근본적인 문제로 밀키트의 단점이 생기고 있다.

## **본론2**

그 다음으로 우리가 생각하는 주제이자 지속적으로 제기되는 문제점은 코로나로 인한 거리두기 끝나더라도 새로운 외식문화가 되기 위해서 등장한 밀키트 문화가 어떻게 바뀔 것인지이다. 이는 밀키트라는 주제를 정하게 된 이유라고도 할 수 있다. 하지만 이에 대한 나의 생각은 더 낮아질 것이라고 생각한다. 본론1에서 말한 것과 같은 가격, 쓰레기, 영양상의 문제도 있지만 가장 큰 이유는 코로나의 거리두기가 완화되기 때문이다.

실제로 조선 비즈의 기사 중엔 거리두기가 지난 4월달 거리두기가 완화된 이후로 한달간 무인 밀키트 매장의 가게 양도가 3배 가까이 늘었다는 것과 매출이 절반정도 줄었다는 것을 예시로 들며 밀키트 시장이 점점 줄고 있다는 것을 주장하였다. 또한 미국의 밀키트 시장은 2020년에는 전년 대비 69%가량 증가하였지만 2021년에는 성장폭이 18%에 그친 것을 말하고 있다. 우리나라의 시장은 코로나의 거리두기 속에서 2017년엔 117억이었던 것이 2000억이상 거의 3000억까지도 성장하였다고 했지만 앞서 말한 것처럼 완화된 규제 때문에 원래 집에서 식사를 하던 비중이 줄고 외식을 하는 사람의 비중이 늘었기 때문에 매출이 이런 식으로 떨어졌다고 주장하고 있다. 이러한 과정 속에서 무인 매장은 늘고 있지만 밀키트를 파는 매장은 점점 줄 것이라고 생각한다.

미국과 우리나라의 차이를 두고 본다면 우리나라는 아직까지는 밀키트의 시장이 성장하고 있고 미래 전망이 좋지만 우리나라에 비해 일상 회복이 빨랐던 미국에서는 밀키트의 성장이 점점 줄어들고 있다는 것을 알 수 있는데 이러한 것을 본다면 우리나라의 거리두기가 완화되며 일상회복이 된다면 미국과 같이 밀키트의 시장은 줄어들 것이라고 예상된다.

## **반론/재반론1**

반론으로 나올 것으로 예상되는 첫번째 반론은 1인가구로 살고 있는 자취생, 독거노인 등 여러 사람들에게 매우 편리하다는 것이다. 밀키트는 재료를 구입해서 조리를 하기엔 너무 많은 재료가 남기에 부담스러움을 줄이기 위한 것이라는 반론이 나올 것이다.

하지만 이에 대한 나의 생각은 어느정도는 맞다고 생각한다. 하지만 1인가구중 다수를 차지하는 비율은 자취생이라고 생각하고 있다. 나 또한 자취생이지만 밀키트를 활용한 음식보다는 간단하게 먹을 수 있는 라면혹은 집 근처 식당에서 포장 혹은 식사를 하는 편이 가격면이나 편리성이나 더 낫다는 경험을 하고 있다. 그에 대한 이유는 가장 큰 것은 시간이다. 물론 포장이나 식사도 시간은 걸리지만 밀키트의 경우는 자신이 직접 조리를 해야 한다는 자취생에겐 귀찮음을 선사하는 것이기 때문에 1인가구에게 특히 자취생에게는 가장 좋은 선택지는 아니라고 생각한다. 또한 밀키트를 사용하면 다양한 쓰레기도 발생하기 때문에 이를 정리하는 것도 귀찮음을 줄 수 있는 또 다른 요소라고 할 수 있다.

그리고 1인가구중 적지 않은 비율은 독거노인층도 있다. 하지만 현재 대부분의 어르신분들은 밀키트에 적혀 있는 작은 글씨의 레시피를 읽기 힘들어하며 간혹 가다 QR코드로 영상으로 볼 수 있는 레시피도 있지만 어르신들이 QR코드를 사용하기에는 불편한 점이 많을 것 같다고 생각한다.

이러한 점들을 예시로 사람들이 제시하는 반론에는 반박할 수 있을 것이다.

## **반론/재반론2**

두번째로 생각해본 반론은 밀키트에는 다양한 종류, 즉 한식과 양식, 중식, 일식, 넓게는 동남아 까지도 여러 나라의 음식을 자신이 원하는 것을 선택하여 먹는다는 장점이 있다는 점이 또다른 반론이 될 것이라고 생각한다.

이에 대한 나의 생각은 요즘 코로나로 인한 거리두기 규제가 완화되면서 제품의 수요가 점점 줄고 있는데 여러가지의 자주 나가는 메뉴, 즉 스테디셀러인 메뉴들은 지속적으로 나갈 것이지만 기업들이 이익을 위해 여러가지로 늘려버린 밀키트들은 팔리지 않고 재고로 남아 버려질 것이다. 대부분의 밀키트는 신선도 유지를 위해 유통기한이 길게는 일주일 짧게는 3일정도로 매우 짧다. 짧은 유통기한을 가진 밀키트가 버려진다면 밀키트의 특성상 모든 재료들의 교차 오염을 방지하기 위해 개별 포장을 한다. 이런 점은 다량의 플라스틱과 비닐봉지, 종이의 쓰레기를 발생시키고 음식물의 낭비 또한 다량 발생하게 된다. 이러한 것들로 미루어 보았을 때 단순히 많은 종류의 밀키트들은 장점이 될 수도 있지만 단점이 될 수도 있는 양날의 검이라고 생각한다.

## **결론, 대안 제시**

우선 제가 생각하고 있는 결론은 점점 더 일상 회복이 되어 갈 것이고 사람들은 기존의 외식 문화에 더 익숙해질 것이다. 그렇기 때문에 밀키트가 없어질 것은 아니지만 어느정도 기간의 침체기를 가질 것이라고 생각한다. 앞에서 말한 것처럼 영양적인 문제나 쓰레기 같은 문제 또한 밀키트를 선호되지 않는 이유 중에 나올 수 있을 것이다. 하지만 이미 우리의 삶에는 밀키트라는 존재가 각인이 되었다고 할 수 있을 것이다. 왜냐하면 단기간 내에 수십배의 달하는 발전을 했기 때문에 우리의 외식문화 중 하나가 되었을 것이다. 물론 특이 상황과 함께 하기는 했지만 이렇게 바뀐 문화는 쉽사리 없어지지 않을 것이다. 이런 식으로 밀키트의 문화가 계속 지속되려면 앞에서 말한 문제와 단점들이 고쳐져야 할 것이다. 우선 가장 큰 문제는 영양적인 문제라고 생각한다.

영양성분표가 확실하게 적히지 않은 것들이 조금씩 있고 이 문제 이외도 밀키트 중 약40%정도는 나트륨이나 포화지방이 1일 권장 섭취량을 넘었지만 제대로 표기를 하지 않았다는 문제가 있다. 이러한 가장 기본적인 문제부터 해결되어야 한다고 생각한다. 시중에 판매 중인, 그리고 판매를 하게 될 제품들을 모두 세세하게 검사를 해야 할 것이다. 이것이 사람들이 마음 편하게 구매를 하고 먹을 수 있다는 믿음을 주는 가장 확실한 방법일 것이기 때문이다. 또한 높은 나트륨 문제는 다른 야채를 기존보다 더 많이 추가하는 방법 혹은 소스의 양을 줄이는 가장 기본적인 방법이 있을 것이다. 쓰레기 같은 문제는 밀키트의 특성상 어쩔 수 없이 발생해야 하기 때문에 짧은 기간내에 해결되지 않을 것이다. 이것을 해결하는 방법으로 내가 생각하는 것은 플라스틱이 아닌 여러 번 사용할 수 있는 용기를 사용하여 쓰고 난 후 집 앞에다가 배출해서 다시 걷어가는 그런 형식이면 좋을 것 같다. 이런다면 일자리 창출에도 힘을 줄 수 있을 것이다.

이런 방법을 사용한다면 밀키트에 대한 인식이 더 좋아질 수 있을 것이라고 생각하고 더 많이 사용될 것이라고 자신한다.

감사합니다

## 출처

1. 살찌는 이유 있었네-나트륨 범벅 밀키트, mbc news 2022년 5월 17일 수정 2022년 5월 27일 방문

<https://n.news.naver.com/article/214/0001197035>

2. '이제 외식 좀 해볼까' ... 거리두기 끝나면 밀키트 사라지나, 쿠키뉴스 2022년 4월 16일  
수정 2022년 5월 28일 방문

[http://m.kukinews.com/newsView/kuk202204150122#\\_DYAD](http://m.kukinews.com/newsView/kuk202204150122#_DYAD)

3. '가게 양도' 한 달 새 3배 늘었다... 거리두기 풀리자 매출 반토막 난 밀키트 매장, 조선  
비즈 2022년 5월 24일 수정, 2022년 5월 28일 방문

<https://n.news.naver.com/article/366/0000816061>

4. "밀키트 25개 중 11개, 나트륨 함량 1일 기준치 넘어", 조세 일보, 2022년 5월 17일 수  
정, 2022년 5월 27일 방문

<https://n.news.naver.com/article/123/0002275233>