

맥도날드 제품 영양분석표 McDonald's Nutrition Facts

버거

메뉴명 Menus	중량(g/ml) Serving Size	열량(Kcal) Energy	당(g) Sugars	단백질(g) Protein	포화지방(g) Saturated Fat	나트륨(mg) Sodium	카페인(mg) Caffeine
햄버거 Hamburger	100g	248	6	13(23%)	5(30%)	548(27%)	N/A
치즈버거 Cheeseburger	114g	297	7	15(28%)	7(49%)	758(38%)	N/A
더블 치즈버거 Double Cheeseburger	164g	445	7	26(47%)	14(92%)	1150(57%)	N/A
맥치킨 McChicken	163g	374	6	15(28%)	5(32%)	719(36%)	N/A
빅맥 Big Mac	213g	505	8	26(48%)	12(81%)	1059(53%)	N/A
불고기버거 Bulgogi Burger	155g	399	13	16(29%)	2(16%)	760(38%)	N/A
더블 불고기버거 Double Bulgogi Burger	236g	649	23	29(52%)	6(38%)	1355(68%)	N/A
맥스파이스, 상하이 버거 McSpicy, Shanghai Burger	228g	443	7	22(41%)	5(35%)	972(49%)	N/A
쿼터파운더 치즈 Quarter Pounder, with Cheese	197g	519	8	30(55%)	16(107%)	1111(56%)	N/A
더블 쿼터파운더 치즈 Double Quarter Pounder, with Cheese	278g	761	8	49(89%)	25(168%)	1310(66%)	N/A
베이컨 토마토 디럭스 Bacon Tomato Deluxe	242g	513	15	26(48%)	13(84%)	1197(60%)	N/A
1955 버거 1955 Burger	244g	506	11	27(50%)	12(77%)	947(47%)	N/A
더블 1955 버거 Double 1955 Burger	325g	748	11	46(84%)	21(139%)	1146(57%)	N/A
맥스파이스, 케이준 버거 McSpicy, Cajun Burger	200g	396	8	16(29%)	5(31%)	699(35%)	N/A
맥스파이스, 더블 케이준 버거 McSpicy, Double Cajun Burger	256g	535	8	25(45%)	7(47%)	981(49%)	N/A
더블 빅맥 토마토 치즈버거 Double Big Mac Tomato Cheeseburger	214g	461	8	24(44%)	12(80%)	1012(51%)	N/A
디럭스 수림프 버거 Deluxe Shrimp Burger	197g	392	9	15(27%)	5(30%)	882(44%)	N/A
더블 디럭스 수림프 버거 Double Deluxe Shrimp Burger	272g	514	10	21(38%)	5(32%)	1119(56%)	N/A
맥스파이스, 상하이 디럭스 McSpicy, Shanghai Deluxe	240g	491	9	26(47%)	6(40%)	1308(65%)	N/A

*서면 제품과 함유량은 조리기를 달리 하여 운용하여 사용되고 있음-다

에그 샌드위치

에그 포테이토랩 Egg Potato Wrap	138g	360	4	9(17%)	7(43%)	807(40%)	N/A
에그 맥머핀 Egg McMuffin	145g	333	3	22(40%)	5(36%)	814(41%)	N/A
베이컨 에그 맥머핀 Bacon Egg McMuffin	134g	332	3	20(36%)	6(38%)	761(38%)	N/A
베이컨 토마토 머핀 BLT Muffin	140g	244	4	14(26%)	4(24%)	747(37%)	N/A
소시지 에그랩 Sausage Egg Wrap	87g	219	2	10(18%)	4(28%)	427(21%)	N/A
소시지 에그 맥머핀 Sausage Egg McMuffin	162g	436	3	25(45%)	9(59%)	835(42%)	N/A
소시지 맥머핀 Sausage McMuffin	106g	341	3	17(31%)	7(46%)	758(38%)	N/A
치킨 치즈 머핀 Chicken's Cheese Muffin	139g	388	3	19(35%)	6(40%)	854(43%)	N/A
핫케이크 3조각 Hot Cakes 3pc	150g	331	12	9(16%)	2(11%)	300(15%)	N/A

사이드 & 디저트

후렌치 후라이 M French Fries M	114g	352	0	4(8%)	4(28%)	181(9%)	N/A
후렌치 후라이 L French Fries L	140g	433	0	5(10%)	5(35%)	222(11%)	N/A
해쉬 브라운 Hash Brown	57g	174	0	2(3%)	3(19%)	294(15%)	N/A
파이애플 후쿱컵 Pieapple Fruit Cup	113g	60	14	0(0%)	0(1%)	2(0%)	N/A
바닐라와 샌드위치 아이스크림 Vanilla Sundae	140g	193	24	7(12%)	3(22%)	65(3%)	N/A
오레오 맥플러리 Oreo McFlurry	168g	329	35	8(15%)	6(38%)	197(10%)	N/A
맥스파이스, 치킨 스낵랩 McSpicy, Chicken Snack Wrap	107g	300	3	11(20%)	3(20%)	728(36%)	N/A
스파이스 빅맥 스낵랩 Spicy Beef Snack Wrap	102g	302	3	11(20%)	6(43%)	582(29%)	N/A
맥너겟, 4조각 McNuggets, 4pc	68g	171	0	10(18%)	3(17%)	313(16%)	N/A
맥너겟, 6조각 McNuggets, 6pc	102g	257	0	14(26%)	4(26%)	469(23%)	N/A
맥너겟, 10조각 McNuggets, 10pc	170g	428	0	24(44%)	7(44%)	782(39%)	N/A
맥너겟, 20조각 McNuggets, 20pc	340g	857	0	48(88%)	13(87%)	1564(78%)	N/A
맥스파이스, 치킨텐더 2조각 McSpicy, Chicken Tenders 2pc	77g	192	0	15(27%)	0(3%)	617(31%)	N/A
맥스파이스, 치킨텐더 4조각 McSpicy, Chicken Tenders 4pc	153g	384	0	30(54%)	1(7%)	1234(62%)	N/A
맥스파이스, 치킨텐더 8조각 McSpicy, Chicken Tenders 8pc	306g	768	1	60(109%)	2(13%)	2469(123%)	N/A
맥윙, 2조각 McWings, 2pc	81g	236	0	15(27%)	4(30%)	551(28%)	N/A
맥윙, 4조각 McWings, 4pc	162g	472	0	29(53%)	9(59%)	1102(55%)	N/A
맥윙, 8조각 McWings, 8pc	325g	945	1	59(107%)	18(118%)	2204(110%)	N/A

기타

스위트 앤 사우어 소스(너겟) Sweet 'N Sour Sauce (Nugget)	28.3g	48	10	0(0%)	0(0%)	158(8%)	N/A
스위트 칠리 소스(너겟/텐더) Sweet Chili Sauce (Nugget/Tender)	28g	65	13	0(0%)	0(0%)	211(11%)	N/A
스위트 칠리 소스(맥윙) Sweet Chili Sauce (McWings)	10g	23	4	0(0%)	0(0%)	76(4%)	N/A
케이준 소스(텐더) Cajun Sauce (Tender)	24g	80	3	0(0%)	1(8%)	130(7%)	N/A
케첩 Ketchup	9g	10	2	0(0%)	0(0%)	81(4%)	N/A
버터 Butter	10g	72	0	0(0%)	6(39%)	63(3%)	N/A
핫케이크 시럽(GSF) Hot Cake Syrup (GSF)	61g	179	32	0(0%)	0(0%)	18(1%)	N/A
핫케이크 시럽(오토가) Hot Cake Syrup (otoga)	40g	127	23	0(0%)	0(0%)	0(0%)	N/A
딸기잼 Strawberry Jam	12g	30	6	0(0%)	0(0%)	1(0%)	N/A
설탕시럽 Sugar Syrup	13g	32	7	0(0%)	0(0%)	1(0%)	N/A
설탕 Sugar	5g	20	5	0(0%)	0(0%)	0(0%)	N/A
크림머 Creamer	5ml	14	0	0(0%)	1(8%)	12(1%)	N/A
타바스코, 케첩 소스 Tabasco, Ketchup Sauce	28g	29	5	0(1%)	0(0%)	291(15%)	N/A
갈릭 버터맛 시즈닝 Garlic Butter Seasoning	3g	10	2	0(0%)	0(0%)	178(9%)	N/A
스파이스 칠리맛 시즈닝 Spicy Chili Seasoning	3g	10	2	0(0%)	0(1%)	159(8%)	N/A

음료

코카콜라 Coca-Cola	320ml	23	101	0(0%)	0(0%)	13(1%)	N/A
코카콜라 M Coca-Cola M	425ml	33	143	0(0%)	0(0%)	19(1%)	N/A
코카콜라 L Coca-Cola L	610ml	45	198	0(0%)	0(0%)	26(1%)	N/A
코카콜라 제로 C Coca-Cola Zero C	320ml	0	0	0(0%)	0(0%)	29(1%)	N/A
코카콜라 제로 M Coca-Cola Zero M	425ml	0	0	0(0%)	0(0%)	40(2%)	N/A
코카콜라 제로 L Coca-Cola Zero L	610ml	0	0	0(0%)	0(0%)	56(3%)	N/A
스프라이트 Sprite	320ml	26	106	0(0%)	0(0%)	21(1%)	N/A
스프라이트 M Sprite M	425ml	37	149	0(0%)	0(0%)	29(1%)	N/A
스프라이트 L Sprite L	610ml	52	206	0(0%)	0(0%)	41(2%)	N/A
원타 Fanta	320ml	30	119	0(0%)	0(0%)	7(0%)	N/A
원타 M Fanta M	425ml	42	167	0(0%)	0(0%)	9(0%)	N/A
원타 L Fanta L	610ml	58	232	0(0%)	0(0%)	13(1%)	N/A
에스프레소 Espresso	30ml	0	6	0(1%)	0(0%)	0(0%)	70.80
아메리카노 Americano	250ml	0	9	1(1%)	0(0%)	3(0%)	119.03
아메리카노 M Americano M	365ml	0	13	1(2%)	0(1%)	0(0%)	167.97
카푸치노 Cappuccino	250ml	5	85	4(7%)	3(20%)	83(4%)	105.13
카푸치노 M Cappuccino M	365ml	7	133	7(13%)	5(31%)	129(6%)	124.21
카페라떼 Cold Latte	250ml	6	104	5(9%)	4(25%)	111(6%)	106.66
카페라떼 M Cold Latte M	365ml	10	190	10(19%)	7(45%)	188(9%)	160.60
아이스 아메리카노 Iced Americano	400ml	11	0	0(1%)	0(0%)	0(0%)	119.25
아이스 아메리카노 L Iced Americano L	600ml	13	0	1(1%)	0(0%)	0(0%)	167.39
아이스 카페라떼 Iced Cafe Latte	400ml	103	5	6(10%)	3(23%)	99(5%)	136.22
아이스 카페라떼 L Iced Cafe Latte L	600ml	121	7	6(12%)	4(26%)	123(6%)	141.86
아이스 커피 Iced Coffee	400ml	10	0	0(1%)	0(2%)	0(0%)	138.43
아이스 커피 L Iced Coffee L	600ml	14	0	1(1%)	0(3%)	0(0%)	195.11
프리미엄 로스트 커피 Premium Roast Coffee	250ml	7	0	0(1%)	0(1%)	0(0%)	123.22
프리미엄 로스트 커피 M Premium Roast Coffee M	365ml	10	0	1(1%)	0(1%)	0(0%)	184.83
우유 Milk	200ml	130	9	6(11%)	5(33%)	100(5%)	70.80
생수 Mineral Water	500ml	0	0	0(0%)	0(0%)	3.7~10.7(1L기준)	N/A
오렌지 주스 Orange Juice	175ml	84	18	0(0%)	0(0%)	5(0%)	N/A
바닐라 셰이크 Vanilla Shake	276g	305	26	7(14%)	6(38%)	171(9%)	N/A
바닐라 셰이크 L Vanilla Shake L	419g	464	40	11(21%)	9(57%)	260(13%)	N/A
딸기 셰이크 Strawberry Shake	276g	335	34	8(14%)	6(40%)	183(9%)	N/A
딸기 셰이크 L Strawberry Shake L	419g	509	52	12(21%)	9(51%)	278(14%)	N/A
초코 셰이크 Choco Shake	276g	274	16	8(15%)	6(38%)	145(7%)	N/A
초코 셰이크 L Choco Shake L	419g	416	24	13(23%)	9(58%)	220(11%)	N/A

*공교 영양 분석은 영양소 기준치 제공-다