

맥도날드 제품 영양분석표 McDonald's Nutrition Facts

메뉴명 Menu	중량(g/ml) Serving Size	열량(Kcal) Energy	당(%) Sugars	단백질(%) Protein	포화지방(%) 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, 빅맥, 빅맥 빅맥, Big Mac	163g	374	6	15(28%)	5(32%)	719(36%)	N/A
볼고기 버거 Bulgogi Burger	213g	505	8	26(48%)	12(81%)	1059(53%)	N/A
더블 볼고기 버거 Double Bulgogi Burger	155g	399	13	16(29%)	2(16%)	760(38%)	N/A
더블 볼고기 버거 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
쿼터파우더, 치즈 Quarter Pounder, with Cheese	197g	519	8	30(55%)	16(107%)	1111(56%)	N/A
더블 쿼터파우더, 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 Beef Tomato Cheeseburger	214g	461	8	24(44%)	12(80%)	1012(51%)	N/A
디럭스 슈림프 버거 Deluxe Shrimp Burger	197g	392	9	15(27%)	5(30%)	882(44%)	N/A
더블 디럭스 슈림프 버거 Double Deluxe Shrimp Burger	272g	514	10	21(38%)	5(32%)	1119(56%)	N/A
스파이스 슈림프 버거 Spicy Shrimp Burger	206g	425	7	15(27%)	7(44%)	891(45%)	N/A
레몬 슈림프 버거 Lemon Shrimp Burger	228g	390	10	13(23%)	4(26%)	698(35%)	N/A

*사건 제품과 새우튀김은 조리기를 일부러 사용하지 않습니다

버거

토마토 에그랩 Tomato Egg Wrap	97g	170	3	9(16%)	3(17%)	421(21%)	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
핫케익 3조각 Hotcakes 3pc	150g	331	12	9(16%)	2(11%)	300(15%)	N/A

아니버브

후렌치 후라이 ㉠ French Fries ㉠	74g	229	0	3(5%)	3(18%)	117(6%)	N/A
후렌치 후라이 ㉡ French Fries ㉡	114g	352	0	4(8%)	4(28%)	181(9%)	N/A
후렌치 후라이 ㉢ French Fries ㉢	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
파인애플 우유크림 Pineapple Fruit Cup	113g	60	14	0(0%)	0(1%)	2(0%)	N/A
바닐라 샌드위치 아이스크림 Vanilla Sundae	140g	193	24	7(12%)	3(22%)	65(3%)	N/A
초코 샌드위치 아이스크림 Chocolate Sundae	168g	290	37	8(14%)	6(43%)	136(7%)	N/A
카라멜 샌드위치 아이스크림 Caramel Sundae	177g	319	50	7(14%)	4(29%)	115(6%)	N/A
딸기 샌드위치 아이스크림 Strawberry Sundae	168g	248	35	7(12%)	3(22%)	75(4%)	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	120g	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, 치킨 텐더 2조각 McSpicy, Chicken Tenders 2pc	77g	192	0	15(27%)	0(3%)	617(31%)	N/A
맥스파이스, 치킨 텐더 4조각 McSpicy, Chicken Tenders 4pc	153g	384	0	30(54%)	1(7%)	1234(62%)	N/A
맥스파이스, 치킨 텐더 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

사이드 & 디저트

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
핫케익 시럽(GSF) Hot Cake Syrup (GSF)	61g	179	32	0(0%)	0(0%)	18(1%)	N/A
핫케익 시럽(오투기) Hot Cake Syrup (otoggi)	40g	127	23	0(0%)	0(0%)	0(0%)	N/A
딸기잼 Strawberry Jam	13g	30	6	0(0%)	0(0%)	1(0%)	N/A
설탕시럽 Sugar Syrup	12g	32	7	0(0%)	0(0%)	1(0%)	N/A
설탕 Sugar	5g	20	5	0(0%)	0(0%)	0(0%)	N/A
크리머 Creamer	5ml	14	0	0(0%)	1(8%)	12(1%)	N/A

기타

코카-콜라 ㉠ Coca-Cola ㉠	320ml	101	23	0(0%)	0(0%)	13(1%)	N/A
코카-콜라 ㉡ Coca-Cola ㉡	425ml	143	33	0(0%)	0(0%)	19(1%)	N/A
코카-콜라 ㉢ Coca-Cola ㉢	610ml	198	45	0(0%)	0(0%)	26(1%)	N/A
코카-콜라 제로 ㉠ Coca-Cola Zero ㉠	320ml	0	0	0(0%)	0(0%)	29(1%)	N/A
코카-콜라 제로 ㉡ Coca-Cola Zero ㉡	425ml	0	0	0(0%)	0(0%)	40(2%)	N/A
코카-콜라 제로 ㉢ Coca-Cola Zero ㉢	610ml	0	0	0(0%)	0(0%)	56(3%)	N/A
스프라이트 ㉠ Sprite ㉠	320ml	106	26	0(0%)	0(0%)	21(1%)	N/A
스프라이트 ㉡ Sprite ㉡	425ml	149	37	0(0%)	0(0%)	29(1%)	N/A
스프라이트 ㉢ Sprite ㉢	610ml	206	52	0(0%)	0(0%)	41(2%)	N/A
환타 ㉠ Fanta ㉠	320ml	119	30	0(0%)	0(0%)	7(0%)	N/A
환타 ㉡ Fanta ㉡	425ml	167	42	0(0%)	0(0%)	9(0%)	N/A
환타 ㉢ Fanta ㉢	610ml	232	58	0(0%)	0(0%)	13(1%)	N/A
에스프레소 Espresso	30ml	6	0	0(1%)	0(0%)	0(0%)	70.80
아메리카노 ㉠ Americano ㉠	250ml	9	0	1(1%)	0(0%)	3(0%)	119.03
아메리카노 ㉡ Americano ㉡	365ml	13	0	1(2%)	0(1%)	0(0%)	167.97
아메리카노 ㉢ Americano ㉢	480ml	17	0	1(2%)	0(1%)	0(0%)	213.78
카푸치노 ㉠ Cappuccino ㉠	250ml	85	5	4(7%)	3(20%)	83(4%)	105.13
카푸치노 ㉡ Cappuccino ㉡	365ml	133	7	7(13%)	5(31%)	129(6%)	142.21
카푸치노 ㉢ Cappuccino ㉢	480ml	161	9	9(16%)	6(38%)	156(8%)	150.12
카페라떼 ㉠ Cafe Latte ㉠	250ml	104	6	5(9%)	4(25%)	111(6%)	106.66
카페라떼 ㉡ Cafe Latte ㉡	365ml	157	9	9(16%)	6(37%)	155(8%)	132.88
카페라떼 ㉢ Cafe Latte ㉢	480ml	190	10	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 ㉡ Iced Americano ㉡	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 ㉡ Iced Cafe Latte ㉡	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 ㉡ Iced Coffee ㉡	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 ㉡ Premium Roast Coffee ㉡	365ml	10	0	1(1%)	0(1%)	0(0%)	184.83
프리미엄 로스트 커피 ㉢ Premium Roast Coffee ㉢	480ml	12	0	1(1%)	0(2%)	0(0%)	235.24
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 ㉡ Vanilla Shake ㉡	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 ㉡ Strawberry Shake ㉡	419g	509	52	12(21%)	9(61%)	278(14%)	N/A
초코 셰이크 ㉠ Chocolate Shake ㉠	276g	274	16	8(15%)	6(38%)	175(9%)	N/A
초코 셰이크 ㉡ Chocolate Shake ㉡	419g	416	24	13(23%)	9(58%)	220(11%)	N/A

밀키트

*골로 연의 숫자는 영양소 기준치 %이다