맥도날드 제품 영양분석표 McDonald's Nutrition Facts

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
버거							
햄버거 Hamburger	100g	254	6	13(24%)	4(28%)	509(25%)	N/A
치즈버거 Cheeseburger	114g	303	6	16(28%)	7(46%)	720(36%)	N/A
더블 치즈버거 Double Cheeseburger	164g	451	7	26(47%)	13(89%)	1112(56%)	N/A
맥치킨 McChicken	163g	376	5	16(29%)	4(26%)	644(32%)	N/A
빅맥 Big Mac	213g	510	7	26(48%)	12(78%)	1012(51%)	N/A
불고기버거 Bulgogi Burger	155g	401	13	17(30%)	2(11%)	686(34%)	N/A
더블 불고기버거 Double Bulgogi Burger	236g	651	22	29(53%)	5(33%)	1281(64%)	N/A
디럭스 치즈 버거 Deluxe Cheeseburger	171g	353	6	17(31%)	8(50%)	682(34%)	N/A
베이컨 토마토 디럭스 Bacon Tomato Deluxe	242g	515	15	27(49%)	12(79%)	1123(56%)	N/A
쿼터파운더 치즈 Quarter Pounder with Cheese	197g	523	7	31(56%)	15(102%)	1049(52%)	N/A
더블 쿼터파운더 치즈 Double Quarter Pounder with Cheese	278g	764	7	50(90%)	24(163%)	1248(62%)	N/A
맥스파이시 상하이 버거 McSpicy Shanghai Burger	228g	445	6	23(42%)	4(30%)	898(45%)	N/A
맥스파이시 케이준 버거 McSpicy Cajun Burger	200g	398	8	16(29%)	4(26%)	625(31%)	N/A
맥스파이시 더블 케이준 버거 McSpicy Double Cajun Burger	256g	537	8	25(46%)	6(42%)	907(45%)	N/A
1955 버거 1955 Burger	244g	511	11	27(50%)	12(77%)	953(48%)	N/A
더블 1955 버거 Double 1955 Burger	325g	752	11	46(84%)	21(138%)	1152(58%)	N/A
토마토 치즈 버거 Tomato Cheese Burger	181g	365	8	17(31%)	8(50%)	784(39%)	N/A
디럭스 슈림프 버거 Deluxe Shrimp Burger	197g	387	8	15(27%)	4(30%)	937(47%)	N/A
맥모닝							
소시지 맥머핀 Sausage McMuffin	106g	291	3	17(31%)	4(25%)	748(37%)	N/A
소시지 에그 맥머핀 Sausage Egg McMuffin	162g	386	3	25(45%)	6(37%)	825(41%)	N/A
베이컨 에그 맥머핀 Bacon Egg McMuffin	134g	332	3	20(36%)	6(38%)	761(38%)	N/A
에그 맥머핀 Egg McMuffin	145g	333	3	22(40%)	5(36%)	814(41%)	N/A
베이컨 토마토 머핀 BLT Muffin	140g	244	4	14(26%)	4(24%)	747(37%)	N/A
치킨 치즈 머핀 Chicken'n Cheese Muffin	139g	388	3	19(35%)	6(40%)	854(43%)	N/A
핫케익 3조각 Hot Cakes 3pc	150g	331	12	9(16%)	2(11%)	300(15%)	N/A
에그 포테이토랩 Egg Potato Wrap	138g	362	3	9(16%)	6(42%)	784(39%)	N/A
사이드 & 디저트							
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
맥스파이시 치킨텐더 2조각 McSpicy Chicken Tenders 2pc	77g	192	0	15(27%)	0(3%)	617(31%)	N/A
맥스파이시 치킨텐더 4조각 McSpicy Chicken Tenders 4pc	153g	384	0	30(54%)	1(7%)	1234(62%)	N/A
맥스파이시 치킨텐더 8조각 McSpicy Chicken Tenders 8pc	306g	768	1	60(109%)	2(13%)	2469(123%)	N/A
맥윙, 2조각 McWings, Chicken Tenders 2pc	81g	236	0	15(27%)	4(30%)	551(28%)	N/A
맥윙, 4조각 McWings, Chicken Tenders 4pc	162g	472	0	29(53%)	9(59%)	1102(55%)	N/A
맥윙, 8조각 McWings, Chicken Tenders 8pc	325g	945	1	59(107%)	18(118%)	2204(110%)	N/A
맥스파이시 치킨 스낵랩 McSpicy, Chicken Snack Wrap	107g	300	3	11(20%)	3(20%)	728(36%)	N/A
스파이시 비프 스낵랩 Spicy Beef Snack Wrap	102g	302	3	11(20%)	6(43%)	582(29%)	N/A
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(4%)	3(19%)	294(15%)	N/A
오레오 맥플러리 Oreo McFlurry	168g	329	35	8(15%)	6(39%)	127(10%)	N/A
바닐라 선데이 아이스크림 Vanilla Sundae	140g	193	24	7(12%)	3(22%)	65(3%)	N/A
파인애플 후룻컵 Pineapple Fruit Cup	113g	60	14	0(0%)	0(1%)	2(0%)	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 Chilli Sauce (Nugget/Tender)	28g	65	13	0(0%)	0(0%)	211(11%)	N/A
스위트 칠리 소스 (맥윙 J) Sweet Chili Sauce (McWings J)	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	10g	10	2	0(0%)	0(0%)	120(6%)	N/A
버터 Butter	10g	72	0	0(0%)	6(39%)	63(3%)	N/A
핫케익 시럽 Hot Cake Syrup	61g	179	32	0(0%)	0(0%)	18(1%)	N/A
딸기잼 Strawberry Jam	12g	30	6	0(0%)	0(0%)	1(0%)	N/A
설탕시럽 Sugar Syrup	17g	43	9	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
음료							
코카 – 콜라 제로 Ⓢ Coca - Cola Zero Ⓢ	220ml	0	0	0(0%)	0(0%)	29(1%)	N/A
코카 – 콜라 제로 Ⓜ Coca - Cola Zero Ⓜ	310ml	0	0	0(0%)	0(0%)	40(2%)	N/A
코카 – 콜라 제로 Ⓛ Coca - Cola Zero Ⓛ	430ml	0	0	0(0%)	0(0%)	56(3%)	N/A
코카 – 콜라 Ⓢ Coca - Cola Ⓢ	220ml	101	23	0(0%)	0(0%)	13(1%)	N/A
코카 – 콜라 Ⓜ Coca - Cola Ⓜ	310ml	143	33	0(0%)	0(0%)	19(1%)	N/A
코카 – 콜라 Ⓛ Coca - Cola Ⓛ	430ml	198	45	0(0%)	0(0%)	26(1%)	N/A
스프라이트 Ⓢ Sprite Ⓢ	220ml	106	26	0(0%)	0(0%)	21(1%)	N/A
스프라이트 Ⓜ Sprite Ⓜ	310ml	149	37	0(0%)	0(0%)	29(1%)	N/A
스프라이트 Ⓛ Sprite Ⓛ	430ml	206	52	0(0%)	0(0%)	41(2%)	N/A
환타 Ⓢ Fanta Ⓢ	220ml	119	30	0(0%)	0(0%)	7(0%)	N/A
환타 Ⓜ Fanta Ⓜ	310ml	167	42	0(0%)	0(0%)	9(0%)	N/A
환타 Ⓛ Fanta Ⓛ	430ml	232	58	0(0%)	0(0%)	13(1%)	N/A
블루베리 맥피즈 Ⓜ Blueberry McFizz Ⓜ	246ml	167	42	0(0%)	0(0%)	51(3%)	N/A
블루베리 맥피즈 Ⓛ Blueberry McFizz Ⓛ	470ml	299	75	0(0%)	0(0%)	87(4%)	N/A
자몽 맥피즈 Ⓜ Grapefruit McFizz Ⓜ	246ml	166	42	0(0%)	0(0%)	52(3%)	N/A
자몽 맥피즈 Ⓛ Grapefruit McFizz Ⓛ	470ml	297	74	0(0%)	0(0%)	87(4%)	N/A
아메리카노 Americano	330ml	9	0	1(1%)	0(2%)	0(0%)	145.10
아이스커피 Ⓜ Iced Coffee Ⓜ	254ml	10	0	0(1%)	0(2%)	0(0%)	138.43
아이스커피 Ⓛ Iced Coffee Ⓛ	358ml	14	0	1(1%)	0(3%)	0(0%)	195.11
오렌지 주스 Orange Juice	175ml	84	18	0(0%)	0(0%)	5(0%)	N/A
우유 Milk	200ml	130	9	6(11%)	5(33%)	100(5%)	N/A
생수 Mineral Water	500ml	0	0	0(0%)	0(0%)	37~107.1(1.7~2.5%)	N/A
프리미엄 로스트 커피 Ⓢ Premium Roast. Coffee Ⓢ	220ml	7	0	0(1%)	0(1%)	0(0%)	123.22
프리미엄 로스트 커피 Ⓜ Premium Roast. Coffee Ⓜ	330ml	10	0	1(1%)	0(1%)	0(0%)	184.83
에스프레소 Espresso	50ml	4	0	0(1%)	0(0%)	0(0%)	110.62
카페라떼 Cafe Latte	310ml	130	9	6(12%)	4(30%)	70(4%)	148.58
카푸치노 Cappuccino	280ml	106	7	5(9%)	3(23%)	53(3%)	163.60
아이스 카페라떼 Ⓜ Iced Cafe Latte Ⓜ	165ml	69	5	3(6%)	2(15%)	35(2%)	107.02
아이스 카페라떼 Ⓛ Iced Cafe Latte Ⓛ	262ml	110	8	6(10%)	4(23%)	55(3%)	169.93
바닐라 쉐이크 Ⓜ Vanilla Shake Ⓜ	276g	305	26	7(14%)	6(38%)	171(9%)	N/A
바닐라 쉐이크 Ⓛ Vanilla Shake Ⓛ	419g	464	40	11(21%)	9(57%)	260(13%)	N/A
딸기 쉐이크 Ⓜ Strawberry Shake Ⓜ	276g	335	34	8(14%)	6(40%)	183(9%)	N/A
딸기 쉐이크 Ⓛ Strawberry Shake Ⓛ	419g	509	52	12(21%)	9(61%)	278(14%)	N/A
초코 쉐이크 Ⓜ Choco Shake Ⓜ	276g	274	16	8(15%)	6(38%)	145(7%)	N/A
초코 쉐이크 Ⓛ Choco Shake Ⓛ	419g	416	24	13(23%)	9(58%)	220(11%)	N/A
핑크 레모네이드 Ⓜ Pink Lemonade Ⓜ	246ml	166	41	0(0%)	0(0%)	22(1%)	N/A
핑크 레모네이드 Ⓛ Pink Lemonade Ⓛ	470ml	297	74	0(0%)	0(0%)	42(2%)	N/A

* 괄호 안의 숫자는 영양소 기준치 %입니다