

 한국소비자원 Korea Consumer Agency	<h1>보도자료</h1> <p>“소비자 주권 시대를 열어가는 국민의 기관”</p>	 페이스북 @kcanews
		 인스타그램 @kca.go.kr
이 자료는 8월 25일(목) 오전 부터 사용하시기 바랍니다. [방송인터넷 매체는 8월 24일(수) 12시]		
배포일 2022년 8월 23일(화) (총 19쪽)	담당부서 시험검사국 식품미생물팀	담당자 홍준배 팀장(043-880-5871) 최민지 선임연구원(043-880-5878)

즉석커피, 제품 유형에 따라 당류 함량 차이 커

- 카페인에 민감하다면 카페인이 적은 ‘디카페인’ 커피가 바람직 -

‘즉석커피’에 관한 가격·품질 비교정보는 ‘소비자24(www.consumer.go.kr)’ 내 ‘비교공감’란을 통해 소비자에게 제공될 예정입니다.

편의점, 마트 등에서 간편하게 구입할 수 있는 즉석커피의 시장규모*가 꾸준히 커지고 있다. 이에 한국소비자원(원장 장덕진)이 소비자에게 합리적인 상품 선택 정보를 제공하기 위해 즉석커피 23개 제품을 조사한 결과, 제품 유형과 종류에 따라 카페인, 당류 및 포화지방 함량 차이가 커 제품 구입 시 영양성분을 확인하고 섭취량을 조절할 필요가 있는 것으로 나타났다.

* 즉석커피 시장규모는 2020년 1조 3,230억 원으로 2024년까지 연평균 약 6% 성장할 것으로 전망(닐슨코리아, 2021).

【즉석커피 품질비교】

- 대상 제품 : 아메리카노 커피(아메리카노, 스위트 아메리카노, 디카페인 아메리카노), 라떼 커피(라떼, 디카페인 라떼)
- 조사 항목 : 품질(카페인, 영양성분 등), 안전성(미생물, 오크라톡신A, 이물 등), 표시 적합성(내용량, 영양성분 표시 등), 환경성, 가격 등

□ 카페인은 아메리카노, 라떼 커피보다 디카페인 커피가 매우 적어 (세부내용 8페이지)

아메리카노 커피의 카페인은 100mL당 평균 34mg(25~51mg), 라떼 커피는 36mg(27~49mg)로 유사한 수준이나 디카페인 커피는 3mg(1~6mg)으로 아메리카노와 라떼 커피의 약 8% 수준이어서 카페인 함량이 매우 적은 것으로 나타났다.

제품 1개당 카페인은 바리스타를스 콜드브루 블랙(매일유업주) 제품이 150mg으로 가장 많아 카페인 최대 1일 섭취권고량(성인 기준 400mg)의 38%였다. 반면 콘트라 베이스 디카페인 블랙(롯데칠성음료주) 제품은 가장 적은 4mg으로 최대 섭취권고량의 1% 수준이었다.

청소년은 체중 등 신체 발달 정도에 따라 제품 1개 섭취만으로도 카페인 최대 1일 섭취권고량을 초과할 수 있어 커피 섭취에 주의해야 한다.

<카페인 최대 1일섭취권고량>

성인 400mg 이하, 임산부 300mg 이하, 어린이 및 청소년 체중 1kg당 2.5mg 이하
(‘성인 하루 커피 4잔, 청소년 에너지음료 2캔 이내로 섭취하세요’, 식품의약품안전처 2020)

□ 당류 함량은 라떼, 스위트 아메리카노 커피 순으로 많아 (세부내용, 10페이지)

라떼 커피의 당류는 100mL당 평균 7.2g(6.5~8.0g)으로 평균 3.7g(3.3~4.0g)인 스위트 아메리카노 커피보다 약 1.9배 많았다.

스위트 아메리카노를 제외한 아메리카노 커피에서는 시험대상 10개 제품 중 9개 제품에서 당류가 검출되지 않았으나 아카페라 아메리카노(주빙그레) 제품은 제품 1개당 당류 6g이 들어 있어 구입 시 영양성분 표시를 확인할 필요가 있었다.

100mL 기준으로는 프렌치카페 카페오레(남양유업주) 제품의 당류가 8g으로 가장 많았고 제품 1개 기준으로는 바리스타를스 디카페인 라떼(매일유업주) 제품의 당류가 25g으로 가장 많아 당류 1일 섭취량(50g)의 50% 수준이었다.

<당류 1일 섭취량>

가공식품을 통한 당류 섭취량을 1일 총열량의 10%(50g) 이내로 섭취할 것을 권장
(「나트륨·당류 저감화 추진 방안」, 식품의약품안전처 2021)

□ 영양성분 중에서 포화지방은 제품별로 함량 차이가 컸음 (세부내용, 11페이지)

라떼 커피의 포화지방은 1~5.1g으로 제품 1개를 마실 경우 1일 영양성분 기준치 (15g)의 7~34%를 섭취하게 된다.

스타벅스 카페라떼(서울우유협동조합) 제품은 포화지방이 5.1g으로 가장 많았고 Homeplus Signature 디카페인라떼(홈플러스주) 제품은 1g으로 가장 적었다.

□ 포장재 재활용을 위한 재질·구조 등급은 제품별 차이가 있어 (세부내용, 12페이지)

전체 23개 제품 중 5개 제품은 ‘재활용 우수*’, 8개 제품은 ‘재활용 보통’, 10개 제품은 ‘재활용 어려움’으로 제품별 재활용 등급 차이가 있었으며 포장재 재활용을 위해서는 구입 시 재활용 등급이 높은 제품을 선택하는 것이 바람직하다.

* 조지아 고티카 빈티지 블랙, 조지아 고티카 빈티지 스위트 아메리카노, 조지아 고티카 빈티지 라떼(코카-콜라음료주), 칸타타 스위트 아메리카노, 칸타타 프리미엄 라떼(롯데칠성음료주)

<재질·구조 등급 평가>

포장재 재질·구조 및 재활용의 용이성 기준에 따라 ‘재활용 최우수’, ‘재활용 우수’, ‘재활용 보통’, ‘재활용 어려움’으로 구분되며, ‘재활용 어려움’ 등급의 포장재인 경우 평가 결과를 반드시 표시하여야 함.
(포장재 재질·구조 등급표시 기준, 환경부 고시 제2021-57호)

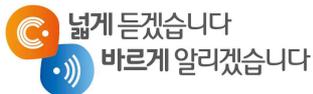
□ 일부 제품은 온라인 정보 표시의 개선이 필요 (세부내용, 12페이지)

한국소비자원은 이번 조사 결과, 제품에 표시된 영양성분 함량, 원재료명 등에 대한 정보와 온라인 판매처에 게시한 정보가 다른 4개 업체에 자율 개선을 권고했다.

⇒ 해당 업체(동서식품(주), 서울우유협동조합, (주)빙그레, 남양유업(주))는 한국소비자원의 권고를 수용해 개선 계획을 회신해 왔음.

또한 앞으로도 소비자의 합리적인 소비생활을 지원하기 위해 식품에 대한 품질, 안전성 정보와 더불어 자원순환을 위한 환경성 정보를 소비자24(www.consumer.go.kr)에 지속적으로 제공할 예정이다.

- <붙임> 1. 즉석커피 주요 시험·평가 결과
2. 즉석커피 종합평가표
3. 즉석커피 구매·설치가이드
4. 즉석커피 제품의 분리배출 가이드



위 자료를 인용하여 보도할 경우에는
출처를 표기하여 주시기 바랍니다.
www.kca.go.kr



< 불임 1 > 즉석커피 주요 시험·평가 결과

1 시험대상 제품

□ 소비자 설문조사* 결과 선호도가 높은 커피 유형 및 대상 제품을 선정

- 즉석커피에 대한 소비자 설문조사를 통해 선호도가 높은 아메리카노 커피 13개(아메리카노, 스위트 아메리카노, 디카페인 아메리카노), 라떼 커피 10개(라떼, 디카페인 라떼) 등 총 23개 제품을 선정

* 최근 3개월 이내 즉석커피를 구입하여 섭취한 경험이 있는 소비자 1,000명을 대상으로 설문조사 실시 (한국소비자원, 2022.1.)

[시험대상 제품]

구분	제품명	판매원/제조원	제품용량 (mL)	판매가격 (원)	
아메리카노 커피 (13개)	아메리카노	강릉커피 블랙	서울우유협동조합 / (주)서울에프엔비	250	2,100
		루카스나인 시그니처 아메리카노	남양유업(주)	250	2,000
		맥심 T.O.P 더 블랙	동서식품(주)	275	2,400
		바리스타룰스 콜드브루 블랙	매일유업(주)	325	2,700
		스타벅스 스무스 아메리카노	서울우유협동조합	270	2,600
		아카페라 아메리카노	(주)빙그레 / (주)삼양패키징	240	1,800
		조지아 고티카 빈티지 블랙	코카-콜라음료(주) / 오케이에프음료(주)	270	2,200
	스위트 아메리카노	칸타타 콜드브루 블랙	롯데칠성음료(주) / (주)금강B&F	275	2,200
		맥심 T.O.P 스위트 아메리카노	동서식품(주)	275	2,400
		조지아 고티카 빈티지 스위트 아메리카노	코카-콜라음료(주) / 오케이에프음료(주)	270	2,200
	디카페인 아메리카노	칸타타 스위트 아메리카노	롯데칠성음료(주) / (주)금강B&F	275	2,200
		차뎡 시그니처 디카페인 블랙	(주)차뎡 / (주)삼양패키징	1,100	4,400
		콘트라베이스 디카페인 블랙	롯데칠성음료(주)	500	2,500
라떼 커피 (10개)	라떼	맥심 T.O.P 마스터 라떼	동서식품(주)	275	2,400
		바리스타룰스 에스프레소 라떼	매일유업(주)	250	2,200
		스타벅스 카페라떼	서울우유협동조합	270	2,600
		스페셜티 카페라떼 마일드	서울우유협동조합 / (주)서울에프엔비	250	2,100
		아카페라 카페라떼	(주)빙그레 / (주)삼양패키징	240	1,800
		조지아 고티카 빈티지 라떼	코카-콜라음료(주) / 오케이에프음료(주)	270	2,200
		칸타타 프리미엄 라떼	롯데칠성음료(주)	275	2,200
	디카페인 라떼	프렌치카페 카페오레	남양유업(주)	200	1,500
		바리스타룰스 디카페인 라떼	매일유업(주)	325	2,700
		Homeplus Signature 디카페인라떼	홈플러스(주) / (주)서울에프엔비	200	1,000

※ 구분별 제품명 가나다순

※ 판매원에서 최종 확인한 가격으로, 구입 시기 및 장소에 따라 달라질 수 있음.

2

시험 항목 및 방법

□ 소비자 상담 동향 및 설문조사 등을 토대로 시험 항목 선정

- 품질(카페인, 영양성분 등), 안전성(미생물, 오크라톡신A, 이물 등), 표시 적합성(내용량, 영양성분 표시 등), 환경성 및 가격정보 등을 통한 제품 선택정보 제공

[시험 항목 및 내용]

주요 시험 항목		시험 조사 내용	시험법 및 기준
품질 평가	카페인	<ul style="list-style-type: none"> ■ 제품별 카페인 함량 	한국인 영양소 섭취기준 (보건복지부, 2020)
	영양성분	<ul style="list-style-type: none"> ■ 당류 함량 ■ 열량, 포화지방* 등 영양성분 함량 * 우유가 첨가된 라떼 제품만 포화지방 시험을 실시 	
안전성	미생물	<ul style="list-style-type: none"> ■ 식품유형별 기준·규격 검증 - 세균수, 대장균군 등 제품의 위생성 	식품의 기준 및 규격 (식약처, 2022)
	유해물질	<ul style="list-style-type: none"> ■ 곰팡이독소(오크라톡신A) 확인 	
	이물	<ul style="list-style-type: none"> ■ 이물 혼입 여부 확인 	식품 중 이물 판별 매뉴얼 (식의약안전평가원, 2016)
표시 적합성	내용량	<ul style="list-style-type: none"> ■ 항목별 제품의 표시 적합성 검증 	식품 등의 표시기준 (식약처, 2022)
	영양성분 표시		식품 등의 표시·광고에 관한 법률(식약처, 2022)
기타		<ul style="list-style-type: none"> ■ 포장용기 환경성, 가격 확인 	포장재 재활용 용이성 등급평가기준 (환경부, 2022)

3

종합 평가 요약

✓ 제품 종류 및 제조사에 따라 카페인과 당류 함량의 차이가 컸음



구분	제품명	구분	제품명
1	강릉커피 블랙	13	콘트라베이스 디카페인 블랙
2	루카스나인 시그니처 아메리카노	14	맥심 T.O.P 마스터 라떼
3	맥심 T.O.P 더 블랙	15	바리스타룰스 에스프레소 라떼
4	바리스타룰스 콜드브루 블랙	16	스타벅스 카페라떼
5	스타벅스 스무스 아메리카노	17	스페셜티 카페라떼 마일드
6	아카페라 아메리카노	18	아카페라 카페라떼
7	조지아 고티카 빈티지 블랙	19	조지아 고티카 빈티지 라떼
8	칸타타 콜드브루 블랙	20	칸타타 프리미엄 라떼
9	맥심 T.O.P 스위트 아메리카노	21	프렌치카페 카페오레
10	조지아 고티카 빈티지 스위트 아메리카노	22	바리스타룰스 디카페인 라떼
11	칸타타 스위트 아메리카노	23	Homeplus Signature 디카페인라떼
12	자댕 시그니처 디카페인 블랙		

[상황별 소비자가 선택할 수 있는 제품]

졸음 쫓을 때는

아메리카노	라떼
<p>바리스타커피스 골드보우 블랙, 골드보우 블랙, 가리피 골드보우 라떼, 스타벅스 카래라떼, 스티플리 카래라떼, 바리스타커피스 베스트베스트 라떼</p>	<p>바리스타커피스 골드보우 블랙, 골드보우 블랙, 가리피 골드보우 라떼, 스타벅스 카래라떼, 스티플리 카래라떼, 바리스타커피스 베스트베스트 라떼</p>

✓ 졸음을 쫓고 싶다면 카페인 함량이 높은 제품을 선택
 * 카페인 함량을 확인하고 섭취량을 조절할 필요가 있음.

카페인에 민감하다면

아메리카노	라떼
<p>자몽 시그니처 디카페인 블랙, 골드라베이스 디카페인 블랙, 바리스타커피스 디카페인 초예, Homeplus Signature 디카페인라떼</p>	<p>바리스타커피스 골드보우 블랙, 골드보우 블랙, 가리피 골드보우 라떼, 스타벅스 카래라떼, 스티플리 카래라떼, 바리스타커피스 베스트베스트 라떼</p>

✓ 카페인에 민감하다면 카페인을 줄인 디카페인 커피를 선택

달달하게 당 충전할 때는

아메리카노	라떼
<p>역심 TOP 스텔로 아메리카노, 조지아고히카 연약치스워트 아메리카노, 바리스타커피스 디카페인 라떼, 스티플리 카래라떼, 역심 TOP 파스타 라떼</p>	<p>바리스타커피스 골드보우 블랙, 골드보우 블랙, 가리피 골드보우 라떼, 스타벅스 카래라떼, 스티플리 카래라떼, 바리스타커피스 베스트베스트 라떼</p>

✓ 당 충전을 하려면 당 함량이 높은 달달한 제품을 선택
 * 영양성분 함량을 확인하고 섭취량을 조절할 필요가 있음.

당 0g을 원할 때는

<p>김종거의 블랙, 루카스나인 시그니처 아메리카노, 가리피 골드보우 블랙, 바리스타커피스 골드보우 블랙, 스티플리 스무스 아메리카노</p>	<p>바리스타커피스 골드보우 블랙, 골드보우 블랙, 가리피 골드보우 라떼, 스타벅스 카래라떼, 스티플리 카래라떼, 바리스타커피스 베스트베스트 라떼</p>
<p>조지아고히카 연약치 블랙, 역심 TOP 디 블랙, 자몽 시그니처 디카페인 블랙, 골드라베이스 디카페인 블랙</p>	<p>바리스타커피스 골드보우 블랙, 골드보우 블랙, 가리피 골드보우 라떼, 스타벅스 카래라떼, 스티플리 카래라떼, 바리스타커피스 베스트베스트 라떼</p>

✓ 다이어트, 당뇨 때문에 당이 없는 커피를 찾는다면 당 0g인 제품을 선택

저렴한 제품을 찾는다면

아메리카노	라떼
<p>가리피 아메리카노, Homeplus Signature 디카페인라떼, 조지아고히카 카라라떼, 아카펠라 카라라떼</p>	<p>바리스타커피스 골드보우 블랙, 골드보우 블랙, 가리피 골드보우 라떼, 스타벅스 카래라떼, 스티플리 카래라떼, 바리스타커피스 베스트베스트 라떼</p>

✓ 구입 시 가격을 비교한 후 저렴한 제품을 선택

포장재 재활용 우수 제품

아메리카노	라떼
<p>조지아고히카 연약치 블랙, 조지아고히카 연약치 스워트 아메리카노, 조지아고히카 연약치 라떼, 김락하 스워트 아메리카노, 산타바 조지아고히카 라떼</p>	<p>바리스타커피스 골드보우 블랙, 골드보우 블랙, 가리피 골드보우 라떼, 스타벅스 카래라떼, 스티플리 카래라떼, 바리스타커피스 베스트베스트 라떼</p>

✓ 섭취 후 분리배출이 용이한 제품을 찾는다면 포장재 '재활용 우수' 제품을 선택

4

주요 항목별 시험 및 조사 결과

가 품질 및 특성

□ (카페인) 디카페인 커피의 카페인 함량이 아메리카노와 라떼 커피보다 매우 낮아

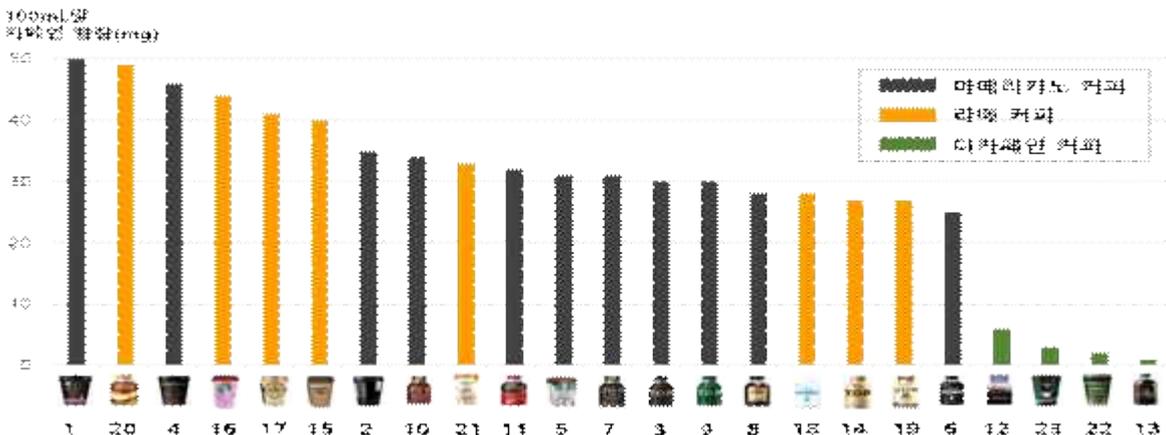
- 아메리카노 커피의 카페인 함량은 100mL당 평균 34mg(25~51mg), 라떼 커피는 36mg(27~49mg)이었으며 디카페인 커피는 3mg(1~6mg)으로 아메리카노와 라떼 커피의 약 8% 수준이어서 매우 적은 것으로 나타났다.
- 100mL당 카페인 함량은 강릉커피 블랙(서울우유협동조합) 제품이 51mg으로 가장 많았고, 콘트라베이스 디카페인 블랙(롯데칠성음료) 제품이 1mg으로 가장 적었음.
- 아메리카노 커피의 카페인 함량은 제품 1개당 평균 92mg(59~150mg)이었고, 라떼 커피는 92mg(65~134mg)으로 카페인 함량은 유사했다. 일반 용량(200~500mL) 디카페인 커피는 5mg(4~6mg)으로 아메리카노와 라떼 커피의 약 5% 수준이었음.
- 제품 1개당 카페인 함량은 바리스타롤스 콜드브루 블랙(매일유업) 제품이 150mg으로 가장 많아 카페인 최대 1일섭취권고량(성인 기준 400mg)의 38%인 반면 콘트라베이스 디카페인 블랙(롯데칠성음료) 제품은 가장 적은 4mg으로 권고량의 1% 수준이었음.
- 또한 청소년은 체중 등 신체 발달 정도에 따라 제품 1개 섭취만으로도 카페인 최대 1일섭취권고량을 초과할 수 있어 커피 섭취에 주의할 필요가 있음.

<카페인 최대 1일섭취권고량>

성인 400mg 이하, 임산부 300mg 이하, 어린이 및 청소년 체중 1kg당 2.5mg 이하
(‘성인 하루 커피 4잔, 청소년 에너지음료 2캔 이내로 섭취하세요’, 식품의약품안전처 2020)

<디카페인 커피>

카페인 함량을 90% 이상 제거한 커피(식품등의 표시기준, 식약처 고시 제2022-25호)



[그림1] 즉석커피 100mL당 카페인 함량 비교

[제품별 카페인 함량]

구분	제품명	판매원	제품 용량 (mL)	카페인(mg)		
				제품 1개	100mL	
아메리카노 커피 (13개)	1	강릉커피 블랙	서울우유협동조합	250	128	51
	2	루카스나인 시그니처 아메리카노	남양유업(주)	250	88	35
	3	맥심 T.O.P 더 블랙	동서식품(주)	275	83	30
	4	바리스타를스 콜드브루 블랙	매일유업(주)	325	150	46
	5	스타벅스 스무스 아메리카노	서울우유협동조합	270	85	31
	6	아카페라 아메리카노	(주)빙그레	240	59	25
	7	조지아 고티카 빈티지 블랙	코카-콜라음료(주)	270	84	31
	8	칸타타 콜드브루 블랙	롯데칠성음료(주)	275	76	28
	9	맥심 T.O.P 스위트 아메리카노	동서식품(주)	275	83	30
	10	조지아 고티카 빈티지 스위트 아메리카노	코카-콜라음료(주)	270	92	34
	11	칸타타 스위트 아메리카노	롯데칠성음료(주)	275	87	32
	12	자뎡 시그니처 디카페인 블랙	(주)자뎡	1,100	71	6
	13	콘트라베이스 디카페인 블랙	롯데칠성음료(주)	500	4	1
아메리카노 커피 평균					92	34
라떼 커피 (10개)	14	맥심 T.O.P 마스터 라떼	동서식품(주)	275	73	27
	15	바리스타를스 에스프레소 라떼	매일유업(주)	250	100	40
	16	스타벅스 카페라떼	서울우유협동조합	270	119	44
	17	스페셜티 카페라떼 마일드	서울우유협동조합	250	103	41
	18	아카페라 카페라떼	(주)빙그레	240	66	28
	19	조지아 고티카 빈티지 라떼	코카-콜라음료(주)	270	73	27
	20	칸타타 프리미엄 라떼	롯데칠성음료(주)	275	134	49
	21	프렌치카페 카페오레	남양유업(주)	200	65	33
	22	바리스타를스 디카페인 라떼	매일유업(주)	325	6	2
	23	Homeplus Signature 디카페인라떼	홈플러스(주)	200	5	3
라떼 커피 평균					92	36
디카페인 커피 평균					5*	3

* 일반 용량(200~500mL)의 디카페인 커피 3개 제품의 평균 값

※ : 디카페인 커피(총 4개)

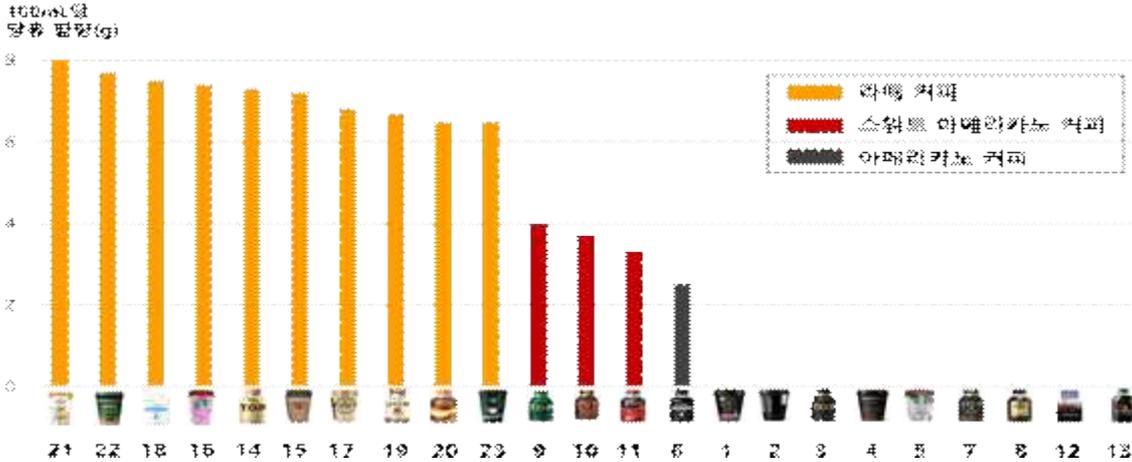
□ (당류) 라떼, 스위트 아메리카노 커피 순으로 당류가 많이 들어있어

- 라떼 커피의 당류는 100mL당 평균 7.2g(6.5~8.0g)으로 평균 3.7g(3.3~4.0g)인 스위트 아메리카노 커피보다 약 1.9배 많았음.
 - 100mL당 당류는 프렌치카페 카페오레(남양유업(주)) 제품이 8.0g으로 가장 많았고 칸타타 스위트 아메리카노(롯데칠성음료(주)) 제품이 3.3g으로 가장 적었음.
- 라떼 커피의 당류는 제품 1개당 평균 18g(13~25g), 스위트 아메리카노 커피는 10g(9~11g)이었음.
 - 제품 1개당 당류는 바리스타를스 디카페인 라떼(매일유업(주)) 제품이 25g으로 가장 많아 당류 1일 섭취량(50g)의 50%인 반면 칸타타 스위트 아메리카노(롯데칠성음료(주)) 제품은 가장 적은 9g으로 기준량의 18% 수준이었음.

<당류 1일 섭취량>

가공식품을 통한 당류 섭취량을 1일 총열량의 10%(50g) 이내로 섭취할 것을 권장
(「나트륨·당류 저감화 추진 방안」, 식품의약품안전처 2021)

- 스위트 아메리카노를 제외한 아메리카노 커피에서는 시험대상 10개 제품 중 9개 제품에서 당류가 검출되지 않았으나 아카페라 아메리카노(㈜빙그레) 제품은 제품 1개당 당류 6g이 들어 있어 구입 시 영양성분 표시를 확인할 필요가 있었음.



[그림2] 즉석커피 100mL당 당류 함량 비교

[제품별 당류 함량]

구분	제품명	판매원	제품 용량 (mL)	당류(g)		
				제품 1개	100mL	
아메리카노 커피 (13개)	1	강릉커피 블랙	서울우유협동조합	250	0	0
	2	루카스나인 시그니처 아메리카노	남양유업(주)	250	0	0
	3	맥심 T.O.P 더 블랙	동서식품(주)	275	0	0
	4	바리스타룰스 콜드브루 블랙	매일유업(주)	325	0	0
	5	스타벅스 스무스 아메리카노	서울우유협동조합	270	0	0
	6	아카페라 아메리카노	(주)빙그레	240	6	2.5
	7	조지아 고티카 빈티지 블랙	코카-콜라음료(주)	270	0	0
	8	칸타타 콜드브루 블랙	롯데칠성음료(주)	275	0	0
	9	맥심 T.O.P 스위트 아메리카노	동서식품(주)	275	11	4.0
	10	조지아 고티카 빈티지 스위트 아메리카노	코카-콜라음료(주)	270	10	3.7
	11	칸타타 스위트 아메리카노	롯데칠성음료(주)	275	9	3.3
	12	자탕 시그니처 디카페인 블랙	(주)자탕	1,100	0	0
	13	콘트라베이스 디카페인 블랙	롯데칠성음료(주)	500	0	0
아메리카노 커피 평균				1	0.3	
스위트 아메리카노 커피 평균				10	3.7	
라떼 커피 (10개)	14	맥심 T.O.P 마스터 라떼	동서식품(주)	275	20	7.3
	15	바리스타룰스 에스프레소 라떼	매일유업(주)	250	18	7.2
	16	스타벅스 카페라떼	서울우유협동조합	270	20	7.4
	17	스페셜티 카페라떼 마일드	서울우유협동조합	250	17	6.8
	18	아카페라 카페라떼	(주)빙그레	240	18	7.5
	19	조지아 고티카 빈티지 라떼	코카-콜라음료(주)	270	18	6.7
	20	칸타타 프리미엄 라떼	롯데칠성음료(주)	275	18	6.5
	21	프렌치카페 카페오레	남양유업(주)	200	16	8.0
	22	바리스타룰스 디카페인 라떼	매일유업(주)	325	25	7.7
	23	Homeplus Signature 디카페인라떼	홈플러스(주)	200	13	6.5
라떼 커피 평균				18	7.2	

※ : 스위트 아메리카노 커피(총 3개)

□ **영양성분 중에서 포화지방은 제품별로 함량 차이가 컸음**

- 즉석커피의 열량, 탄수화물, 단백질, 지방함량은 1일 영양성분 기준치와 비교해 낮은 수준이었음.
 - 아메리카노 커피 10개 제품의 제품 1개당 평균 열량(14kcal)은 1일 영양성분 기준치(2,000kcal)의 1%, 탄수화물(2g)은 1%, 단백질(0.5g)은 1%, 지방(0.2g)은 0.4% 수준이었음.
 - 스위트 아메리카노 커피 3개 제품의 제품 1개당 평균 열량(52kcal)은 1일 영양성분 기준치의 3%, 탄수화물(12g)은 4%, 단백질(0.5g)은 1%, 지방(0.1g)은 0.2% 수준이었음.
 - 라떼 커피 10개 제품의 제품 1개당 평균 열량(140kcal)은 1일 영양성분 기준치의 7%, 탄수화물(21g)은 6%, 단백질(4g)은 7%, 지방(5g)은 9% 수준이었음.
- 하지만 라떼 커피의 경우 포화지방이 상대적으로 많아 제품에 따라 1~5.1g이 들어 있었으며 제품 1개를 마실 경우 1일 영양성분 기준치(15g)의 7~34%를 섭취하게 됨.

[제품 1개당 즉석커피 제품의 영양성분 함량]

구분	제품명	열량 (2,000kcal) ¹⁾		탄수화물 (324g)		단백질 (55g)		지방 (54g)		포화지방 (15g)	
		함량 (kcal)	1일 기준 (%)	함량 (g)	1일 기준 (%)	함량 (g)	1일 기준 (%)	함량 (g)	1일 기준 (%)	함량 (g)	1일 기준 (%)
아 메 리 카 노 커피 (13개)	1 강릉커피 블랙	13	1	2	1	0.5	1	0.3	1	- ²⁾	-
	2 루카스나인 시그니처 아메리카노	9	0.5	2	1	0.3	1	0	0	-	-
	3 맥심 T.O.P 더 블랙	6	0.3	1	0.3	0.6	1	0	0	-	-
	4 바리스타룰스 콜드브루 블랙	11	1	1.3	0.4	0.7	1	0.3	1	-	-
	5 스타벅스 스무스 아메리카노	5	0.3	1	0.3	0.3	1	0	0	-	-
	6 아카페라 아메리카노	39	2	8.9	3	0.5	1	0.2	0.4	-	-
	7 조지아 고티카 빈티지 블랙	10	1	1.4	0.4	0.5	1	0.3	1	-	-
	8 칸타타 콜드브루 블랙	9	0.5	2	1	0.3	1	0	0	-	-
	9 맥심 T.O.P 스위트 아메리카노	54	3	13	4	0.6	1	0	0	-	-
	10 조지아 고티카 빈티지 스위트 아메리카노	54	3	13	4	0.5	1	0	0	-	-
	11 칸타타 스위트 아메리카노	48	2	11	3	0.3	1	0.3	1	-	-
	12 차텀 시그니처 디카페인 블랙	23	1	2.2	1	1.1	2	1.1	2	-	-
	13 콘트라베이스 디카페인 블랙	14	1	3	1	0.5	1	0	0	-	-
아메리카노 커피 평균		14	1	2	1	0.5	1	0.2	0.4	-	-
스위트 아메리카노 커피 평균		52	3	12	4	0.5	1	0.1	0.2	-	-
라 떼 커피 (10개)	14 맥심 T.O.P 마스터 라떼	135	7	24	7	2.2	4	3.3	6	1.9	13
	15 바리스타룰스 에스프레소 라떼	162	8	21	6	6	11	6	11	3.5	23
	16 스타벅스 카페라떼	189	9	23	7	5.9	11	8.1	15	5.1	34
	17 스페셜티 카페라떼 마일드	156	8	21	6	5	9	5.8	11	3.0	20
	18 아카페라 카페라떼	130	7	20	6	3.4	6	4	7	2	13
	19 조지아 고티카 빈티지 라떼	117	6	21	6	2.2	4	2.7	5	1.9	13
	20 칸타타 프리미엄 라떼	110	6	21	6	2	4	2	4	1.1	7
	21 프렌치카페 카페오레	130	7	17	5	4.2	8	5	9	3.0	20
	22 바리스타룰스 디카페인 라떼	175	9	22	7	6	11	7	13	5	33
	23 Homeplus Signature 디카페인라떼	99	5	15	5	4	7	2.6	5	1.0	7
라떼 커피 평균		140	7	21	6	4	7	5	9	3	20

1) 영양성분의 1일 영양성분 기준치

2) 아메리카노 커피의 경우 커피 추출액에는 포화지방 함량이 미량 혹은 함유되어 있지 않다는 국가표준식품성분표(농촌진흥청 국립농업과학원) 조사 결과를 참고하여 포화지방 시험을 실시하지 않았음.

※ : 스위트 아메리카노 커피(총 3개)

나 안전성

□ 전 제품이 안전성에 문제가 없었음

- 대장균군, 오크라톡신A, 이물은 검출되지 않았고, 세균수는 관련 기준*에 적합

* 식품의 기준 및 규격, 제2022-31호

다 표시 적합성

□ 일부 업체 제품 온라인 정보 표시의 개선이 필요

- 전 제품의 내용량 및 영양성분 표시 함량은 식품의 표시 기준*에 적합

* 식품등의 표시기준, 제2022-25호

- (온라인 표시) 제품에 표시된 영양성분 함량, 원재료명 등에 대한 정보와 온라인 판매처에 게시한 정보가 상이한 4개 업체에게는 자율 개선을 권고

⇒ 해당 업체(동서식품(주) 서울우유협동조합, (주)빙그레, 남양유업(주))는 한국소비자원의 권고를 수용해 개선 계획을 회신하여 왔음.

라 환경성

□ 포장재 재활용을 위한 재질 · 구조 등급은 제품별 차이가 있어

- (포장재 재질 · 구조 등급) 전체 23개 제품 중 5개 제품은 ‘재활용 우수*’, 8개 제품은 ‘재활용 보통’, 10개 제품은 ‘재활용 어려움’으로 제품별 재활용 등급 차이가 있었으며 포장재 재활용을 위해서는 구입 시 재활용 등급이 높은 제품을 선택하는 것이 바람직

* 조지아 고티카 빈티지 블랙, 조지아 고티카 빈티지 스위트 아메리카노, 조지아 고티카 빈티지 라떼 (코카-콜라음료(주)), 칸타타 스위트 아메리카노, 칸타타 프리미엄 라떼(롯데칠성음료(주))

<재질 · 구조 등급 평가>

포장재 재질 · 구조 및 재활용의 용이성 기준에 따라 ‘재활용 최우수’, ‘재활용 우수’, ‘재활용 보통’, ‘재활용 어려움’으로 구분되며, ‘재활용 어려움’ 등급의 포장재인 경우 평가 결과를 반드시 표시하여야 함. (포장재 재질 · 구조 등급표시 기준, 환경부 고시 제2021-57호)

마 가격

□ 제품에 따라 1,000 ~ 4,400원으로 가격 차이 있어

- 아메리카노 커피 일반용량 제품의 가격은 평균 2,275원(1,800~2,700원)이었음.
 - 대용량 제품인 자텔 시그니처 디카페인 블랙(주자텔, 1,100mL) 4,400원짜리 제품을 제외하면 바리스타룰스 콜드브루 블랙(매일유업주) 제품이 2,700원으로 가장 비쌌고 아카페라 아메리카노(주빙그레) 제품이 1,800원으로 가장 저렴했음.
- 라떼 커피의 제품 가격은 평균 2,070원(1,000~2,700원)이었음.
 - 바리스타룰스 디카페인 라떼(매일유업주) 제품은 2,700원으로 가장 비쌌고 Homeplus Signature 디카페인라떼(홈플러스주) 제품이 1,000원으로 가장 저렴했음.

즉석커피 종합평가표

구분	제품명	판매원	내용량 (1개당) 제품 표시 (mL)	열량 ¹⁾ 2,000kcal ²⁾		탄수화물 324g		단백질 55g		지방 54g		포화지방 15g		당류 50g		카페인 400mg		안전성 ³⁾	구입 가격 ⁴⁾ (원/1개)	포장재 재질· 구조 등급 ⁵⁾
				kcal	%	g	%	g	%	g	%	g	%	g	%	mg	%			
아 메 리 카 노	 강릉커피 블랙	서울우유 협동조합	250	13	1	2	1	0.5	1	0.3	1	- ⁶⁾	-	0	0	128	32	○	2,100	■
	 루카스나인 시그니처 아메리카노	남양유업(주)	250	9	0.5	2	1	0.3	1	0	0	-	-	0	0	88	22	○	2,000	■
	 맥심 T.O.P 더 블랙	동서식품(주)	275	6	0.3	1	0.3	0.6	1	0	0	-	-	0	0	83	21	○	2,400	■■
	 바리스타를스 콜드브루 블랙	매일유업(주)	325	11	1	1.3	0.4	0.7	1	0.3	1	-	-	0	0	150	38	○	2,700	■
	 스타벅스 스무스 아메리카노	서울우유 협동조합	270	5	0.3	1	0.3	0.3	1	0	0	-	-	0	0	85	21	○	2,600	■
	 아카데미 아메리카노	(주)빙그레	240	39	2	8.9	3	0.5	1	0.2	0.4	-	-	6	12	59	15	○	1,800	■■
	 조지아 고티카 빈티지 블랙	코카-콜라 음료(주)	270	10	1	1.4	0.4	0.5	1	0.3	1	-	-	0	0	84	21	○	2,200	■■■

1) 영양성분(열량, 탄수화물, 단백질, 지방, 포화지방, 당류) 및 카페인 함량은 제품 1개 기준임.
 2) 영양성분(열량, 탄수화물, 단백질, 지방, 포화지방)은 1일 영양성분 기준치(식품등의 표시기준, 식약처 고시 제2022-25호), 당류는 1일 섭취량인 50g, 카페인은 최대 1일섭취권고량인 400mg(성인기준)을 기준으로 함.
 3) 안전성(세균수, 대장균군, 오크라톡신A, 이물) : 기준 적합, 불검출 = "○", 기준 부적합, 검출 = "x"
 4) 판매원에서 최종 확인한 가격이며 구입 시기 및 장소에 따라 달라질 수 있음.
 5) 사업자가 제출한 포장재 재질·구조 평가 결과서(한국환경공단 실시)를 바탕으로 친환경을 기호로 표시 "■■■■=재활용 우수, ■■=재활용 보통, ■=재활용 어려움"
 6) 아메리카노 커피는 포화지방 시험을 실시하지 않았음.

구분	제품명	판매원	내용량 (1개당)	열량 ¹⁾ 2,000kcal ²⁾		탄수화물 324g		단백질 55g		지방 54g		포화지방 15g		당류 50g		카페인 400mg		안전성 ³⁾	구입 가격 ⁴⁾ (원/1개)	포장재 재질·구조 등급 ⁵⁾
			제품 표시 (mL)	kcal	%	g	%	g	%	g	%	g	%	g	%	mg	%			
아 메 리 카 노	 칸타타 콜드브루 블랙	롯데칠성 음료(주)	275	9	0.5	2	1	0.3	1	0	0	- ⁶⁾	-	0	0	76	19	○	2,200	■■
스 위 트	 맥심 T.O.P 스위트 아메리카노	동서식품(주)	275	54	3	13	4	0.6	1	0	0	-	-	11	22	83	21	○	2,400	■■
	아 메 리 카 노	 조지아 고티카 빈티지 스위트 아메리카노	코카-콜라 음료(주)	270	54	3	13	4	0.5	1	0	0	-	-	10	20	92	23	○	2,200
아 메 리 카 노	 칸타타 스위트 아메리카노	롯데칠성 음료(주)	275	48	2	11	3	0.3	1	0.3	1	-	-	9	18	87	22	○	2,200	■■■
디 카 페 인	 자뎡 시그니처 디카페인 블랙	(주)자뎡	1,100	23	1	2.2	1	1.1	2	1.1	2	-	-	0	0	71	18	○	4,400	■■
아 메 리 카 노	 콘트라베이스 디카페인 블랙	롯데칠성 음료(주)	500	14	1	3	1	0.5	1	0	0	-	-	0	0	4	1	○	2,500	■■

1) 영양성분(열량, 탄수화물, 단백질, 지방, 포화지방, 당류) 및 카페인 함량은 제품 1개 기준임.

2) 영양성분(열량, 탄수화물, 단백질, 지방, 포화지방)은 1일 영양성분 기준치(식품등의 표시기준, 식약처 고시 제2022-25호), 당류는 1일 섭취량인 50g, 카페인 최대 1일섭취권고량인 400mg(성인기준)을 기준으로 함.

3) 안전성(세균수, 대장균군, 오크라톡신A, 이물) : 기준 적합, 불검출 = "○", 기준 부적합, 검출 = "x"

4) 판매원에서 최종 확인한 가격이며 구입 시기 및 장소에 따라 달라질 수 있음.

5) 사업자가 제출한 포장재 재질·구조 평가 결과서(한국환경공단 실시)를 바탕으로 친환경을 기호로 표시 "■■■■=재활용 우수, ■■■=재활용 보통, ■=재활용 어려움"

6) 아메리카노 커피는 포화지방 시험을 실시하지 않았음.

구분	제품명	판매원	내용량 (1개당)	열량 ¹⁾ 2,000kcal ²⁾		탄수화물 324g		단백질 55g		지방 54g		포화지방 15g		당류 50g		카페인 400mg		안전성 ³⁾	구입 가격 ⁴⁾ (원/1개)	포장재 재질· 구조 등 ⁵⁾
			제품 표시 (mL)	kcal	%	g	%	g	%	g	%	g	%	g	%	mg	%			
라 떼	 맥심 T.O.P. 마스터 라떼	동서식품(주)	275	135	7	24	7	2.2	4	3.3	6	1.9	13	20	40	73	18	○	2,400	■■
	 바리스타롤스 에스프레소 라떼	매일유업(주)	250	162	8	21	6	6	11	6	11	3.5	23	18	36	100	25	○	2,200	■
	 스타벅스 카페라떼	서울우유협 동조합	270	189	9	23	7	5.9	11	8.1	15	5.1	34	20	40	119	30	○	2,600	■
	 스페셜티 카페라떼 마일드	서울우유협 동조합	250	156	8	21	6	5	9	5.8	11	3.0	20	17	34	103	26	○	2,100	■
	 아카페라 카페라떼	(주)빙그레	240	130	7	20	6	3.4	6	4	7	2	13	18	36	66	17	○	1,800	■■
	 조지아 고티카 빈티지 라떼	코카-콜라 음료(주)	270	117	6	21	6	2.2	4	2.7	5	1.9	13	18	36	73	18	○	2,200	■■■

1) 영양성분(열량, 탄수화물, 단백질, 지방, 포화지방, 당류) 및 카페인 함량은 제품 1개 기준임.

2) 영양성분(열량, 탄수화물, 단백질, 지방, 포화지방)은 1일 영양성분 기준치(식품등의 표시기준, 식약처 고시 제2022-25호), 당류는 1일 섭취량인 50g, 카페인인 최대 1일섭취권고량인 400mg(성인기준)을 기준으로 함.

3) 안전성(세균수, 대장균군, 오크라톡신A, 이물) : 기준 적합, 불검출 = "○", 기준 부적합, 검출 = "x"

4) 판매원에서 최종 확인한 가격이며 구입 시기 및 장소에 따라 달라질 수 있음.

5) 사업자가 제출한 포장재 재질·구조 평가 결과서(한국환경공단 실시)를 바탕으로 친환경을 기호로 표시 "■■■■=재활용 우수, ■■=재활용 보통, ■=재활용 어려움"

구분	제품명	판매원	내용량 (1개당)	열량 ¹⁾ 2,000kcal ²⁾		탄수화물 324g		단백질 55g		지방 54g		포화지방 15g		당류 50g		카페인 400mg		안전성 ³⁾	구입 가격 ⁴⁾ (원/1개)	포장재 재질· 구조 등급 ⁵⁾
			제품 표시 (mL)	kcal	%	g	%	g	%	g	%	g	%	g	%	mg	%			
라떼	 칸타타 프리미엄 라떼	롯데칠성 음료(주)	275	110	6	21	6	2	4	2	4	1.1	7	18	36	134	34	○	2,200	■■■■
	 프렌치카페 카페오레	남양유업 (주)	200	130	7	17	5	4.2	8	5	9	3.0	20	16	32	65	16	○	1,500	■
디카 페인라 떼	 바리스타를 스 디카페인 라떼	매일유업 (주)	325	175	9	22	7	6	11	7	13	5	33	25	50	6	2	○	2,700	■
	 Homeplus Signature 디카페인라 떼	홈플러스 (주)	200	99	5	15	5	4	7	2.6	5	1.0	7	13	26	5	1	○	1,000	■

1) 영양성분(열량, 탄수화물, 단백질, 지방, 포화지방, 당류) 및 카페인 함량은 제품 1개 기준임.

2) 영양성분(열량, 탄수화물, 단백질, 지방, 포화지방)은 1일 영양성분 기준치(식품등의 표시기준, 식약처 고시 제2022-25호), 당류는 1일 섭취량인 50g, 카페인은 최대 1일섭취권고량인 400mg(성인기준)을 기준으로 함.

3) 안전성(세균수, 대장균군, 오크라톡신A, 이물) : 기준 적합, 불검출 = "○", 기준 부적합, 검출 = "x"

4) 판매원에서 최종 확인한 가격이며 구입 시기 및 장소에 따라 달라질 수 있음.

5) 사업자가 제출한 포장재 재질·구조 평가 결과서(한국환경공단 실시)를 바탕으로 친환경을 기호로 표시 "■■■■=재활용 우수, ■■=재활용 보통, ■=재활용 어려움"

즉석커피 구매 · 섭취 가이드

◆ 구매 시 확인

✓ 제품 주 표시면에 **카페인 함량**을 확인해주세요.



디카페인 제품도 카페인 미량 함유

- ✓ 디카페인 즉석커피 (100mL 기준) : 3mg
- ✓ 팍카스 (1봉 기준) : 30mg
- ✓ 녹차티백 (1개 기준) : 22mg

✓ 제품 영양성분표에서 **당류 함량**을 확인해주세요.

→ '스위트 아메리카노' 표시가 없어도 설탕 등 당류가 첨가된 제품들이 있으니, 당류 함량을 꼭 확인해주세요.

◆ 섭취 시 주의

✓ 커피 이외의 식품에도 카페인이 있어 커피와 같이 섭취 시 카페인을 과다 섭취할 수 있습니다.

→ 하루에 콜라, 초콜릿, 에너지음료 등과 함께 커피를 섭취하게 되면 카페인 과다섭취가 되므로 섭취 조절이 필요해요.

식품	카페인
콜라(250mL 기준)	27mg
초콜릿(100g 기준)	18mg
에너지음료(250mL 기준)	80mg
녹차 티백(1개 기준)	22mg



◆ 분리 · 배출 시 확인

① 내용물 비움 	② 용기 헹굼 	③ 라벨 제거 	④ 종류별 구분 · 배출
--------------	-------------	-------------	-------------------

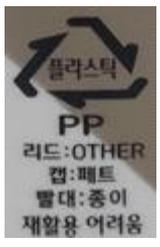
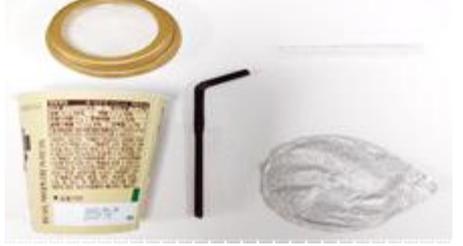
✓ 분리 · 배출 방법 4단계 확인하시고 버려주세요.

※ 소비자 피해가 발생하면, '소비자24 열린소비자포털(모바일 앱, www.consumer.go.kr)'을 통해 거래 내역, 증빙서류 등을 갖추어 온라인 상담 또는 피해구제를 신청할 수 있다.

< 볼임 4 >

즉석커피 제품의 분리배출 가이드

✓ **재활용 등급**을 확인하시고, 높은 제품을 선택하세요.

구분	제품명		포장재 재질·구조 등급 및 재활용마크	제품 구성 및 분리배출 방법
알루미늄캔	조지아 고티카 빈티지 블랙	조지아 고티카 빈티지 스위트 아메리카노	 재활용 우수	 ✓ 몸통, 뚜껑 → 캔
	칸타타 스위트 아메리카노			
	칸타타 프리미엄 라떼	조지아 고티카 빈티지 라떼		
	칸타타 콜드브루 블랙	맥심 TOP 더 블랙	 재활용 보통	 ✓ 몸통, 뚜껑 → 캔 ✓ 라벨 → 비닐
	맥심 TOP 스위트 아메리카노	맥심 TOP 마스터 라떼		
페트병	아카페라 아메리카노	아카페라 카페라떼	 재활용 보통	 ✓ 몸통, 뚜껑 → 투명 페트병 ✓ 라벨 → 비닐
	자텔 시그니처 디카페인 블랙	콘트라베이스 디카페인 블랙		
플라스틱컵	스타벅스 스템스 아메리카노	스타벅스 카페라떼	 재활용 어려움	 ✓ 몸통, 뚜껑 → 플라스틱 ✓ 빨대 포장지 → 비닐 ✓ 알루미늄 덮개 종이 빨대 → 일반쓰레기
	강릉커피 블랙	루카스나인 시그니처 아메리카노		
	바리스타를스 콜드브루 블랙	바리스타를스 에스프레소 라떼		
	스페셜티 카페라떼 마일드	프레치카페 카페오레		
	바리스타를스 디카페인 라떼	Homeplus Signature 디카페인라떼	 재활용 어려움	 ✓ 몸통, 뚜껑, 플라스틱 빨대 → 플라스틱 ✓ 빨대 포장지 → 비닐 ✓ 알루미늄 덮개 → 일반쓰레기

※ 소비자 피해가 발생하면, ‘소비자24 열린소비자포털(모바일 앱, www.consumer.go.kr)’을 통해 거래 내역, 증빙서류 등을 갖추어 온라인 상담 또는 피해구제를 신청할 수 있다.