

잠깐만요!

# 고열량 저영양 식품 확인하고 가실게요!



## 고열량·저영양식품이란?

식품의약품안전처가 정한 **기준보다 열량이 높고 영양가가 낮은 식품**으로 비만이나 영양 불균형을 초래할 우려가 있는 어린이 기호식품을 말합니다.

### 대상 어린이 기호식품

간식용 : 하루 중 일반적으로 섭취하는 식사외의 식품

- ▶ 가공식품
  - 과자류 : 과자(한과류 제외), 캔디류, 빙과류
  - 빵류
  - 초콜릿류
  - 유가공품 : 가공유류, 발효유류(발효버터유, 발효유 분말 제외), 아이스크림류
  - 어육가공품 : 어육소시지
  - 음료류 : 과·채음료, 탄산음료, 유산균음료, 혼합음료
- ▶ 조리식품 : 제과·제빵류 및 아이스크림류

식사대용 : 하루 중 일반적으로 섭취하는 한 끼 식사를 대신할 수 있는 식품

- ▶ 가공식품
  - 면류(용기면에 한함) : 유당면류, 국수
  - 즉석섭취식품 : 김밥, 햄버거, 샌드위치
- ▶ 조리식품 : 햄버거, 피자

## 스마트폰으로 고열량·저영양 식품 판별하기

New 고열량·저영양 식품 알림-e 애플리케이션 따라하기

### 공통단계



- 앱스토어에서 'New 고열량·저영양 식품 알림-e'를 다운 받아요.



- 스마트폰을 들고 주변 슈퍼마켓으로 갑니다.



- 'New 고열량·저영양 식품 알림-e'를 실행해요.



- 첫 화면의 '식품판별', '제품명 검색' 또는 '바코드 인식'을 실행합니다.

### 1. 식품판별 단계별 화면



- 제품의 '식품유형'을 선택합니다.



- 검색하고자 하는 '제품명'과 함께 '회제공량'과 '총중량'을 표시합니다.



- 제품 포장지의 '영양성분표시'를 참고하여 '영양성분'을 입력합니다.



- 고열량·저영양 식품 판별

### 2. 바코드인식 단계별 화면



- 제품 옆면에 표기된 '바코드'를 카메라로 찍습니다.



- 고열량·저영양 식품 판별

### 3. 제품명검색 단계별 화면



- 검색하고자 하는 '제품명'을 입력하고 해당 제품군을 선택합니다.



- 고열량·저영양 식품 판별

[ 고열량·저영양 식품 목록 확인하기 ]

식품의약품안전처 홈페이지(www.mfds.go.kr) → 알림 → 공고 → '고열량'으로 검색하여 확인가능

[ 학교 매점과 우수판매업소에서는 고열량·저영양 식품을 판매할수 없습니다 ]