



보도 일시	2025. 7. 24.(목) 12:00 <7. 25.(금) 조간>	배포일	2025. 7. 23.(수)
담당 부서	생활환경시험국 식품미생물팀	담당자	이정빈 팀장(043-880-5871) 손지영 선임연구원(043-880-5877)

## 저당·제로 아이스크림 일반 아이스크림과 열량 유사한 제품도 있어 - 당알코올류 많은 제품은 섭취량 조절해야 -

최근 미식과 건강을 동시에 추구하는 웰빙 라이프 스타일이 확산됨에 따라 저당·제로 제품이 소비자들에게 관심을 받고 있다\*.

\* GS25, 저당아이스크림 매출 50% 급증(식품외식경제, 2025.4.18.)

한국소비자원(원장 윤수현)은 무더운 여름철을 맞아 소비자들이 즐겨 찾는 저당·제로 아이스크림\* 11개 제품을 시험했다. 그 결과, 당류는 없거나 함량이 매우 낮은 반면, 일부 초코바 제품의 경우 열량과 포화지방 함량은 일반 아이스크림과 비슷한 수준인 것으로 나타났다.

\* 설탕 대신 대체감미료를 사용해 당류 함량을 현격히 줄인 제품

또한 설탕 대신 사용한 대체감미료 중 당알코올류를 함유한 제품이 많았다. 해당 제품을 여러 개 섭취하면 설사, 복부 팽만감 등이 발생할 수 있어 섭취량 조절이 필요하다.

### [ 저당·제로 아이스크림 종류]

구분	초코바	모나카	파인트
예시	 초콜릿 코팅이 되어있는 제품	 과자 사이에 아이스크림이 충전된 제품	 뚜껑이 있는 용기에 담긴 제품

### [ 조사대상 제품 ]

구분	제품명	판매원	총내용량	가격*
초코바	보르 저당 쿠키 앤 버터바**	(주)버추어컴퍼니	85ml	3,000원***
	저당바닐라초코바	(주)라라스윗	90ml	2,200원
	제로 아이스 쿠키&크림바	롯데웰푸드(주)	80ml	1,800원
	제로윗 당제로 바닐라 바	(주)펠세스	85ml	3,500원
모나카	저당 모나카 솔티드 카라멜	(주)네이처라우드	140ml	2,146원***
	저당생우유모나카	(주)라라스윗	140ml	2,200원
	제로 밀크 모나카	롯데웰푸드(주)	140ml	1,800원
	제로윗 당제로 밀크바닐라 모나카	(주)펠세스	140ml	3,300원
파인트	강릉초당순두부 ZERO	제스트코(주)	474ml	9,900원***
	라이틀리 히말라야 핑크솔트바닐라	(주)대상	474ml	8,900원
	마이노멀 바닐라	(주)마이노멀컴퍼니	474ml	8,967원

\* 판매원에 확인한 가격으로 구입 시기, 장소 등에 따라 달라질 수 있음. \*\* 단종제품 \*\*\* 구입가격('25.3.)

## < 항목별 주요 시험평가 결과 >

### □ 당류 없거나 일반 아이스크림에 비해 매우 낮아 (세부내용, 9페이지)

조사대상 11개 중 ‘당류 제로’ 문구를 표시하고 광고한 5개\* 제품은 모두 당류를 함유하지 않았다. 그 외 6개 제품은 1일 영양성분기준치의 2%~4%(2g~4g\*\*)로 일반 아이스크림(18g\*\*\*)에 비해 매우 낮은 수준이었다.

\* ‘제로 아이스 쿠키&크림바(롯데월드푸드㈜)’, ‘제로릿 당제로 바닐라 바(주필세스)’, ‘제로 밀크 모나카(롯데월드푸드㈜)’, ‘제로릿 당제로 밀크바닐라 모나카(주필세스)’, ‘강릉초당순두부 ZERO(제스트코㈜)’

\*\* 초코바, 모나카는 1개(80ml~140ml), 파인트는 100ml(1회섭취참고량, 식품등의 표시기준, 식약처) 기준

\*\*\* 식품의약품안전처 식품영양성분 데이터베이스

### □ 일부 초코바 제품의 열량 및 포화지방 함량은 일반 아이스크림 수준 (세부내용, 10페이지)

조사대상 11개 제품의 열량은 57kcal~201kcal\*로 하루 에너지 필요 추정량\*\*의 3%~10% 수준이었다. 모나카(127kcal~161kcal)와 파인트(57kcal~111kcal) 제품은 일반 아이스크림(85ml, 190kcal)에 비해 열량이 낮은 편이었으나 초코바 제품(149kcal~201kcal)은 유사한 수준이었다.

\* 초코바, 모나카는 1개(80ml~140ml), 파인트는 100ml 기준

\*\* 19세~29세 여성 기준 하루 에너지 필요 추정량 2,000kcal(2020 한국인 영양소 섭취기준, 보건복지부)

‘제로 아이스 쿠키&크림바(롯데월드푸드㈜, 초코바)’ 제품의 열량이 201kcal(10%)로 가장 높았고 ‘라이틀리 히말라야 핑크솔트바닐라(주대상, 파인트)’ 제품이 57kcal(3%)로 가장 낮았다.

포화지방 함량은 2g~10g\*으로 1일 영양성분 기준치의 50%를 초과하는 제품도 있어 섭취에 주의가 필요하다.

\* 1일 영양성분기준치의 13%~67%

종류별로 살펴보면 초코바 제품의 포화지방 함량이 8g~10g으로 모나카(3g~5g)와 파인트(2g~7g)에 비해 상대적으로 높은 반면, 일반 아이스크림(85ml, 10g)과는 비슷한 수준으로 나타났다.

‘뵈르 저당 쿠키 앤 버터바(주버추어컴퍼니, 초코바)’ 제품이 1개(85ml) 기준 10g(67%)으로 포화지방을 가장 많이 함유했고, ‘라이틀리 히말라야 핑크솔트바닐라(주대상, 파인트)’ 제품은 2g(100ml 기준, 13%)으로 가장 적게 들어있었다.

□ **당알코올류, 아이스크림 1개에 최대 19% 함유돼 섭취량 조절 필요**  
(세부내용, 12페이지)

[ 당알코올류 ]

- 당알코올류는 소화되지 않고 대장까지 도달할 수 있어 장내 미생물의 불균형을 초래할 수 있고, 과다섭취 시 설사, 복부 팽만감, 가스 생성 등을 유발할 수 있어 과량 섭취하지 않도록 주의가 필요함.
- 에리스리톨 : 당알코올류 중 하나이고 0kcal이며, 소장에서 흡수되지만 대부분 소변으로 배출됨.
  - 에리스리톨의 완화효과 관련 최대무독성량(NOAEL)은 0.5g/kg · bw으로 60kg 기준 30g임.  
(Re-evaluation of erythritol (E 968) as a food additive, EFSA, 2023.)
- 말티톨 : 당알코올류 중 하나로 1g당 2.4kcal의 열량을 내며, 체내에서 약 40%~50%가 소장에서 흡수되고 일부분은 포도당으로 전환됨.

조사대상 11개 중 10개 제품이 대체감미료로 에리스리톨(8개 제품)과 말티톨(4개 제품) 등 당알코올류를 사용하고 있었다.

아이스크림 1개\* 기준으로 에리스리톨은 8개 제품에 각각 1g~8g, 말티톨은 4개 제품에 각각 6g~15g 함유되어 있으며, 제품별 당알코올류 함유율은 1%~19%인 것으로 나타났다.

\* 초코바, 모나카는 1개(80ml~140ml), 파인트는 100ml 기준

제품별로는 ‘제로윗 당제로 바닐라 바(주)펠세스 초코바’ 제품이 1개 기준 당알코올류를 16g(제품의 19%)으로 가장 많이 함유했고, ‘마이노멀 바닐라(주)마이노멀컴퍼니, 파인트’ 제품은 당알코올류가 들어있지 않았다.

당알코올류를 함유하는 제품은 과잉 섭취하면 설사, 복부 팽만감을 유발할 수 있어 섭취량 조절이 필요하다.

「식품 등의 표시·광고에 관한 법률\*」에 따르면 당알코올류를 10% 이상 함유하는 제품은 과량 섭취 시 설사를 일으킬 수 있다는 주의문구를 표시해야 하는데, 조사대상 제품 모두 관련 법률을 준수하고 있었다.

\* 식품등의 표시·광고에 관한 법률 시행규칙, 식품의약품안전처 총리령 제2004호(2026년1.1.시행)

저당·제로 아이스크림에는 당알코올류 외에도 알룰로오스 및 수크랄로스 등의 대체감미료가 사용되고 있었다.

[ 제품별 대체감미료 시험결과 ]

구분	제품명	판매원	기준 내용량	알룰로 오스	수크랄 로스	당알코올류 시험결과			
						에리스리톨	말티톨	총사용량	총사용량 비율
1	제로윗 당제로 바닐라 바	(주)펠세스	85ml	1g	-*	2g	14g	16g	19%(w/v)**
2	제로 아이스 쿠키&크림바	롯데월드푸드(주)	80ml	-	0.01g	-	13g	13g	16%(w/v)
3	보르 저당 쿠키 앤 버터바	(주)버추어컴퍼니	85ml	2g	0.03g	5g	6g	11g	13%(w/v)
4	제로 밀크 모나카	롯데월드푸드(주)	140ml	-	-	-	15g	15g	11%(w/v)
5	강릉초당순두부 ZERO	제스트코(주)	100ml	2g	0.01g	8g	-	8g	8%(w/v)
6	저당바닐라초코바	(주)라라스윗	90ml	3g	-	6g	-	6g	7%(w/v)
7	제로윗 당제로 밀크바닐라 모나카	(주)펠세스	140ml	4g	0.01g	4g	-	4g	3%(w/v)
8	저당 모나카 솔티드 카라멜	(주)네이처라우드	140ml	2g	0.02g	3g	-	3g	2%(w/v)
9	저당생우유모나카	(주)라라스윗	140ml	2g	-	3g	-	3g	2%(w/v)
10	라이틀리 히말라야 핑크솔트바닐라	(주)대상	100ml	1g	0.02g	1g	-	1g	1%(w/v)
11	마이노멀 바닐라	(주)마이노멀컴퍼니	100ml	4g	-	-	-	-	-

\* 사용하지 않거나 검출되지 않음.

\*\* w/v : 부피 대비 중량 비율

□ 위생·안전성 전 제품 적합 (세부내용, 14페이지)

한편 위생·안전성 시험 결과, 세균수와 식중독을 유발할 수 있는 대장균군 및 병원성 미생물\*은 모든 제품에서 검출되지 않았다.

\* 리스테리아 모노사이토제네스, 장출혈성 대장균, 황색포도상구균

가격의 경우, 조사대상 제품 100ml당 1,286원~4,118원으로 제품 간 최대 3.2배 차이가 났다.

한국소비자원은 “여름철에 소비량이 많은 제품과 관련된 시험을 통해 소비자 건강과 안전에 도움이 되는 정보를 다양하게 알리고 있다.” 며 “대체감미료가 아이스크림 뿐 아니라 최근 과자류, 소스류, 간편식 등 다양한 식품에 사용되고 있는 만큼 식품의약품 안전처에 대체감미료 사용 및 섭취 실태조사를 건의할 예정이다.” 라고 밝혔다.

# 저당·제로 아이스크림 구매·선택 가이드 (2025. 7)

\* 시험대상 모든 제품(11개)이 포함된 보도자료 종합결과표(품질, 안전성, 가격 등)의 결과를 꼼꼼히 비교한 후 선택하세요.

구매선택 가이드  
게시판



## 영양성분

## 열량이 낮은 제품

### 영양정보

총 내용량

총내용량당 1일 영양성분  
기준치에 대한 비율

열량

포화지방



제품명	라이플리 히말라야 핑크솔트바닐라	강릉초당순두부 ZERO
판매원	(주)대상	제스트코(주)
제품사진		
열량 (하루 에너지 필요 추정량 대비 비율)	57kcal/100mL (3%)	87kcal/100mL (4%)

## 포화지방 낮은 제품

제품명	라이플리 히말라야 핑크솔트바닐라	제로 밀크 모나카
판매원	(주)대상	롯데웰푸드(주)
제품사진		
포화지방 함량 (1일 영양성분 기준치 대비 비율)	2g/100mL (13%)	3g/1개 (20%)

## 설탕 대체 감미료

## 당알코올류 함량이 적은 제품



제품명	마이노밀 바닐라	라이플리 히말라야 핑크솔트바닐라
판매원	(주)마이노밀컴퍼니	(주)대상
제품사진		
제품 중 당알코올 함량(%)	0%	1%

\* 당알코올류란? 설탕보다 당도와 열량이 낮아 대체감미료로 많이 사용되며, 과량을 섭취하면 일부 민감한 사람들에게 설사를 유발할 수 있습니다.

## 가성비

## 가격이 저렴한 제품



제품명	제로 밀크 모나카	저당 모나카 솔티드 카라멜
판매원	롯데웰푸드(주)	(주)네이처라우드
제품사진		
가격/100mL	1,286원	1,533원

\* 판매원에 확인한 제품 판매 가격(2025.6.)



구매·선택 가이드  
소비자시대 뉴스레터  
팝인 구독신청



한국소비자원은 앞으로도 소비자의 합리적인 소비생활을 지원하기 위해 다양한 식품의 품질과 안전성 정보를 ‘소비자24(www.consumer.go.kr)’를 통해 제공할 예정이다.

- <붙임> 1. 저당·제로 아이스크림 주요 시험평가 결과  
2. 저당·제로 아이스크림 구매 및 섭취 가이드  
3. 저당·제로 아이스크림 종합결과표



# [붙임 1] 저당·제로 아이스크림 주요 시험평가 결과

## 1 시험평가 대상

□ (시험대상) 시중 유통·판매 중인 저당·제로 아이스크림 11개

- 초코바 4개·모나카 4개·파인트 3개 등 총 11개
- ※ 국내 오프라인·국내 포털사이트 시장현황 반영(25.2.)

[ 조사대상 제품 ]

구분	종류	제품명	판매원	제조원	내용량
1	초코바	보르 저당 쿠키 앤 버터바 <sup>1)</sup>	(주)버추어컴퍼니	(주)에버스톤	85mℓ
2		저당바닐라초코바	(주)라라스윗	홍영식품(주)	90mℓ
3		제로 아이스 쿠키&크림바	롯데웰푸드(주)	동그린(주)	80mℓ
4		제로윗 당제로 바닐라 바	(주)펠세스	동그린(주)	85mℓ
5	모나카 <sup>2)</sup>	저당 모나카 솔티드 카라멜	(주)네이처라우드	(주)서주	140mℓ
6		저당생우유모나카	(주)라라스윗	홍영식품(주)	140mℓ
7		제로 밀크 모나카	롯데웰푸드(주)	홍영식품(주)	140mℓ
8		제로윗 당제로 밀크바닐라 모나카	(주)펠세스	(주)삼우냉동	140mℓ
9	파인트 <sup>3)</sup>	강릉초당순두부 ZERO	제스트코(주)	(주)어니스트에프앤티 농업회사법인	474mℓ
10		라이틀리 히말라야 핑크솔트바닐라	(주)대상	서주푸드(주)	474mℓ
11		마이노멀 바닐라	(주)마이노멀컴퍼니	(주)흥국에프엔비	474mℓ

※ 종류별 제품명 가나다순

- 1) 해당 제품은 현재 판매 중단됨.
- 2) 과자 두 장 사이에 아이스크림이 충전된 제품
- 3) 뚜껑이 있는 용기에 담아 파는 아이스크림(파인트는 부피 단위로 0.47ℓ에 해당함.)

## 2

## 시험평가 항목 및 방법

- (시험항목) ① 품질(영양성분, 대체감미료), ② 안전성(미생물, 이물), ③ 표시 적합성(영양성분, 소비자 주의사항 표시), ④ 가격 등 조사

### [ 시험항목 및 내용 ]

주요 시험항목		시험 내용	평가기준
① 품질	영양성분	영양성분 함량 평가 - 열량, 당류, 탄수화물, 단백질, 지방, 포화지방	한국인 영양소 섭취기준 (보건복지부, 2020) 식품 등의 표시·광고에 관한 법률 시행규칙 (식품의약품안전처, 2024)
	대체 감미료	대체감미료 함량 분석 - 당알코올(에리스리톨, 말티톨), 알룰로오스, 수크랄로스	
② 안전성	미생물	세균수, 대장균군 및 식중독균(장출혈성 대장균, 리스테리아 모노사이토제네스, 황색포도상구균) 오염 여부 확인	식품의 기준 및 규격 (식품의약품안전처, 2024)
	이물	이물 혼입 여부 확인	식품 중 이물 판별 매뉴얼 (식품의약품안전평가원, 2016)
③ 표시실태	내용량	내용량 표시량과 실제 함량 확인	식품 등의 표시기준 (식품의약품안전처, 2025)
	소비자 주의사항	섭취 관련 소비자 주의사항 문구 표시 확인	제품 표시 및 자료 확인
	온라인물	온라인물 제품 정보 표시 확인	
④ 가격		제품 가격 정보 제공	

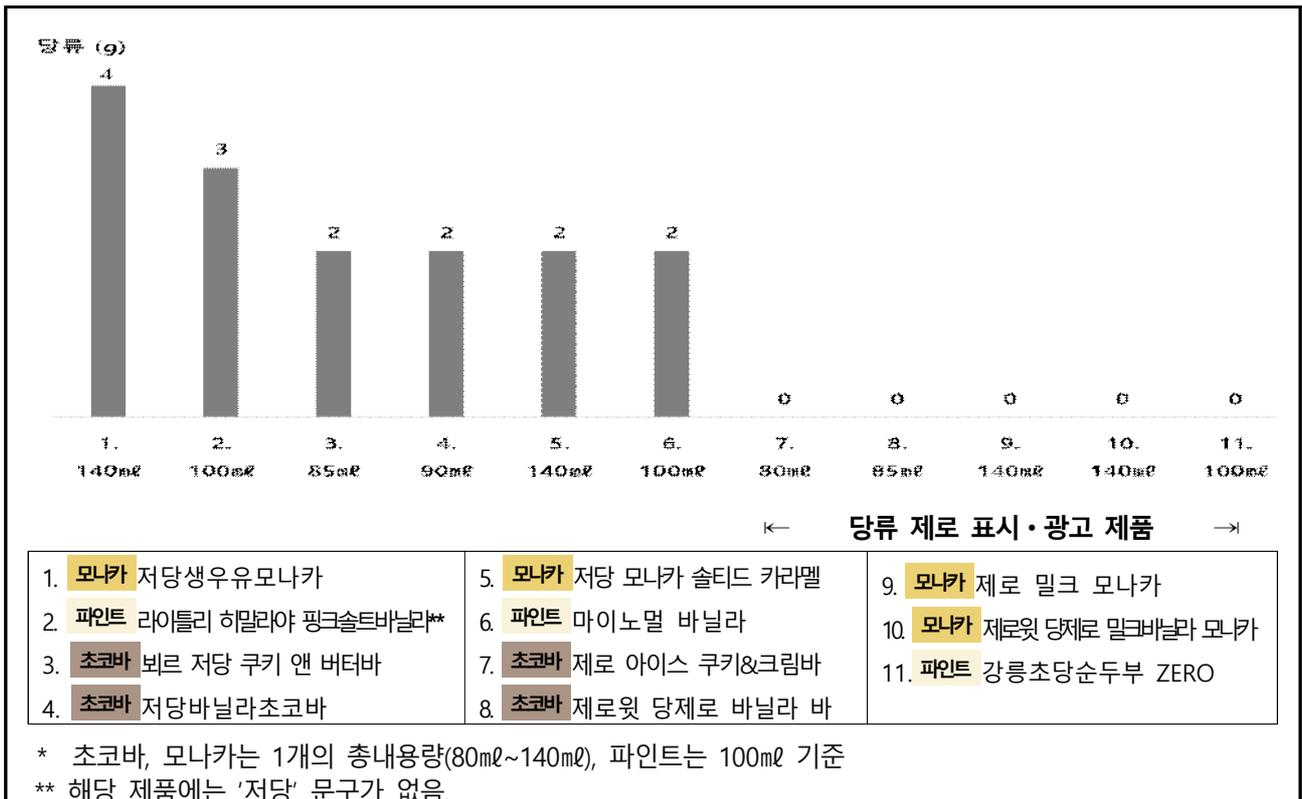
## 가. 품질

## □ 당류 없거나 일반 아이스크림에 비해 매우 낮아

- (당류) 조사대상 11개 제품의 당류 함량은 0g~4g(1일 영양성분 기준치의 0%~4%)으로 당류를 함유하지 않거나 함량이 매우 낮은 편임.
  - '당류 제로' 문구를 표시·광고한 5개\* 제품 모두 당류를 함유하지 않아 관련 기준\*\*에 적합함.
    - \* '제로 아이스 쿠키&크림바(롯데월드푸드㈜)', '제로윗 당제로 바닐라 바(㈜펠세스)', '제로 밀크 모나카(롯데월드푸드㈜)', '제로윗 당제로 밀크바닐라 모나카(㈜펠세스)', '강릉초당순두부 ZERO(제스트코㈜)'
    - \*\* 식품 등의 표시기준, 식약처 고시 제2025-27호
  - 그 외 6개 제품은 2g~4g의 당류를 함유하며, 일반 아이스크림(18g\*) 대비 낮은 수준임.

\* 식품의약품안전처 식품영양성분 데이터베이스

## [ 당류 시험 결과 ]



※ 「식품등의 표시기준」에 따르면, 무당, 무가당 강조표시 제품은 강조표시 옆에 '감미료 함유' 정보 및 '총 내용량에 해당하는 열량' 정보를 표시해야 함(식약처 고시 제2024-41호, 2026년 1월 1일 시행 예정).

□ 일부 제품의 열량 및 포화지방 함량은 일반 아이스크림과 비슷한 수준

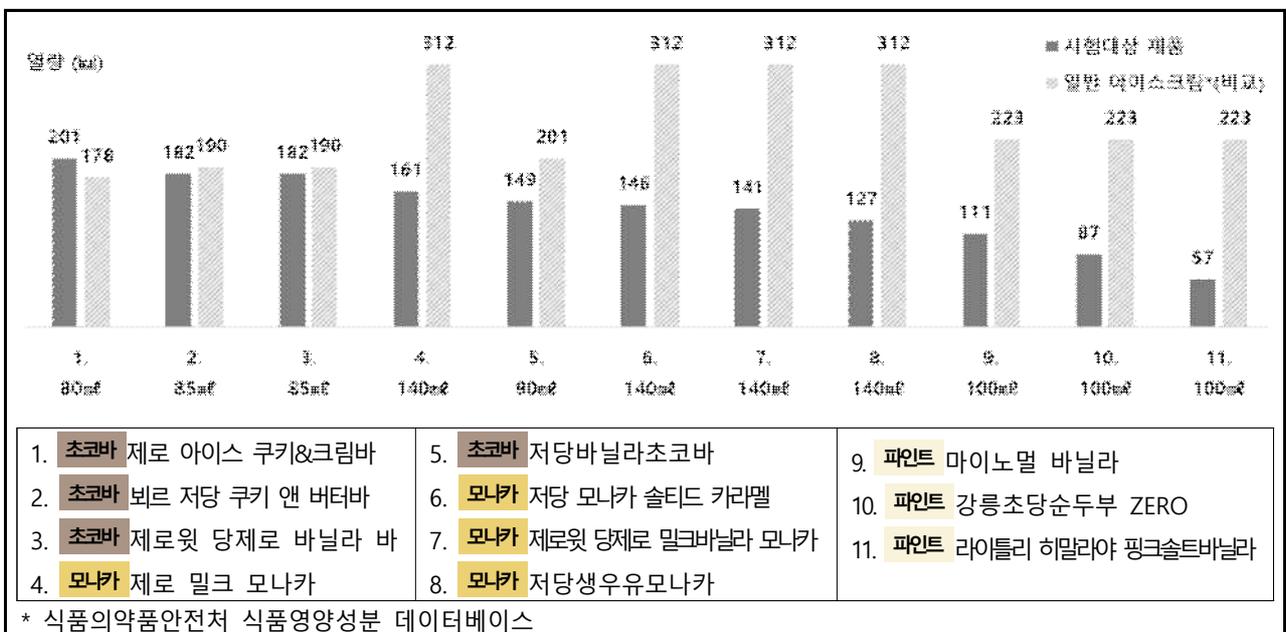
○ (열량) 조사대상 제품의 열량은 57kcal~201kcal\*로 하루 에너지 필요 추정량\*\*의 3%~10%에 해당하며, 초코바 제품의 열량이 149kcal~201kcal로 모나카(127kcal~161kcal), 파인트(57kcal~111kcal) 제품보다 상대적으로 높고 일반 아이스크림과 비슷한 수준임.

\* 초코바, 모나카는 1개의 총내용량(80ml~140ml), 파인트는 100ml 기준

\*\* 19세~29세 여성 기준 하루 에너지 필요 추정량 2,000kcal(2020 한국인 영양소 섭취기준, 보건복지부)

- ‘제로 아이스 쿠키&크림바(롯데웰푸드(주), 초코바)’ 제품이 201kcal(10%)로 가장 높고 ‘라이틀리 히말라야 핑크솔트바닐라(주대상, 파인트)’ 제품이 57kcal(3%)로 가장 낮음.

[ 열량 시험 결과 ]



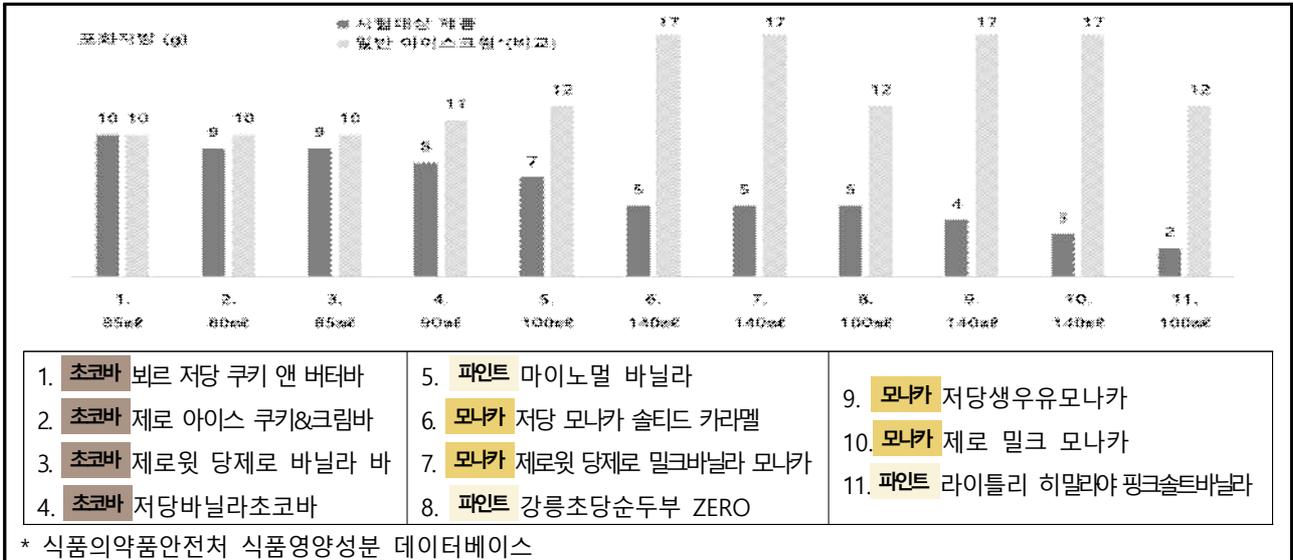
○ (지방) 지방 함량은 2g~14g(4%~26%)이고, 초코바 제품의 지방 함량은 13g~14g으로 모나카(5g~9g) 및 파인트(2g~8g)에 비해 상대적으로 높은 반면 일반 아이스크림의 지방 함량(14g)과는 유사한 수준임.

- ‘보르 저당 쿠키 앤 버터바(주버추어컴퍼니, 초코바)’, ‘제로 아이스 쿠키&크림바(롯데웰푸드(주), 초코바)’ 제품이 14g으로 가장 많고 ‘라이틀리 히말라야 핑크솔트 바닐라(주대상, 파인트)’ 제품이 2g으로 가장 적음.

○ (포화지방) 포화지방 함량은 2g~10g(1일 영양성분 기준치의 13%~67%)으로 다른 영양성분에 비해 상대적으로 높아 섭취량을 조절할 필요가 있음.

- 초코바 아이스크림의 포화지방 함량은 8g~10g으로 모나카(3g~5g), 파인트(2g~7g)에 비해 상대적으로 높은 편임.
- ‘보르 저당 쿠키 앤 버터바(주버추어컴퍼니, 초코바)’ 제품이 10g으로 가장 많고 ‘라이틀리 히말라야 핑크솔트바닐라(주대상, 파인트)’ 제품이 2g으로 가장 적음.

[ 포화지방 시험 결과 ]



- (탄수화물) 탄수화물 함량은 13g~33g(4%~10%)이며, 모나카 제품이 20g~33g, 초코바 17g~25g, 파인트 13g~15g으로 모나카 아이스크림의 경우 과자류를 함유해 탄수화물 함량이 상대적으로 높은 편임.
- (단백질) 단백질 함량은 1g~4g으로 일반 아이스크림(2g)과 유사한 수준임.

[ 영양성분 시험 결과 ]

1일 영양성분 기준치			54g	324g	55g
종류	제품명	기준 내용량 <sup>1)</sup>	지방	탄수화물	단백질
초코바	보르 저당 쿠키 앤 버터바	85ml	14g (26%) <sup>2)</sup>	21g (6%)	3g (5%)
	저당바닐라초코바	90ml	13g (24%)	17g (5%)	2g (4%)
	제로 아이스 쿠키&크림바	80ml	14g (26%)	22g (7%)	2g (4%)
	제로윗 당제로 바닐라 바	85ml	13g (24%)	25g (8%)	1g (2%)
모나카	저당 모나카 솔티드 카라멜	140ml	8g (15%)	23g (7%)	3g (5%)
	저당생우유모나카	140ml	7g (13%)	20g (6%)	4g (7%)
	제로 밀크 모나카	140ml	5g (9%)	33g (10%)	2g (4%)
	제로윗 당제로 밀크바닐라 모나카	140ml	9g (17%)	27g (8%)	1g (2%)
파인트	강릉초당순두부 ZERO	100ml	7g (13%)	15g (5%)	3g (5%)
	라이틀리 히말라야 핑크솔트바닐라	100ml	2g (4%)	13g (4%)	2g (4%)
	마이노멀 바닐라	100ml	8g (15%)	14g (4%)	2g (4%)
일반 아이스크림 <sup>3)</sup>		100ml	14g (26%)	21g (6%)	2g (4%)

1) 초코바, 모나카는 1개의 총내용량(80ml~140ml), 파인트는 100ml 기준  
 2) 1일 영양성분 기준치 대비 비율(식품등의 표시·광고에 관한 법률 시행규칙 별표5)  
 3) 식품의약품안전처 식품영양성분 데이터베이스

□ **당알코올류, 아이스크림 1개에 최대 19% 함유돼 섭취량 조절 필요**

- 조사대상 11개 제품에 에리스리톨(8개 제품), 말티톨(4개 제품), 알룰로오스(9개 제품), 수크랄로스(6개 제품) 등의 대체감미료가 사용됨.
- (당알코올류) 조사대상 11개 제품 중 10개\* 제품에 당알코올류에 속하는 에리스리톨, 말티톨이 사용되었고, 총 1g~16g\*\*을 함유함.
  - \* `마이노멀 바닐라(㈜마이노멀컴퍼니)` 제품은 당알코올을 함유하지 않음.
  - \*\* 초코바, 모나카는 1개의 총내용량(80ml~140ml), 파인트는 100ml 기준

※ **당알코올류** : 청량한 단맛을 내는 감미료로 설탕보다 당도와 열량이 낮아 대체감미료로 사용됨.  
 - **에리스리톨** : 당알코올류 중 하나로 0kcal이며, 소장에서 흡수되지만 대부분 소변으로 배출됨.  
 - **말티톨** : 당알코올류 중 하나로 1g당 2.4kcal의 열량을 냄. 약 40%~50%가 체내 소장에서 흡수되며, 일부분은 포도당으로 전환됨.

- (당알코올류 총사용량) 당알코올류 총사용량은 10개 제품에 1%~19% 사용되었고, 4개 제품\*은 당알코올 주의 표시 의무 기준\*\*인 ‘제품의 10% 이상’을 함유하고 있어 섭취량 조절 필요
  - \* `보르 저당 쿠키 앤 버터바(㈜버추어컴퍼니)`, `제로 아이스 쿠키&크림바(롯데웰푸드㈜)`, `제로윗 당제로 바닐라 바(㈜펠세스)`, `제로 밀크 모나카(롯데웰푸드㈜)`
  - \*\* 식품 등의 표시·광고에 관한 법률 시행규칙(식품의약품안전처 총리령 제2004호, 2026. 1. 1. 시행)
- 당알코올의 총사용량은 ‘제로윗 당제로 바닐라 바(㈜펠세스, 초코바)’ 제품이 16g(제품의 19%)으로 가장 함량이 많고, ‘라이틀리 히말라야 핑크솔트바닐라(㈜대상, 파인트)’ 제품이 1g(제품의 1%)으로 가장 적음.
- (에리스리톨) 8개 제품에 사용되었고 1g~8g을 함유하며, ‘강릉초당순두부 ZERO(제스트코(주), 파인트)’ 제품이 100ml당 8g(제품의 8%)으로 가장 많이 함유함.
- (말티톨) 4개 제품에 사용되었고 6g~15g을 함유하며, ‘제로 밀크 모나카(롯데웰푸드(주))’ 제품이 100ml당 15g(제품의 11%)으로 가장 많이 함유함.

※ 당알코올류를 10% 이상 함유한 제품에는 당알코올의 종류 및 함량을 표시해야하며, 명확히 주의문구(예 : 과량 섭취 시 설사를 일으킬 수 있습니다.)를 표시하도록 함 (식품등의 표시·광고에 관한 법률 시행규칙, 총리령 제2004호, 2026. 1. 1. 시행).  
 ※ 당알코올류는 소화되지 않고 대장까지 도달할 수 있어 장내 미생물의 불균형을 초래할 수 있고, 과다 섭취 시 설사, 복부 팽만감, 가스 생성 등을 유발할 수 있어 과량 섭취하지 않도록 주의가 필요함.

- 당알코올을 사용한 10개 제품 모두 섭취 시 주의사항(과량 섭취 시 설사를 일으킬 수 있습니다.)을 표시해 관련 기준\*에 적합함.
  - \* 식품 등의 표시·광고에 관한 법률 시행규칙, 식품의약품안전처 총리령 제2004호

○ (알룰로오스) 과당(Fructose)의 이성질체로 건포도, 무화과 등에 소량 존재하는 당류이며, 설탕의 50%~70%의 단맛을 가지는 식품 원료임.

- 조사대상 11개 중 9개 제품에 1g~4g\*을 함유함.

\* 초코바, 모나카는 1개의 총내용량(80ml~140ml), 파인트는 100ml 기준

○ (수크랄로스) 설탕의 600배의 단맛을 내는 고감미도 감미료(식품첨가물)로 일일섭취 허용량(ADI)은 15mg/kg·bw/day이고 아이스크림에는 사용기준(0.58g/kg)이 정해져 있음.

\* 식품첨가물의 기준 및 규격, 식약처 고시 제2025-15호

- 조사대상 11개 중 6개 제품에 함유되었고 관련 기준에 적합함.

[ 대체감미료 시험 결과 ]

구분	제품명	판매원	기준 내용량 <sup>1)</sup>	알룰로 오스	수크랄 로스	당알코올류 시험결과			
						에리스리톨	말티톨	총사용량	총사용량 비율
1	제로윗 당제로 바닐라 바	(주)필세스	85ml	1g	- <sup>2)</sup>	2g	14g	16g	19%(w/v) <sup>3)</sup>
2	제로 아이스 쿠키&크림바	롯데웰푸드(주)	80ml	-	0.01g	-	13g	13g	16%(w/v)
3	빅스 저당 쿠키 앤 버터바	(주)버추어컴퍼니	85ml	2g	0.03g	5g	6g	11g	13%(w/v)
4	제로 밀크 모나카	롯데웰푸드(주)	140ml	-	-	-	15g	15g	11%(w/v)
5	강릉초당순두부 ZERO	제스트코(주)	100ml	2g	0.01g	8g	-	8g	8%(w/v)
6	저당바닐라초코바	(주)라라스윗	90ml	3g	-	6g	-	6g	7%(w/v)
7	제로윗 당제로 밀크바닐라 모나카	(주)필세스	140ml	4g	0.01g	4g	-	4g	3%(w/v)
8	저당 모나카 솔티드 카라멜	(주)네이처라우드	140ml	2g	0.02g	3g	-	3g	2%(w/v)
9	저당생우유모나카	(주)라라스윗	140ml	2g	-	3g	-	3g	2%(w/v)
10	라이틀리 히말라야 핑크솔트바닐라	(주)대상	100ml	1g	0.02g	1g	-	1g	1%(w/v)
11	마이노멀 바닐라	(주)마이노멀컴퍼니	100ml	4g	-	-	-	-	-

1) 초코바, 모나카는 1개의 총내용량(80ml~140ml), 파인트는 100ml 기준

2) 사용하지 않거나 검출되지 않음.

3) w/v : 부피 대비 중량 비율

□ 위생·안전성 시험결과, 전 제품이 관련 기준에 적합

- (이물 및 미생물) 조사대상 전 제품에서 이물이 검출되지 않았으며, 위생·안전성 확인을 위해 세균수, 대장균군 및 식중독균\*을 시험한 결과, 시험대상 전 제품이 관련 기준에 적합함.

\* 리스테리아 모노사이토제네스, 장출혈성 대장균, 황색포도상구균

□ 가격은 100ml 기준 최대 3.2배 차이나

- 조사대상 제품 100ml당 가격은 1,286원~4,118원으로 제품 간 최대 3.2배 차이 남.
- 제품 종류별 100ml당 가격은 초코바가 2,250원~4,118원으로 모나카(1,286원~2,357원), 파인트(1,878원~2,089원)보다 비싼 편임.
- 제품 종류별 1개 기준 가격은 초코바는 최대 1.9배, 모나카는 최대 1.8배 차이가 나고 파인트는 가격 차이가 미미함.

[ 조사대상 제품 가격 ]

종류	제품명	판매원	내용량	가격 <sup>1)</sup>	
				1개 당	100ml 당
초코바	제로 아이스 쿠키&크림바	롯데웰푸드(주)	80ml	1,800원	2,250원
	저당바닐라초코바	(주)라라스윗	90ml	2,200원	2,444원
	보르 저당 쿠키 앤 버터바	(주)버추어컴퍼니	85ml	3,000원 <sup>2)</sup>	3,529원
	제로잇 당제로 바닐라 바	(주)필세스	85ml	3,500원	4,118원
모나카	제로 밀크 모나카	롯데웰푸드(주)	140ml	1,800원	1,286원
	저당 모나카 솔티드 카라멜	(주)네이처라우드	140ml	2,146원 <sup>2)</sup>	1,533원
	저당생우유모나카	(주)라라스윗	140ml	2,200원	1,571원
	제로잇 당제로 밀크바닐라 모나카	(주)필세스	140ml	3,300원	2,357원
파인트	라이틀리 히말라야 핑크솔트바닐라	(주)대상	474ml	8,900원	1,878원
	마이노멀 바닐라	(주)마이노멀컴퍼니	474ml	8,967원	1,892원
	강릉초당순두부 ZERO	제스트코(주)	474ml	9,900원 <sup>2)</sup>	2,089원

1) 종류별 개당 가격 낮은 순, 판매원 확인 가격(25.6.)  
2) 구입가격

## <붙임2> 저당·제로 아이스크림 구매 및 섭취 가이드

### ◆ 구매 시 확인사항

#### 1. 제품의 외관을 확인하고 구매하세요.

- ▶ 포장지가 손상된 제품의 경우, 제품 변질 우려가 있으니 확인하고 구매하세요.
- ▶ 제품의 모양이 심하게 변한 경우, 해동 후 재냉동되었을 우려가 있으니 확인해주세요.

#### 2. 적절한 보관온도(냉동)에서 보관하세요.

- ▶ 온라인 구매 시에는 배송 후 제품을 실온에 오래 보관하지 말고, 즉시 보관온도(영하 18℃ 이하)에 따라 올바르게 보관하세요.

### ◆ 섭취 시 주의사항

#### 1. 제품의 영양성분을 확인하고 드세요.

- ▶ 저당·제로 아이스크림 종류별로 영양성분 함량에 차이가 있어요.

**열량** 초코바 149kcal~201kcal(1일 영양성분 기준치의 7%~10%), 모나카 127kcal~161kcal(6%~8%), 파인트 57kcal~111kcal(3%~6%)로 초코바 아이스크림의 열량이 상대적으로 높음.

**포화지방** 초코바 8g~10g(1일 영양성분 기준치의 53%~67%), 모나카 3g~5g(20%~33%), 파인트 2g~7g(13%~47%)으로 초코바 아이스크림의 포화지방 함량이 상대적으로 높음.

- ▶ 조사결과, 저당·제로 아이스크림 1개로 1일 영양성분 기준치의 최대 67%의 포화지방을 섭취할 수 있으니 주의하세요.

#### 2. 제품의 대체감미료 함량을 확인하세요.

- ▶ 당알코올을 과다 섭취하지 않도록 주의해요.

⇒ 제품 구매 시 영양정보표와 원재료명에서 사용된 대체감미료를 확인할 수 있어요.

⇒ 당알코올류를 과다 섭취할 경우, 일부 민감한 사람들에게 복통·설사를 유발할 수 있으니 함량 확인이 필요해요.

#### 3. 내용량이 큰 아이스크림의 경우, 먹을 양만큼 덜고 남은 제품은 냉동보관 하세요.

※ 소비자 피해가 발생하면, '소비자24 열린소비자포털(모바일 앱, [www.consumer.go.kr](http://www.consumer.go.kr))'을 통해 거래내역, 증빙서류 등을 갖추어 온라인 상담 또는 피해구제를 신청할 수 있습니다.

### <붙임3> 저당·제로 아이스크림 종합결과표

유형	제품명	판매원	영양성분						대체감미료				안전성 (이물 및 미생물 <sup>주1)</sup> )	내용량	가격 <sup>주2)</sup>
			열량	탄수화물	당류	지방	포화지방	단백질	에리스리톨	말티톨	알룰로오스	수크랄로스			
초코바	 보르 저당 쿠키 앤 버터바	(주)버추어컴퍼니	182kcal (9%) <sup>주3)</sup>	21g (6%) <sup>주4)</sup>	2g (2%)	14g (26%)	10g (67%)	3g (5%)	5g	6g	2g	0.03g	적합	85mℓ	3,000원*
	 저당바닐라 초코바	(주)라라스윗	149kcal (7%)	17g (5%)	2g (2%)	13g (24%)	8g (53%)	2g (4%)	6g	- <sup>주5)</sup>	3g	-	적합	90mℓ	2,200원
	 제로 아이스 쿠키&크림바	롯데윌푸드(주)	201kcal (10%)	22g (7%)	0g (0%)	14g (26%)	9g (60%)	2g (4%)	-	13g	-	0.01g	적합	80mℓ	1,800원
	 제로윗 당제로 바닐라 바	(주)펠세스	182kcal (9%)	25g (8%)	0g (0%)	13g (24%)	9g (60%)	1g (2%)	2g	14g	1g	-	적합	85mℓ	3,500원
모나카	 저당 모나카 슬티드 카라멜	(주)네이처라우드	146kcal (7%)	23g (7%)	2g (2%)	8g (15%)	5g (33%)	3g (5%)	3g	-	2g	0.02g	적합	140mℓ	2,146원*
	 저당생우유 모나카	(주)라라스윗	127kcal (6%)	20g (6%)	4g (4%)	7g (13%)	4g (27%)	4g (7%)	3g	-	2g	-	적합	140mℓ	2,200원

※ 초코바, 모나카는 1개의 총내용량(80mℓ~140mℓ), 파인트는 100mℓ 기준

주1) 이물 및 미생물(세균수, 대장균군, 장출혈성 대장균, 리스테리아 모노사이토제네스, 황색포도상구균) 시험

주2) 판매원 확인(2025. 6.) 가격으로 구입 시기 및 장소 등에 따라 달라질 수 있음. \*구입가격(25.3.)

주3) 1일 에너지 필요 추정량 대비 비율(19세~29세 여성 기준 2,000kcal 2020 한국인 영양소 섭취기준, 보건복지부)

주4) 1일 영양성분 기준치 대비 비율(식품등의 표시·광고에 관한 법률 시행규칙 별표5)

주5) - : 함유하지 않거나 검출되지 않음.

유형	제품명	판매원	영양성분						대체감미료				안전성 (이물 및 미생물 <sup>주1)</sup> )	내용량	가격 <sup>주2)</sup>
			열량	탄수화물	당류	지방	포화지방	단백질	에라트리톨	말티톨	알룰로스	수크랄로스			
모나카	 제로 밀크 모나카	롯데월드푸드(주)	161kcal (8%) <sup>주3)</sup>	33g (10%) <sup>주4)</sup>	0g (0%)	5g (9%)	3g (20%)	2g (4%)	- <sup>주5)</sup>	15g	-	-	적합	140mℓ	1,800원
	 제로윗 당제로 밀크바닐라 모나카	(주)펠세스	141kcal (7%)	27g (8%)	0g (0%)	9g (17%)	5g (33%)	1g (2%)	4g	-	4g	0.01g	적합	140mℓ	3,300원
파인트	 강릉초당순두부 ZERO	제스트코(주)	87kcal (4%)	15g (5%)	0g (0%)	7g (13%)	5g (33%)	3g (5%)	8g	-	2g	0.01g	적합	474mℓ	9,900원*
	 라이틀리 히말라야 핑크솔트바닐라 <sup>주6)</sup>	(주)대상	57kcal (3%)	13g (4%)	3g (3%)	2g (4%)	2g (13%)	2g (4%)	1g	-	1g	0.02g	적합	474mℓ	8,900원
	 마이노멀 바닐라	(주)마이노멀컴퍼니	111kcal (6%)	14g (4%)	2g (2%)	8g (15%)	7g (47%)	2g (4%)	-	-	4g	-	적합	474mℓ	8,967원

※ 초코바, 모나카는 1개의 총내용량(80mℓ~140mℓ), 파인트는 100mℓ 기준

주1) 이물 및 미생물(세균수, 대장균군, 장출혈성 대장균, 리스테리아 모노사이토제네스, 황색포도상구균) 시험

주2) 판매원 확인(2025. 6.) 가격으로 구입 시기 및 장소 등에 따라 달라질 수 있음. \*구입가격(25.3.)

주3) 1일 에너지 필요 추정량 대비 비율(19세~29세 여성 기준 2,000kcal) 2020 한국인 영양소 섭취기준, 보건복지부

주4) 1일 영양성분 기준치 대비 비율(식품등의 표시·광고에 관한 법률 시행규칙 별표5)

주5) - : 함유하지 않거나 검출되지 않음.

주6) 해당 제품에는 '저당' 문구가 없음.