

보도 일시	2026. 5. 28.(목) 12:00 <5. 29.(금) 조간>	배포일	2026. 5. 27.(수)
담당 부서	생활환경시험국 식품미생물팀	담당자	이정빈 팀장(043-880-5871) 한샘 책임연구원(043-880-5875)

[프랜차이즈 카페 차음료 품질비교 결과]

말차/녹차라떼 · 밀크티 카페인 함량 최대 4배 차이나

'프랜차이즈 카페 차음료'에 관한 가격·품질 비교정보는 '소비자24(www.consumer.go.kr)' 내 '비교공감란'을 통해 소비자에게 제공될 예정입니다.

카페 문화가 대중화되고 메뉴도 다양해지면서 밀크티와 같이 차별화된 맛과 풍미를 갖춘 차음료에 대한 소비자 관심이 높아지고 있다. 이에 한국소비자원(원장 윤수현)은 프랜차이즈 카페에서 판매하는 차음료 12개(말차/녹차라떼 6개·밀크티 6개)의 품질과 안전성을 시험하고 표시실태 및 가격 등을 조사했다.

시험 결과 1잔당 카페인 함량은 45 ~ 172mg으로 제품 간 최대 4배 차이가 있었고 당류 및 포화지방 함량은 각각 1일 영양성분 기준치의 26 ~ 55%, 33 ~ 79%로 높아, 여러 잔 섭취하면 기준치를 초과할 수 있어 주의가 필요했다. 또한 내용량은 동일 브랜드·제품 내에서 차이가 있어, 일정한 맛과 양의 음료를 제공하기 위한 업체의 세심한 관리가 필요했다.

일회용컵 사용 저감을 위해 일부 브랜드는 텀블러 이용 시 가격을 할인해 주거나 포인트를 적립해 주는 등 소비자에게 친환경 혜택을 제공하고 있었다.

<시험대상 제품>

유형	브랜드명	상호명	제품명	사이즈 ¹⁾	1잔 가격
말차/녹차라떼	메가MGC커피	(주)엠지씨글로벌	녹차라떼	구분없음	3,500원
	빽다방	(주)더본코리아	말차라떼	구분없음	3,800원
	스타벅스	(주)에스씨케이컴퍼니	제주 말차 라떼	톨(tall)	6,100원
	이디야커피	(주)이디야	말차라떼	라지(large)	4,500원
	컴포즈커피	주식회사 컴포즈커피	그린티라떼	구분없음	3,500원
	투스썸플레이스	투스썸플레이스(주)	그린티 라떼	레귤러(regular)	5,200원
밀크티	메가MGC커피	(주)엠지씨글로벌	로얄밀크티라떼	구분없음	3,700원
	빽다방	(주)더본코리아	밀크티	구분없음	3,500원
	스타벅스	(주)에스씨케이컴퍼니	클래식 밀크 티	톨(tall)	6,100원
	이디야커피	(주)이디야	로열밀크티	라지(large)	4,900원
	컴포즈커피	주식회사 컴포즈커피	밀크티	구분없음	3,800원
	투스썸플레이스	투스썸플레이스(주)	로얄 밀크티	레귤러(regular)	5,700원

※ 유형별 브랜드명 가나다순

1) 소비자 설문조사 결과(350mL 내외 사이즈 음료 선호, 한국소비자원 '25.12.)를 참고하여 사이즈 구분이 있는 경우 기본사이즈로 시험

《 항목별 주요 시험평가 결과 》

□ 카페인 함량 제품 간 최대 4배 차이나(세부내용, 10페이지)

카페인은 커피뿐만 아니라 말차/녹차라떼와 밀크티에도 함유돼 있다. 시험대상 12개 제품 1잔*의 카페인 함량은 45 ~ 172mg로 1일 최대 권고섭취량(성인, 400mg)의 11 ~ 43% 수준이었으며, 제품 간 최대 4배의 차이가 났다.

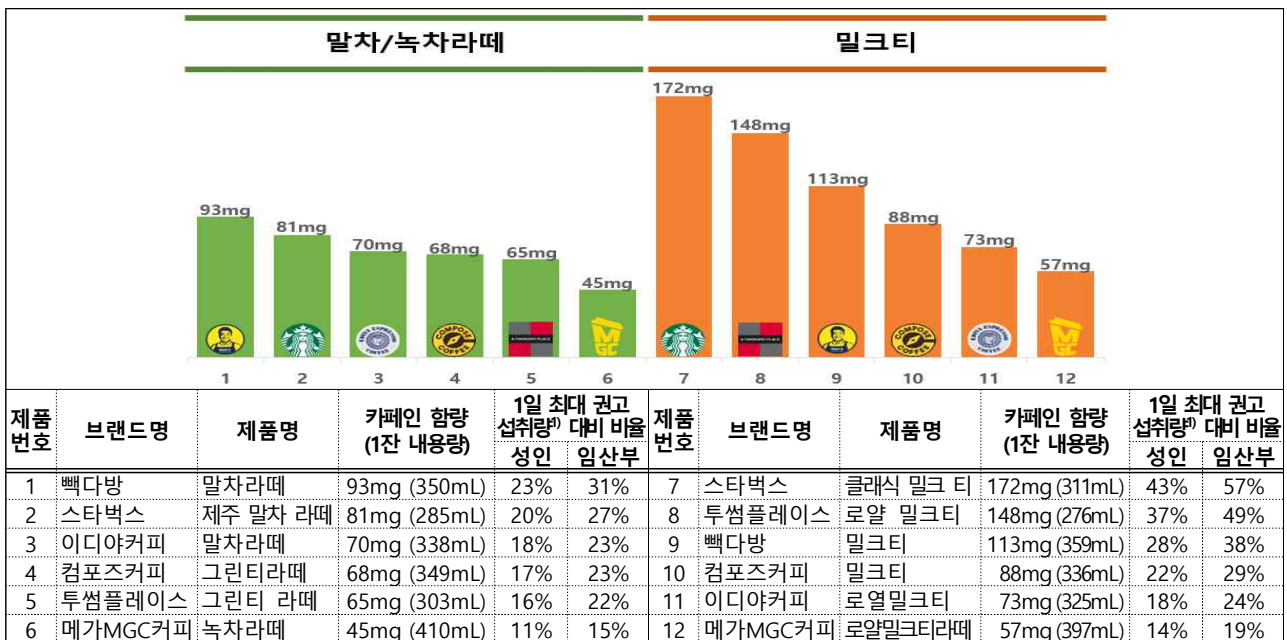
* 시험대상 음료 1잔의 내용량은 276 ~ 410mL임.

특히 밀크티 2개* 제품은 아메리카노 1잔**보다 카페인 함량이 높아 고카페인 음료를 찾는 사람에게 커피 대체 음료가 될 수 있었다. 그러나 임산부가 하루 2잔 섭취할 경우 카페인 1일 최대 권고섭취량(임산부, 300mg)에 근접하거나 초과할 수 있어 주의가 필요했다.

* 클래식 밀크 티(스타벅스), 로얄 밀크티(투스섬플레이스)

** 아메리카노 1잔(250mL)의 카페인 함량은 132mg임.(식품통계로 알아보는 음료류 이야기, 식약처, 2021)

<제품별 카페인 시험결과(1잔 기준)>



※ 유형별 카페인 함량 높은 순

1) 카페인 1일 최대 권고섭취량 : 성인 400mg, 임산부 300mg

□ 제품별 내용량 관리수준 차이 있어(세부내용, 8페이지)

시험대상 12개 제품의 평균 내용량은 276 ~ 410mL로, 내용량 품질관리 수준을 확인한 결과 실제 내용량의 차이*가 적게는 36mL**(내용량 최대 289mL, 최소 253mL, 평균 276mL)에서 많게는 119mL(내용량 최대 443mL, 최소 324mL, 평균 397mL)였다.

* 제품별 음료 16잔으로 확인한 내용량 차이

** 일반 종이컵(약 200mL)의 1/6 수준

시험대상 차음료는 즉석 제조식품으로 제조 특성상 내용량 차이가 발생할 수 있으나, 제조 관리를 강화해 소비자에게 일정한 맛과 양의 음료를 제공할 수 있도록 업체의 꾸준한 노력이 필요하다.

□ 당류 함량 높아, 영양정보 확인하고 주문 시 옵션 활용해야(세부내용, 9페이지)

음료 1잔의 당류 함량은 1일 영양성분 기준치(100g)의 26 ~ 55% 수준으로 ‘말차라떼’(이디야커피, 55g, 1일 영양성분 기준치의 55%)가 상대적으로 많고 ‘제주 말차 라떼’(스타벅스, 26g, 26%)가 적은 편이었다.

시험대상 6개 중 3개 브랜드*는 모바일앱으로 주문 시 당도 조절 옵션(덜 달게 또는 시럽양 조절)이 있어 소비자가 당 함량을 조절할 수 있었으나 3개 브랜드**는 당도를 줄일 수 있는 선택 옵션이 없었다.

* 스타벅스, 이디야커피, 투썸플레이스 / ** 메가MGC커피, 뽕다방, 컴포즈커피

◆ 모바일앱에 당도 조절 옵션이 없는 3개 브랜드(메가MGC커피, 뽕다방, 컴포즈커피)에 자율개선을 권고(26.3)함
⇒ 1개 브랜드(컴포즈커피)는 밀크티와 그린티라떼에 당도 조절 옵션 추가 완료 및 그 외 다른 메뉴에도 적용 검토 계획임을 회신(26.4), 2개 브랜드(메가MGC커피, 뽕다방)는 즉각적인 옵션 적용이 어려워 향후 신제품 출시 시 저당제품 적극 개발(메가MGC커피) 및 시럽 양 조절 옵션 반영(뽕다방) 계획을 회신(26.4)함.

□ 잔류농약과 이물, 시험대상 전 제품에서 불검출(세부내용, 12페이지)

시험대상 12개 전 제품에서 잔류농약 3종* 및 금속성 이물이 검출되지 않아 관련 기준**에 적합했다.

* 디노테퓨란, 디메토에이트, 아세타미프리드

** 식품의 기준 및 규격, 식약처 고시 제2026-21호

□ 가격은 제품 간 최대 1.7배, 일부 브랜드는 텀블러 이용 시 혜택 제공(세부내용, 13~14페이지)

음료 1잔 가격은 3,500 ~ 6,100원으로 제품 간 최대 1.7배 차이가 났으며, 가장 저렴한 제품은 ‘녹차라떼’(메가MGC커피), ‘그린티라떼’(컴포즈커피), ‘밀크티’(뽕다방)이고, ‘제주 말차 라떼 · 클래식 밀크 티’(스타벅스)가 비싼 편이었다.

일회용컵 사용을 줄이기 위한 친환경 제도 참여 여부 조사 결과, 시험대상 6개 브랜드 중 텀블러 이용 시 할인 혜택은 4개* 브랜드, 적립(탄소중립포인트) 혜택은 2개** 브랜드가 제공하고 있었다.

* 뽕다방, 스타벅스, 이디야커피, 투썸플레이스 / ** 메가MGC커피, 스타벅스

< 프랜차이즈 카페 차음료 구매·선택 가이드 > (2026. 5.)

프랜차이즈 카페 차음료 구매·선택 가이드

카페인

1잔 기준 카페인이 적은 제품 & 많은 제품

말하·녹하 라떼

메가MGC커피 녹하라떼 1잔 내용량: 410mL	45mg 최저	70mg 평균	93mg 최대	백다방 말하라떼 1잔 내용량: 350mL
--------------------------------------	------------	------------	------------	----------------------------------

밀크티

메가MGC커피 로얄밀크티라떼 1잔 내용량: 397mL	57mg 최저	109mg 평균	172mg 최대	스타벅스 클래식 밀크티 1잔 내용량: 311mL
---	------------	-------------	-------------	--------------------------------------

※ 아메리카노 1잔(250mL) 카페인 함량: 132mg (식품 통계로 알아보는 음료류 이야기, 식약처, 2021)

※ 시험대상 모든 제품이 포함된 보도자료를 꼼꼼히 비교한 후 선택하세요



프랜차이즈 카페 차음료 구매·선택 가이드

당류&포화지방

1잔 기준 당류&포화지방이 상대적으로 적은 제품

말하·녹하 라떼

스타벅스 페루 말하 라떼 1잔 내용량: 285mL	26g 최저	46g 평균	55g 최대
---------------------------------------	-----------	-----------	-----------

밀크티

투썸플레이스 로얄 밀크티 1잔 내용량: 276mL	27g 최저	39g 평균	46g 최대
---------------------------------------	-----------	-----------	-----------

당류

26g 최저	46g 평균	55g 최대	27g 최저	39g 평균	46g 최대
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

포화지방

5.0g 최저	6.8g 평균	8.2g 최대	5.5g 최저	7.2g 평균	11.9g 최대
------------	------------	------------	------------	------------	-------------

※ 1일 영양성분 기준치: 당류 100g, 포화지방 15g

※ 시험대상 모든 제품이 포함된 보도자료를 꼼꼼히 비교한 후 선택하세요



프랜차이즈 카페 차음료 구매·선택 가이드

가격

1잔 기준 가격이 저렴한 제품

말하·녹하 라떼

	가격	카페인	당류	포화지방
메가MGC커피 녹하라떼 1잔 내용량: 410mL	3,500원	45mg	46g	7.1g
컴포스커피 그린티라떼 1잔 내용량: 349mL	3,500원	68mg	50g	8.0g

밀크티

백다방 밀크티 1잔 내용량: 359mL	3,500원	113mg	42g	6.8g
---------------------------------	--------	-------	-----	------

※ 시험대상 모든 제품이 포함된 보도자료를 꼼꼼히 비교한 후 선택하세요



음료 주문 시 제조 옵션을 활용하세요!

시럽적게 | 샷 추가 | 휘핑크림 추가


옵션을 활용하면 영양성분 섭취량을 조절할 수 있어요

시럽적게 식사 후 디지털로 음료를 드신다면, (시럽적게 옵션으로 당류 섭취량을 줄여주세요.)	샷 추가 피곤하거나 고도의 집중력이 필요할 때는 (샷추가) 옵션으로 카페인 섭취량을 늘릴 수 있어요.	휘핑크림 추가 우유가 들어간 음료는 포화지방 함량이 높은 편이니, (휘핑크림 추가) 옵션은 자제하세요.
---	--	---

일부 카페에서는 개인 텀블러 이용 시 음료 할인·떡림이 가능해요!



개인 텀블러를 이용하면 음료 금액을 할인받을 수 있어요.

키오스크에서는 할인 적용이 안되는 경우가 있으니, 주문 시 카운터에 문의하세요.
※ 할인여부 및 할인금액은 업체마다 다르니 참고해주세요.



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

- 붙임 1. ‘프랜차이즈 카페 차음료 품질비교 시험평가’ 개요
- 2. ‘프랜차이즈 카페 차음료 품질비교 시험평가’ 결과
- 3. 구매 및 섭취 가이드
- 4. 종합결과표

	소비생활 중 불만·피해가 발생했거나 궁금한 점이 있을 때, 1372소비자상담센터(국번없이 1372, 발신자 부담)에 상담 신청하세요.	
---	---	---

1 시험평가 대상

□ 소비자 설문조사* 및 시장현황 조사를 바탕으로 국내 매장 수 상위 6개 프랜차이즈 카페**에서 판매하는 말차/녹차라떼 6개, 밀크티 6개 총 12개 제품 선정

* 최근 3개월 이내 프랜차이즈 카페에서 차음료(우유 베이스) 구매 경험이 있는 만 15 ~ 69세 소비자 1,500명 대상(한국소비자원, '25.12.)

** 공정거래위원회 가맹사업거래 및 미국 스타벅스 본사(Starbucks Corporation) 연례 보고서(2024년)

<시험대상 제품>

구분	유형	브랜드명	상호명	제품명	사이즈 ¹⁾
1	말차/ 녹차 라떼	메가MGC커피	(주)엠지씨글로벌	녹차라떼	구분없음
2		백다방	(주)더본코리아	말차라떼	구분없음
3		스타벅스	(주)에스씨케이컴퍼니	제주 말차 라떼	тол(tall)
4		이디야커피	(주)이디야	말차라떼	라지(large)
5		컴포즈커피	주식회사 컴포즈커피	그린티라떼	구분없음
6		투썸플레이스	투썸플레이스(주)	그린티 라떼	레귤러(regular)
7	밀크티	메가MGC커피	(주)엠지씨글로벌	로얄밀크티라떼	구분없음
8		백다방	(주)더본코리아	밀크티	구분없음
9		스타벅스	(주)에스씨케이컴퍼니	클래식 밀크 티	тол(tall)
10		이디야커피	(주)이디야	로열밀크티	라지(large)
11		컴포즈커피	주식회사 컴포즈커피	밀크티	구분없음
12		투썸플레이스	투썸플레이스(주)	로얄 밀크티	레귤러(regular)

※ 유형별 브랜드명 가나다순

1) 소비자 설문조사 결과(350mL 내외 사이즈 음료 선호)를 참고하여, 사이즈 구분이 있는 경우 기본사이즈로 시험

2 시험평가 항목 및 방법

- 소비자 설문조사 결과와 관련 기준 등을 참고해 학계, 소비자단체 관계자로 구성된 전문위원회의 심의를 거쳐 선정
- 품질(내용량, 영양성분, 카페인, 카테킨), 안전성(중금속·식품첨가물·잔류농약·금속성 이물), 표시실태, 기타(친환경, 가격) 등 시험·평가 실시

<시험항목 및 내용>

주요 시험항목		시험 내용	평가기준	
① 품질	내용량	제품별 실제 용량 비교 및 지점별 차이 확인	식품 등의 표시기준 (식품의약품안전처, 2026)	
	영양성분	영양성분(열량, 단백질, 당류, 포화지방)* 함량 평가 * 외식업체 자율 영양성분 표시지침에 따른 표시대상 영양성분	한국인 영양소 섭취기준 (보건복지부, 2025)	
	카페인	카페인 함량 비교	상대평가	
	카테킨	카테킨 함량 확인(말차/녹차라떼 제품에 한함.)		
② 안전성	중금속	납, 카드뮴 오염 확인	식품의 기준 및 규격 (식품의약품안전처, 2026)	
	식품 첨가물	보존료		보존료 4종(데히드로초산, 소브산, 안식향산, 파라옥시안식향산) 함량
		타르 색소		타르색소(음료류 허용색소 9종) 함량
	잔류농약	잔류농약 3종(디노테푸란, 디메토에이트, 아세타미프리드) 함량		
	금속성 이물	금속성 이물 확인	식품 중 이물 판별 매뉴얼 (식품의약품안전평가원, 2025)	
③ 표시실태	누리집 및 모바일앱 영양성분 등 표시정보 실태 조사	식품 등의 표시기준 (식품의약품안전처, 2026)		
④ 기타	친환경	텀블러 이용 시 할인여부 및 탄소중립포인트 참여실태 조사	-	
	가격	1잔 및 100mL 기준 판매가격 확인	-	

□ **제품별 내용량 관리수준 차이 있어**

- (내용량) 시험대상 12개 제품의 1잔 평균 내용량은 276 ~ 410mL로 나타남.
 - 단일 사이즈 음료*가 336 ~ 410mL, 툴·레귤러 사이즈 음료**가 276 ~ 311mL, 라지 사이즈 음료***가 325 ~ 338mL임.

* 메가MGC커피, 뽕다방, 컴포즈커피 / ** 스타벅스, 투썸플레이스 / *** 이디야커피

※ 소비자 설문조사 결과(350mL 내외 사이즈 음료 선호)를 참고하여, 사이즈 구분이 있는 경우 기본 사이즈로 시험함.

□ (내용량 차이) 시험대상 제품의 내용량 품질관리 수준을 확인한 결과 실제 내용량의 차이*가 적게는 36mL** (내용량 최대 289mL, 최소 253mL, 평균 276mL)에서 많게는 119mL(내용량 최대 443mL, 최소 324mL, 평균 397mL)였음.

* 제품별 음료 16잔으로 확인한 내용량 차이

** 일반 종이컵(약 200mL)의 1/6 수준

- 시험대상 차음료는 즉석제조식품으로 제조 특성상 내용량 차이가 발생할 수 있으나, 제조관리를 강화해 소비자에게 일정한 맛과 양의 음료를 제공할 수 있도록 업체의 꾸준한 노력이 필요함.

<내용량 시험결과(1잔 기준)>

브랜드명	제품명	시험결과 ¹⁾			사이즈
		범위(최소~최대, 단위:mL)	평균	차이 (최대-최소)	
메가MGC커피	녹차라떼	334 X 452	410mL	118mL	구분없음
	로얄밀크티라떼	324 X 443	397mL	119mL	
뽕다방	말차라떼	310 X 407	350mL	97mL	구분없음
	밀크티	312 X 418	359mL	106mL	
스타벅스	제주 말차 라떼	257 X 314	285mL	57mL	툴 (tall)
	클래식 밀크 티	288 X 329	311mL	41mL	
이디야커피	말차라떼	294 X 358	338mL	64mL	라지 (large)
	로열밀크티	287 X 352	325mL	65mL	
컴포즈커피	그린티라떼	316 X 372	349mL	56mL	구분없음
	밀크티	316 X 354	336mL	38mL	
투썸플레이스	그린티 라떼	276 X 318	303mL	42mL	레귤러 (regular)
	로얄 밀크티	253 X 289	276mL	36mL	

※ 브랜드명 가나다순 / X : 평균값 위치

1) 유효표본(n=16)을 대상으로 시험한 결과임. 내용량은 제품에 들어있는 티백을 제거하고 스팀밀크의 스팀이 빠져나간 상태에서 측정된 부피로, 제조하여 바로 제공한 음료량에 비해 부피가 작을 수 있음.

□ 영양성분, 당류와 포화지방 함량 높아 과다섭취 주의해야

- (당류) 당류 함량(1잔 기준*)은 26 ~ 55g으로, 1일 영양성분 기준치(100g)의 26 ~ 55%를 차지하고 있어 식사 후 디저트로 마시면 당류를 과도하게 섭취할 수 있어 주의가 필요함.

* 시험대상 음료의 1잔 용량은 276-410mL임.

- ‘말차라떼(이디야커피)’ 제품이 55g(1일 영양성분 기준치의 55%)으로 상대적으로 많고 ‘제주 말차 라떼(스타벅스)’ 제품이 26g(26%)으로 적은 편임.
- 식사 후, 케이크 등의 디저트와 함께 섭취한다면 당류를 과다 섭취하게 될 수 있으므로 제품의 영양성분 정보를 확인하고 음료를 선택해야 함.
- 시험대상 6개 중 3개 브랜드*는 모바일앱으로 주문 시 당도 조절 옵션(덜 달게 또는 시럽양 조절)이 있으나 3개 브랜드**는 당도를 조절할 수 없음.

* 스타벅스, 이디야커피, 투썸플레이스 / ** 메가MGC커피, 뽕다방, 컴포즈커피

◆ 모바일앱에 당도 조절 옵션이 없는 3개 브랜드(메가MGC커피, 뽕다방, 컴포즈커피)에 옵션 추가를 권고(26.3.)함.
⇒ 1개 브랜드(컴포즈커피)는 밀크티와 그린티라떼에 당 조절 옵션 추가 완료 및 그 외 메뉴에 대한 반영 여부 검토 계획을 회신(26.4.)했으며, 2개 브랜드(메가MGC커피, 뽕다방)는 즉각적인 옵션 적용이 어려워, 향후 신제품 출시 시 저당제품 개발(메가MGC커피) 및 시럽 양 조절 옵션 반영(뽕다방) 계획을 회신(26.4.)함.

- (포화지방) 포화지방 함량은 1잔 기준 5.0 ~ 11.9g으로 1일 영양성분 기준치(15g)의 33 ~ 79% 수준의 많은 양이 함유되어 있음.

- ‘클래식 밀크 티(스타벅스)’ 제품이 11.9g(79%)으로 상대적으로 많고 ‘제주 말차 라떼(스타벅스)’ 제품이 5.0g(33%)으로 적음.
- 말차/녹차라떼와 밀크티는 우유* 첨가량이 많아 포화지방이 많은 편임.

* 우유 100mL의 포화지방 함량은 평균 2.2g으로, 우유 첨가량에 따라 포화지방이 많아질 수 있음.(식약처 식품영양성분 데이터베이스)

- (열량) 열량은 1잔 기준 213 ~ 407kcal로 1일 에너지 필요 추정량*의 11 ~ 20% 수준이며 제품 간 차이가 크지 않음.

* 19세~29세 여성 기준 하루 에너지 필요 추정량 2,000kcal(2025 한국인 영양소 섭취기준, 보건복지부)

- ‘말차라떼(뽕다방)’ 제품이 407kcal(1일 에너지 필요 추정량의 20%)로 가장 높고 ‘제주 말차 라떼(스타벅스)’ 제품이 213kcal(11%)로 가장 낮음.

- (단백질) 단백질 함량은 1잔 기준 5 ~ 12g으로, 1일 영양성분 기준치(55g)의 9 ~ 22% 수준임.

- ‘녹차라떼 · 로얄밀크티라떼(메가MGC커피)’ 제품이 12g(1일 영양성분 기준치의 22%)으로 가장 많고 ‘클래식 밀크 티(스타벅스)’ 제품이 5g(9%)으로 가장 적음.

<제품별 영양성분 시험결과(1잔 기준)>

유형	브랜드명	제품명	내용량	열량	단백질	당류	포화지방
말차/녹차라떼	메가MGC커피	녹차라떼	410mL	342kcal (17%)	12g (22%)	46g (46%)	7.1g (47%)
	빽다방	말차라떼	350mL	407kcal (20%)	11g (20%)	53g (53%)	8.2g (55%)
	스타벅스	제주 말차 라떼	285mL	213kcal (11%)	9g (16%)	26g (26%)	5.0g (33%)
	이디야커피	말차라떼	338mL	355kcal (18%)	11g (20%)	55g (55%)	6.5g (43%)
	컴포즈커피	그린티라떼	349mL	357kcal (18%)	11g (20%)	50g (50%)	8.0g (53%)
	투썸플레이스	그린티 라떼	303mL	309kcal (15%)	10g (18%)	44g (44%)	6.0g (40%)
밀크티	메가MGC커피	로얄밀크티라떼	397mL	356kcal (18%)	12g (22%)	46g (46%)	7.4g (49%)
	빽다방	밀크티	359mL	323kcal (16%)	9g (16%)	42g (42%)	6.8g (45%)
	스타벅스	클래식 밀크 티	311mL	302kcal (15%)	5g (9%)	37g (37%)	11.9g (79%)
	이디야커피	로열밀크티	325mL	262kcal (13%)	9g (16%)	36g (36%)	5.9g (39%)
	컴포즈커피	밀크티	336mL	302kcal (15%)	8g (15%)	43g (43%)	5.8g (39%)
	투썸플레이스	로얄 밀크티	276mL	226kcal (11%)	9g (16%)	27g (27%)	5.5g (37%)

※ 괄호 안 숫자는 19 ~ 29세 여성 기준 하루 에너지 필요 추정량(열량 2,000kcal) 또는 1일 영양성분 기준치 대비 비율(단백질 55g, 당류 100g, 포화지방 15g)임.

□ 제품별 카페인 함량 제품 간 최대 4배 차이나

○ 카페인은 커피뿐만 아니라 말차/녹차라떼와 밀크티에도 들어있으며, 시험 대상 제품 1잔에 45 ~ 172mg으로 1일 최대 권고섭취량(성인, 400mg)의 11 ~ 43%가 함유되어 있어 제품 간 최대 4배 차이남.

- (말차/녹차라떼) ‘말차라떼(빽다방)’ 제품이 93mg(성인 1일 최대 권고섭취량의 23%)으로 상대적으로 많고 ‘녹차라떼(메가MGC커피)’ 제품이 45mg(11%)으로 적은 편임.
- (밀크티) ‘클래식 밀크 티(스타벅스)’ 제품이 172mg(43%)으로 상대적으로 많고 ‘로얄밀크티라떼(메가MGC커피)’ 제품이 57mg(14%)으로 적은 편임.

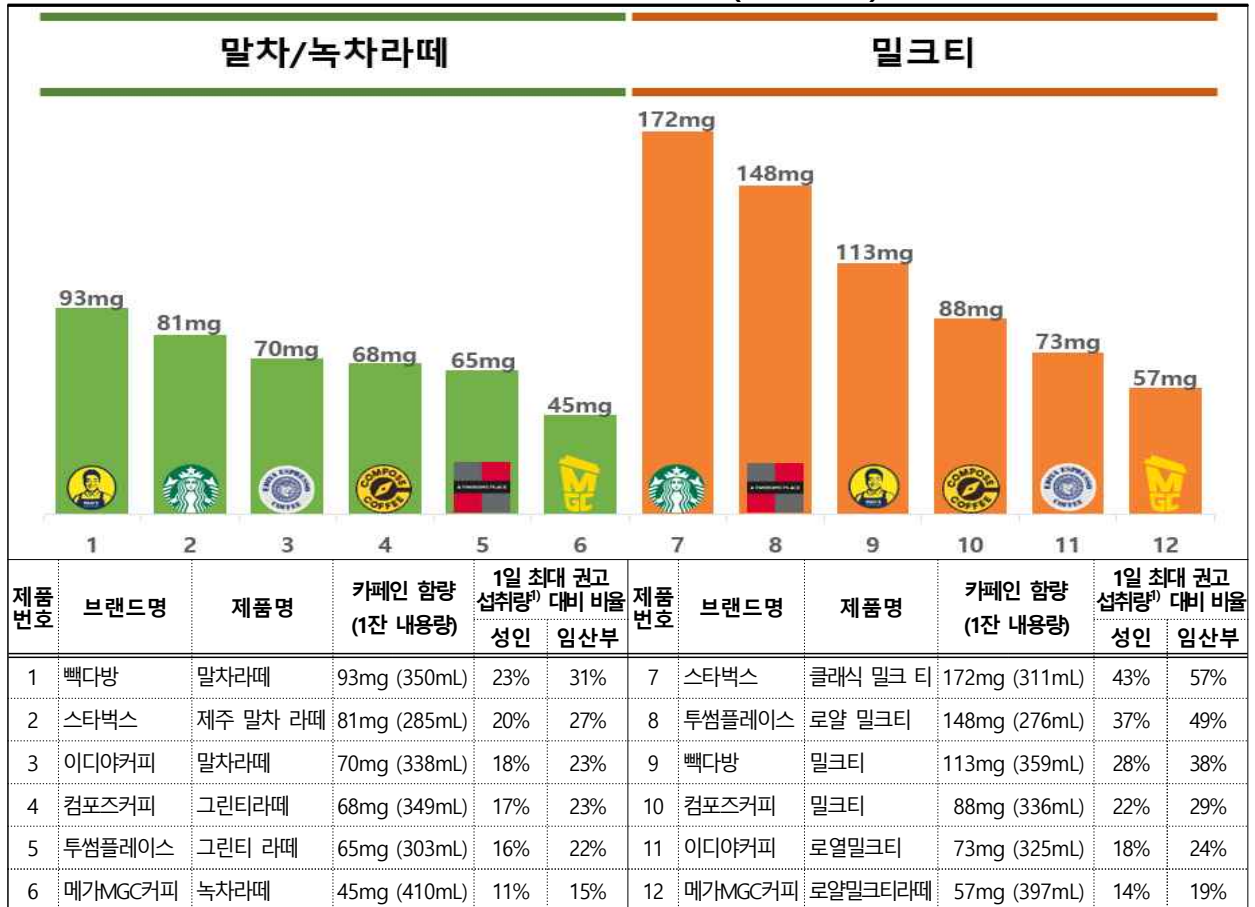
○ 특히, 밀크티 2개 제품은 아메리카노 1잔*보다도 카페인 함량이 높아 고카페인 음료를 찾는 사람에게 커피 대체 음료가 될 수 있음.

* 아메리카노 1잔(250mL)의 카페인 함량 : 132mg(식품 통계를 알아보는 음료류 이야기, 식약처, 2021)

- 다만, 임산부가 커피 대체 음료를 하루 2잔을 마시면 카페인 섭취량이 1일 최대 권고섭취량(임산부, 300mg)에 근접하거나 초과할 수 있으므로 제품을 선택하기 전에 카페인 표시정보를 확인할 필요가 있음.

- 또한 음료에 에스프레소 샷을 추가하여 섭취하게 되면 카페인 1일 최대 권고섭취량(성인, 400mg)의 절반 이상을 채우게 될 수 있어 주의가 필요함.
- ※ 소비자 설문조사 결과 우유 베이스 차음료에 에스프레소 샷 추가 옵션을 이용한다는 응답률은 38%였음.

<제품별 카페인 시험결과(1잔 기준)>



※ 유형별 카페인 함량 높은 순

1) 카페인 1일 최대 권고섭취량 : 성인 400mg, 임산부 300mg

□ 말차/녹차라떼 카테킨 함량, 건강기능식품 일일 섭취 범위에 해당하는 수준

- 카테킨은 주로 녹차에 함유된 항산화 성분이며, 시험대상 말차/녹차라떼 6개 제품 1잔의 카테킨 함량은 337 ~ 559mg으로 건강기능식품의 카테킨 일일 섭취 범위*에 해당하는 높은 수준임.

* 건강기능식품 원료인 녹차추출물의 일일 섭취량 기준 : 카테킨으로서 300~1,000mg (건강기능식품의 기준 및 규격, 식약처고시 제2026-32호)

- ‘말차라떼(빽다방)’ 제품이 559mg으로 상대적으로 많고 ‘녹차라떼(메가MGC커피)’ 제품이 337mg으로 적은 편임.

<제품별 카테킨 시험결과>

유형	브랜드명	제품명	1잔 내용량	카테킨 함량	
				1잔 기준	100mL 기준
말차/녹차 라떼	백다방	말차라떼	350mL	559mg	160mg
	컴포즈커피	그린티라떼	349mL	549mg	157mg
	이디야커피	말차라떼	338mL	481mg	142mg
	투썸플레이스	그린티 라떼	303mL	447mg	148mg
	스타벅스	제주 말차 라떼	285mL	406mg	142mg
	메가MGC커피	녹차라떼	410mL	337mg	82mg

※ 1잔 기준 카테킨 함량 높은 순

□ 안전성 시험결과, 전 제품 중금속·식품첨가물 등 안전한 수준

○ (중금속) 시험대상 제품의 중금속 오염 여부를 검증한 결과, 1개 제품에서 납이 0.01mg/kg 검출되었으며 그 외 제품들에서는 검출되지 않음.

※ [참고] 다류 납 기준 : 침출차 5.0mg/kg, 고휘차 20mg/kg, 액상차 0.3mg/kg 이하(식품의 기준 및 규격, 식약처 고시 제 2026-21호)

○ (식품첨가물·잔류농약·금속성 이물) 시험대상 제품의 안전성을 평가하기 위해 보존료 4종*, 타르색소 9종**, 잔류농약 3종*** 및 금속성 이물을 확인한 결과, 전 제품에서 검출되지 않음.

* 데히드로초산, 소브산, 안식향산, 파라옥시안식향산

** 음료류 허용 9종(적색2호, 적색3호, 적색40호, 적색102호, 황색4호, 황색5호, 녹색3호, 청색1호, 청색2호)

*** 디노테퓨란, 디메 토에이트, 아세타미프리드

□ 시험대상 6개 중 5개 브랜드, ‘컵용량’을 사이즈 용량으로 표시하고 있어

○ 시험대상 6개 브랜드는 제품의 사이즈 용량, 영양성분* 및 카페인 함량을 누리집과 모바일앱에 표시하고 있음.

* 열량, 단백질, 당류, 포화지방, 나트륨(외식업체 자율 영양성분 표시지침, 식약처, 2021)

※ 휴게음식점 즉석조리식품은 용량, 영양성분, 카페인 및 원산지 표시 의무가 없으며, 업체에서 자율적으로 표시하고 있음.(식품등의 표시기준, 식약처 고시 제2026-37호)

○ 다만, 6개 중 5개 브랜드에서 표시하고 있는 사이즈 용량은 ‘컵용량’으로, 실제 제공되는 음료량과 다를 수 있어 표시정보 확인 시 오인하지 않도록 주의할 필요가 있음.

- 해당 5개 중 2개 브랜드*는 표시하고 있는 사이즈 용량이 ‘컵용량’임을 명시하고 있으나 그 외 3개 브랜드**는 표시하지 않거나 ‘용량’, ‘1회 제공량’으로 표시하고 있어, 실제 제공되는 음료량으로 오인할 가능성이 있음.

* 백다방, 이디야커피 / ** 메가MGC커피, 컴포즈커피, 투썸플레이스

<제품별 사이즈 표시정보>

브랜드명	사이즈 표시정보		사이즈 용량 조사결과 ¹⁾
	사이즈	사이즈 용량	
메가MGC커피	구분없음	미표시	591mL
백다방	구분없음	컵용량	473mL
스타벅스	톨(tall)	미표시	355mL
이디야커피	라지(large)	컵용량	520mL
컴포즈커피	구분없음	용량	591mL
투썸플레이스	레귤러(regular)	1회 제공량	355mL

※ 브랜드명 가나다순

1) 업체별 간담회를 통해 확인함('26.3.)

◆ 사이즈 용량을 실제 제공하는 음료량으로 표시하고 있지 않은 5개 브랜드에 자율 표시개선을 권고('26.3.)함.
 ⇒ 2개 브랜드(메가MGC커피, 투썸플레이스)는 누리집과 모바일앱 상품정보에 현재 표시하고 있는 사이즈 용량이 "컵용량"임을 기재('26.4.)했으며 1개 브랜드(컴포즈커피)는 컵용량 표시 계획을 회신('26.5.)함.

□ 가격은 유형별 차이 적고 브랜드별 차이 있어

- (1잔 기준) 시험대상 12개 제품의 1잔 가격은 3,500 ~ 6,100원으로 제품 간 최대 1.7배 차이남.
- (100mL 기준) 음료 100mL당 가격은 854 ~ 2,140원으로 음료 유형에 따른 금액 차이는 적었으며 브랜드에 따른 금액 차이가 있는 것으로 나타남.
 - (말차/녹차라떼) ‘녹차라떼(메가MGC커피)’ 제품이 854원으로 가장 저렴하고 ‘제주 말차 라떼(스타벅스)’ 제품이 2,140원으로 가장 비싼 편임.
 - (밀크티) ‘로얄밀크티라떼(메가MGC커피)’ 제품이 932원으로 가장 저렴하고 ‘로얄 밀크티(투썸플레이스)’ 제품이 2,065원으로 가장 비싼 편임.

<제품별 가격>

유형	브랜드명	제품명	사이즈	1잔 가격 ¹⁾	100mL당 가격
말차/녹차라떼	메가MGC커피	녹차라떼	구분없음	3,500원	854원
	컴포즈커피	그린티라떼	구분없음	3,500원	1,003원
	백다방	말차라떼	구분없음	3,800원	1,086원
	이디야커피	말차라떼	라지(large)	4,500원	1,331원
	투썸플레이스	그린티 라떼	레귤러(regular)	5,200원	1,716원
	스타벅스	제주 말차 라떼	톨(tall)	6,100원	2,140원
밀크티	메가MGC커피	로얄밀크티라떼	구분없음	3,700원	932원
	백다방	밀크티	구분없음	3,500원	975원
	컴포즈커피	밀크티	구분없음	3,800원	1,131원
	이디야커피	로열밀크티	라지(large)	4,900원	1,508원
	스타벅스	클래식 밀크 티	톨(tall)	6,100원	1,961원
	투썸플레이스	로얄 밀크티	레귤러(regular)	5,700원	2,065원

※ 유형별 100mL당 가격 낮은 순

1) 판매원 확인 가격('26.3.)

□ 텀블러 이용 시, 5개 브랜드에서 할인 및 적립 혜택 받을 수 있어

- 일회용컵 사용을 줄이기 위한 친환경 제도 참여 여부를 조사한 결과, 시험대상 6개 중 5개 브랜드가 개인 텀블러 이용 시 할인(4개 브랜드) 또는 적립*(2개 브랜드) 혜택을 제공하고 있음.

- * 탄소중립포인트(온실가스 감축에 기여하는 녹색생활 실천활동에 참여하면 인센티브 적립) 제도
 - (할인) 개인 텀블러 이용 시 음료 가격을 자율적으로 할인해 주는 혜택으로, 빼다방, 스타벅스, 이디야커피, 투썸플레이스에서 시행 중임.
 - (적립) 메가MGC커피와 스타벅스는 ‘탄소중립포인트 녹색생활실천활동’에서 개인 텀블러 이용 시 인센티브를 적립(300원/개)해주는 제도에 참여하고 있음.

[탄소중립포인트 녹색생활실천활동]

- ◆ (개요) 기후에너지환경부에서 주관하는 친환경 활동 지원제도로, 일상생활에서 에너지와 자원을 절약하고 온실가스 감축에 기여하는 녹색생활 실천활동에 참여한 국민에게 인센티브 적립
- ◆ (실천항목) 전자영수증 발급, 텀블러·다회용컵 이용, 일회용컵 반환, 리필스테이션 이용, 다회용기 이용, 무공해차 대여, 친환경제품 구매, 고품질 재활용품 배출, 폐휴대폰 수거, 미래세대실천행동, 공유자전거 이용, 잔반제로 실천, 나무심기, 가정용 베란다 태양광 설치, 재생원료 사용제품 구매, 장바구니 이용, 개인용기 식품 포장

* 전자영수증 발급, 텀블러·다회용컵 이용, 일회용컵 반환, 리필스테이션 이용, 다회용기 이용, 무공해차 대여, 친환경제품 구매, 고품질 재활용품 배출, 폐휴대폰 수거, 미래세대실천행동, 공유자전거 이용, 잔반제로 실천, 나무심기, 가정용 베란다 태양광 설치, 재생원료 사용제품 구매, 장바구니 이용, 개인용기 식품 포장

- ◆ (참여혜택) 현금 또는 민간기업 포인트로 1인당 연간 최대 7만원 지급
 - ※ 정부 예산 소진 시 특정 항목에 대한 인센티브 적립이 일시 중단될 수 있음.
- ◆ (참여방법) ‘탄소중립포인트 녹색생활실천 누리집’ 회원가입 후 녹색생활실천활동 참여 시 실적에 따라 인센티브가 적립되며, 익월 말 현금 또는 포인트로 수령 가능

<친환경 제도 참여현황>

구분	브랜드명	개인 텀블러 이용 시			
		할인 혜택		탄소중립포인트 적립혜택	
		제공여부	할인금액	제공여부	인센티브
1	메가MGC커피	미제공	-	제공	300원/개
2	빼다방	제공	100원/개	미제공	-
3	스타벅스	제공	400원/개	제공	300원/개
4	이디야커피	제공	200원/개	미제공	-
5	컴포즈커피	미제공	-	미제공	-
6	투썸플레이스	제공	300원/개	미제공	-

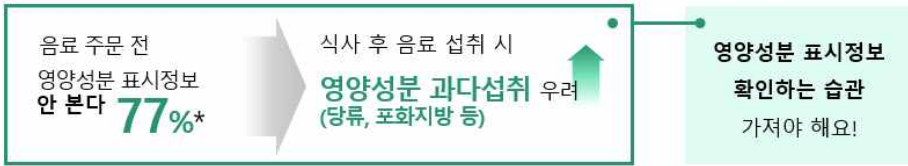
※ 텀블러 이용 이외에도, 빼다방, 스타벅스, 이디야커피는 전자영수증 발급 시(10원/건), 투썸플레이스는 일회용컵 반환 시(100원/개, 세종 및 제주 지역 점포에 한함.) 탄소중립포인트를 적립해주고 있음.

[기호의 표시] - : 해당없음.

◆ 구매 시 참고사항

1. 음료 주문 시 제조 옵션을 활용하세요!

- ▶ **[시럽 조절], [샷 추가], [휘핑크림 추가]** 옵션을 활용하면 **영양성분 섭취량을 조절할 수** 있어요.
- ⇒ 식사 후 디저트로 음료를 드신다면, **시럽 적게** 옵션으로 **당류 섭취량을 줄여**보세요.
- ⇒ 피곤하거나 고도의 집중력이 필요할 때는 **샷 추가** 옵션으로 **카페인 섭취량을 늘릴 수** 있어요.
- ⇒ 우유가 들어간 음료는 **포화지방 함량이 높은 편**이니, **[휘핑크림 추가]** 옵션은 **자제**하세요.



* 최근 3개월 이내 프랜차이즈 카페에서 차음료우유 베이스 구매 경험이 있는 만 15~69세 소비자 1,500명 대상 설문조사 결과(한국소비자원 '25.12)

2. 일부 카페에서는 개인 텀블러 이용 시 음료 할인·적립이 가능해요!

- ▶ 개인 텀블러를 이용하면 **음료 금액을 할인**받을 수 있어요.
- ⇒ 키오스크에서는 할인 적용이 안되는 경우가 있으니, 주문 시 카운터에 문의하세요.
- ※ 할인여부 및 할인금액은 업체마다 다르니 참고해주세요.
- ▶ **탄소중립포인트 녹색생활실천에 참여하고 있는 카페에서는 인센티브 적립도** 할 수 있어요.
- ⇒ 기후에너지환경부에서 주관하는 친환경 활동 지원제도로, 텀블러 이용 시 **1개당 300원씩** 인센티브를 적립(1인당 연간 최대 7만원, 정부 예산 소진 시 임시 중단될 수 있음)할 수 있어요.
- ⇒ 텀블러 이용 이외에도 다양한 활동(총 17개 항목)을 통해 인센티브를 적립할 수 있고, 적립한 인센티브는 익월 말 현금 또는 포인트로 수령이 가능해요.

* 전자영수증 발급, 텀블러다회용컵 이용, 일회용컵 반환, 리필스테이션 이용, 다회용기 이용, 무공해차 대여, 친환경제품 구매, 고품질 재활용품 배출, 폐휴대폰 수거, 미래세대실천행동, 공유자전거 이용, 잔반제로 실천, 나무심기, 가정용 배란다 태양광 설치, 재생원료 사용제품 구매, 장바구니 이용, 개인용기 식품 포장

⇒ 참여기업은 바뀔 수 있으니 주기적으로 확인하세요.

[탄소중립포인트 녹색생활실천 참여방법]

<누리집>	<모바일앱>
<ol style="list-style-type: none"> ① '탄소중립포인트 녹색생활실천 누리집' (https://www.cpoint.or.kr/netzero) 접속 ② 회원가입 - 녹색생활 실천 ③ 매뉴얼게시판 - 실천항목별 참여기업 확인 ④ 매뉴얼에 따라 녹색생활실천활동 참여 ⑤ 누리집에서 적립된 인센티브 확인 	<ol style="list-style-type: none"> ① '카본페이' 앱 접속 ② 회원가입 ③ 참여기업안내 - 참여할 활동 클릭 ④ 이용하려는 참여기업 선택하여 매뉴얼 확인 ⑤ 매뉴얼에 따라 녹색생활실천활동 참여 ⑥ 앱 메인화면에서 적립된 인센티브 확인

붙임 4

종합결과표

유형	브랜드명	제품명	1잔 내용량 ^{주1)} 사이즈	1잔 기준 함량						100mL 기준 함량						안전성 ^{주2)}	친환경 ^{주3)}		1잔 가격
				열량	단백질	당류	포화지방	카페인	카테킨	열량	단백질	당류	포화지방	카페인	카테킨		할인	적립	
말차 / 녹차 라떼	메가MGC커피	녹차라떼	410mL 구분없음	342kcal (17%)	12g (22%)	46g (46%)	7.1g (47%)	45mg (11%)	337mg	83kcal	2.9g	11.2g	1.7g	11mg	82mg	적합	-	✓	3,500원
	백다방	말차라떼	350mL 구분없음	407kcal (20%)	11g (20%)	53g (53%)	8.2g (55%)	93mg (23%)	559mg	116kcal	3.1g	15.1g	2.3g	27mg	160mg	적합	✓	-	3,800원
	스타벅스	제주 말차 라떼	285mL 톨(tall)	213kcal (11%)	9g (16%)	26g (26%)	5.0g (33%)	81mg (20%)	406mg	75kcal	3.2g	9.1g	1.8g	28mg	142mg	적합	✓	✓	6,100원
	이디야커피	말차라떼	338mL 라지(large)	355kcal (18%)	11g (20%)	55g (55%)	6.5g (43%)	70mg (18%)	481mg	105kcal	3.3g	16.3g	1.9g	21mg	142mg	적합	✓	-	4,500원
	컴포즈커피	그린티라떼	349mL 구분없음	357kcal (18%)	11g (20%)	50g (50%)	8.0g (53%)	68mg (17%)	549mg	102kcal	3.2g	14.3g	2.3g	19mg	157mg	적합	-	-	3,500원
	투썸플레이스	그린티 라떼	303mL 레귤러(regular)	309kcal (15%)	10g (18%)	44g (44%)	6.0g (40%)	65mg (16%)	447mg	102kcal	3.3g	14.5g	2.0g	21mg	148mg	적합	✓	-	5,200원
밀크티	메가MGC커피	로얄밀크티라떼	397mL 구분없음	356kcal (18%)	12g (22%)	46g (46%)	7.4g (49%)	57mg (14%)	_주4)	90kcal	3.0g	11.6g	1.9g	14mg	_주4)	적합	-	✓	3,700원
	백다방	밀크티	359mL 구분없음	323kcal (16%)	9g (16%)	42g (42%)	6.8g (45%)	113mg (28%)		90kcal	2.5g	11.7g	1.9g	31mg		적합	✓	-	3,500원
	스타벅스	클래식 밀크 티	311mL 톨(tall)	302kcal (15%)	5g (9%)	37g (37%)	11.9g (79%)	172mg (43%)		97kcal	1.6g	11.9g	3.8g	55mg		적합	✓	✓	6,100원
	이디야커피	로열밀크티	325mL 라지(large)	262kcal (13%)	9g (16%)	36g (36%)	5.9g (39%)	73mg (18%)		81kcal	2.8g	11.1g	1.8g	22mg		적합	✓	-	4,900원
	컴포즈커피	밀크티	336mL 구분없음	302kcal (15%)	8g (15%)	43g (43%)	5.8g (39%)	88mg (22%)		90kcal	2.4g	12.8g	1.7g	26mg		적합	-	-	3,800원
	투썸플레이스	로얄 밀크티	276mL 레귤러(regular)	226kcal (11%)	9g (16%)	27g (27%)	5.5g (37%)	148mg (37%)		82kcal	3.3g	9.8g	2.0g	54mg		적합	✓	-	5,700원

※ 유형별 브랜드명 가나다순 / 괄호 안 숫자는 1일 에너지 필요추정량(열량), 1일 영양성분 기준치(단백질, 당류, 포화지방), 1일 최대 권고섭취량(카페인) 대비 비율임.

[기호의 표시] ✓: 텀블러 이용 시 혜택 제공 / -: 텀블러 이용 시 혜택 미제공

주1) 제품에 들어있는 티백을 제거하고, 첨가된 스팀밀크의 스팀이 빠져나간 상태에서 측정한 부피임.

주2) 중금속(납, 카드뮴), 보존료 4종(소브산, 안식향산, 데히드로초산, 파라옥시안식향산), 타르색소 9종(적색2호, 적색3호, 적색4호, 적색5호, 적색6호, 적색7호, 적색8호, 적색9호, 적색10호), 황색5호, 황색6호, 녹색3호, 청색호, 청색2호, 잔류농약 3종(디노테푸란, 아세티피프리드, 디메토에이트), 금속성 이물 시험

주3) 개인 텀블러 이용 시 음료 할인 및 탄소중립포인트 녹색생활실천(텀블러 이용) 인센티브 적립 혜택 제공 여부

주4) 카테킨은 말차/녹차라떼 제품에 한해 시험함.