

우유/유제품/알	육류/어패류	야채/근채류	야채/근채류	
연유(가당)	82 베이컨	49 감자	90 죽순	26
아이스크림	65 살라미 소시지	48 당근	80 풋고추	26
생크림	39 생선경단	47 산마(불장서)	75 부추	26
크림치즈	33 햄	46 옥수수	75 나도팽나무버섯	26
드링크 요구르트	33 돼지고기	46 참마	65 목이버섯	26
마가린	31 소시지	46 호박	65 그린 아스파라거스	25
탕지유	30 닭고기	45 토란	64 스토펙	25
버터	30 오리고기	45 밤	60 속갓	25
달걀	30 양고기	45 은행	58 가지	25
가공치즈	31 굴	45 고구마	55 양송이	24
저지방유	26 설계	44 마늘	49 모로헤이아	24
우유	25 바지락	44 우엉	45 곤약	24
플레인 요구르트	25 전복	44 연근	38 여주	24
조미료		43 양파	30 샐러리	24
후추	73 가리비	43 토마토	30 무순	24
된장	33 모시조개	42 송이버섯	29 실곤약	23
청국장	33 참치	40 팽이버섯	29 양상추	23
카레	49 전갱이	40 오크라	28 양하	23
고추냉이	44 봉장어	40 대파	28 크레송(물냉이)	23
마요네즈	15 새우	40 새송이버섯	28 소송채	23
간장	11 오징어	40 표고버섯	28 청경채	23
소금	10 낙지	40 생강	27 오이	23
양겨자	10 명란	40 양배추	26 샐러드채	22
식초(곡물초)	3 바다빙어	40 피망	26 죽수	22
육류/어패류		40 꼬투리강낭콩	26 콩나물	22
구운어묵	55 말린멸치	40 무	26 시금치	15
찐어묵	51 연어알	40		
참치통조림	50 고등어	40		
		40		
		40		
		40		
		40		

두류/해주류	설탕/과자/음료	곡류/빵/면	과일	
채에 거른 팔소	80 맥아당	105 식빵	91 딸기잼	82
으깬 팔소	78 얼음과자	100 바게트빵	93 파인애플	65
두부 부침	46 백설탕	109 정백미	84 황도통조림	63
팔	45 초콜릿	90 떡	85 건포도	57
완두콩	45 참쌀떡	88 우동	85 굴 통조림	57
유부	43 도넛	86 롤빵	83 바나나	55
두부	42 캐러멜	86 팔밥	77 포도	50
연두부	42 감자튀김	85 베이클	75 망고	49
비지	35 쇼트케이크	82 콘푸레이크	75 멜론	41
청국장	35 한케이크	80 라면	73 복숭아	41
된장	33 미다라시 당고	79 마카로니	71 감	37
콩	30 쿠키	77 배아미	70 버찌	37
팥콩	30 벌꿀	88 크로와상	70 사과	36
캐슈너트(인도땅콩)	29 메이플 시럽	73 현미+정백미	65 서양배	36
아몬드	25 크래커	70 현미 푸레이크	65 키위	35
두유	23 카스테라	69 파스타	65 블루베리	34
피스타치오	23 포테이토칩	60 흰죽	57 서양자두	34
땅콩	20 푸딩	52 현미	56 레몬	34
녹미채(톳)	19 코코아	47 밀가루	55 귤	33
다시마	17 젤리	46 호밀빵	55 배	32
김	15 천연과즙주스	42 오트밀	55 오렌지	31
파래를 비롯한 녹조류	16 카페오레	39 메밀국수	54 포도 통조림	31
미역	16 과당	30 중화면	50 자몽	31
한천	12 커피 프림	24 보리	50 파파야	30
큰실말	12 녹차	10 통밀빵	50 살구	29
우뫼가사리	11 홍차	10 파스타(전립분)	50 딸기	29
		현미죽	47 아보카도	27