%

라벨 읽기 / HEALTH NOTES

퍼센트는 무엇의 비율일까

질량 비율과 열량 비율 구별하기.

01 **질량 비율** 성분 무게를 전체 무게로 나눈 값이에요.

02 **열량 비율** 성분의 열량을 총열량으로 나눈 값이에요.

03 **읽을 때** 분모가 무엇인지 먼저 찾아보세요.

같은 %라도 계산 기준이 다를 수 있어요.

계산 방식 · 가상 데이터
가상 데이터 · 계산 예시 · 자료 확인 2026.10.18