

EataMama

임산부를 위한 맞춤형 식단 AI 서비스

TEAM EATA : 양준식, 정인준, 고은샘, 홍한희

PAIN POINT

추진 배경 및 문제정의



"이거 먹어도 될까?"

라는 질문에 마침표를 찍다.

...

모든 예비맘이 매일 마주하는 끝없는 고민과 불안감. 저희 서비스는 그 불안한 물음표를 가장 확실한 안심의 마침표로 바꿔드립니다.

01 ..



음식 정보
불일치와 불안감

02 ..



개인 맞춤 식단
정보 부재

03 ..

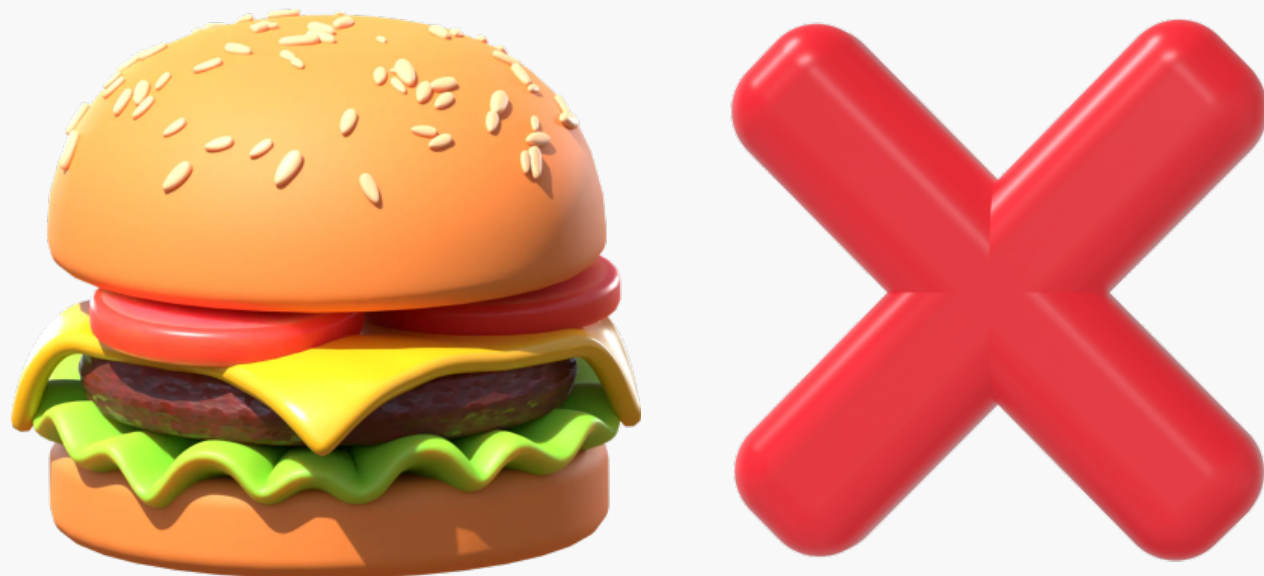


요리·재료
단위의 확인 불가

01 PAIN POINT

음식 정보

검색피로와 불안감



임산부는 먹어도 되는 음식/안 되는 음식이 궁금할 때
매번 검색하지만 정보가 분산되어 검색 피로를 심하게 느낌

참가자의 3분의 2 이상이 임신 중에 식품 안전 관련 정보를 받았다고
보고했지만, 참가자의 식품 안전 인식은 상대적으로 부족했으며, 이는
절반 미만의 질문에만 올바르게 답한 것에서 알 수 있습니다

Domains	Mean \pm SD	Score percentage
Personal hygiene (out of 11)	5.4 \pm 2.0	49.1
Cross contamination (out of 6)	2.1 \pm 1.1	35.0
Temperature control (out of 12)	3.9 \pm 1.7	32.8
Food consumption and safety (out of 9)	3.2 \pm 2.1	35.0
Cleaning and sanitation (out of 4)	2.1 \pm 0.7	51.2
Knowledge of Food foodborne diseases (out of 8)	6.6 \pm 1.3	82.7
Total score for food safety awareness (Range 0–50)	23.3 \pm 4.4	46.6

02 PAIN POINT

개인 맞춤 식단 정보 부재



블로그/카페 정보는 일반적인 수준에 머물러 맞춤성이 전혀 없음.
“내가 지금 먹어도 괜찮은지?” 라는 개인별 허용 기준이 필요

⇒ 단순히 제한만 하는 게 아니라 대체 가능한 음식/재료 추천까지 연결되면
불안 대신 안심

식품의약품안전처(식약처)는 지난 2월 16일 특별한 영양관리가 필요한 임산부들이 균형 잡힌 식생활을 할 수 있도록 임산부를 위한 영양·식생활 정보를 제공한다고 밝혔다. 이번에 제공되는 정보는 단순한 영양자료뿐 아니라 구체적인 식품 선택 요령 등 임산부들이 일상생활에서 쉽게 실천할 수 있는 행동요령 위주로 구성했다. 특히 임신성 고혈압, 임신성 당뇨 등 건강상의 문제, 임신 중 환자의 식사관리 등 임신부의 건강·질병까지 고려해 종합적으로 제작했다.

▶ 영양플러스 사업

· 영양플러스 사업은 임신·출산·수유로 인해 영양 측면의 위험성이 높은 임산부(임신부, 출산부, 수유부)의 건강과 태아 및 영유아의 미래건강을 위해 맞춤 영양교육 및 영양지원을 실시합니다.

▶ 영양플러스 대상자 선정기준

· 영양플러스사업의 대상자는 사업을 수행하는 보건소의 관할 지역 내에 거주하면서 대상 분류, 소득 및 영양위험 기준을 모두 충족하는 경우로 하며, 참여를 원하는 대상자의 참여 신청 접수 후 자격 여부를 판정합니다.

03 PAIN POINT

요리·재료 단위 확인 불가



밀키트 제품들이 나트륨·열량 같은 영양성분 표시가 안 되어 있는 경우가 많고, 소비자들이 “표시 없어서 믿을 수 없다”고 여김

밀키트와 배달치킨 칼로리는 아무도 몰라? 영양성분 표시 안 하는 까닭

조리법 따라 성분 달라지는 탓에 의무대상 제외...전문가 "업체가 자체 측정하는 방식 바뀌야"

2023.07.31(월) 09:36:41



[비즈한국] 영양성분 표시 대상 식품을 확대해야 한다는 목소리가 커지고 있다. 기존에는 가공식품을 위주로 영양성분이 표기됐는데, 최근 밀키트, 배달 음식 등의 소비가 증가하고 균형 잡힌 식생활을 추구하는 소비자들이 늘면서 생긴 현상이다. 한국소비자원과 식품의약품안전처(식약처) 등은 표시 대상 확대를 본격적으로 논의하고 있지만, 쉽지는 않아 보인다. 전문가들은 기존 영양성분 표기 제도를 개선하지 않고서는 대상을 확대하기 어렵다고 지적한다.

#식품 업계 “영양성분 표기 어려워” 전문가 “표기 방식부터 개선해야”

그러나 현장에서는 크게 개선되지 않았다. 마트에서 판매되는 여러 밀키트 제품에는 영양성분이 기재되지 않았다. 치킨도 마찬가지다. 대부분의 프랜차이즈 치킨 매장에서는 영양성분을 기재하지 않았다. 일부 업체는 영양성분 없이 알레르기 유발 원재료만 표기한다.

SOLUTION

문제 개선 방향



01



음식 정보
검색피로와 불안감



앱 하나로
음식 안전 여부 즉시 확인

02



개인 맞춤 식단
정보 부재



맞춤형 필터링
(임신 주차, 건강상태, 알레르기)

03



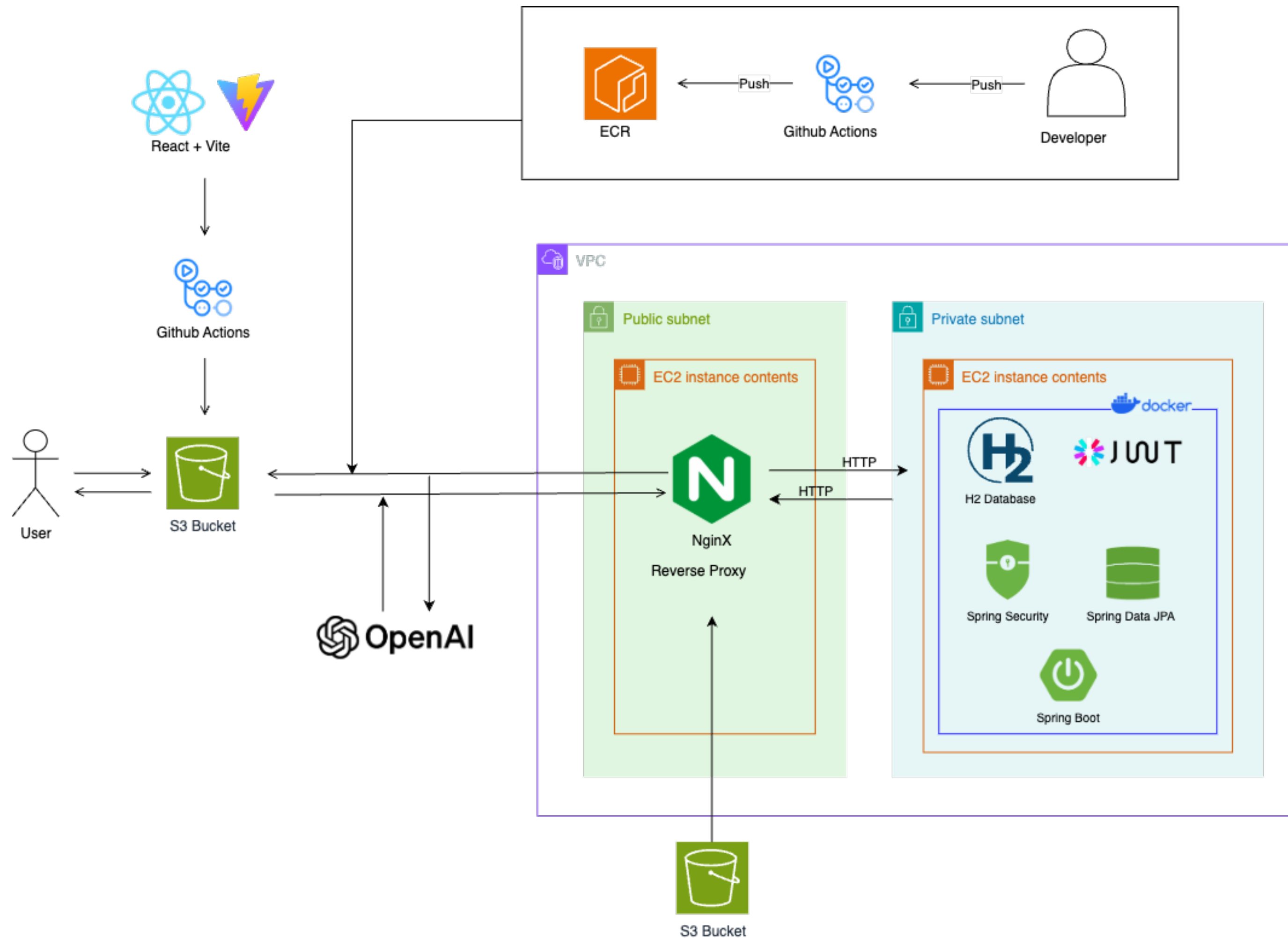
요리·재료
단위의 확인 불가



단위별 식단 기록으로
영양소 및 섭취 성분 확인

SKILL

웹 개발 기술 스택



LOGO SYSTEM

LOGO SYMBOL



임산부의 배 모양

식단을 의미하는 수저

임산부 식단 로고
직관적 제작

큰 원 (Circle)

- 엄마의 따뜻한 품과 안전한 공간을 상징.
- 동시에 식탁·접시를 의미하여 "음식"과 "돌봄"을 연결.

작은 점 (Dot)

- 새로운 생명의 씨앗, 아기의 시작.
- 동시에 식단 코칭의 "안전한 마무리"를 의미하는 마침표
- 엄마가 안심하고 음식을 선택할 수 있도록 돕는다는 메시지

수저 (cutlery)

- 식단을 직관적으로 의미
- 날카롭지 않고 둥근 모양은
- "임산부와 아기에게 안전하고 편안한 식사"를 상징.

COLOR SYSTEM

#121212

#BFD74D

#F8F8F8

TYPOGRAPHY

EataMama

TYPE FACE

비앤빛 라식체



MAIN PAGE

메인 페이지

"직관적인 식단 검색 및 기록"

1. 식사별 실시간 AI 피드백

2. 하루 영양소 분석

3. 식사별 피드백을 통한
오늘 하루 AI 요약

2025년 09월 02일

✓ 음식 검색

재료 검색

음식 이름을 검색하세요



아침 +

비타민과 섬유질이 풍부하지만,
단백질을 더 섭취 하는게 좋아요

샐러드&커피 215 kcal



점심 +

비타민과 섬유질이 풍부하지만,
단백질을 더 섭취 하는게 좋아요

도시락 472 kcal



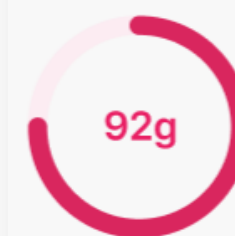
저녁 +

비타민과 섬유질이 풍부하지만,
단백질을 더 섭취 하는게 좋아요

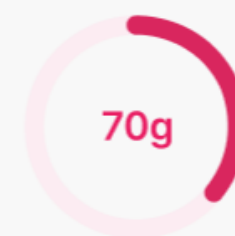
로제마라상귀 552 kcal

영양분석

1,239 kcal



탄수화물



단백질



지방



식이섬유

오늘 하루 요약

당 과다

임산부가 당을 과하게 섭취하면
혈당이 급격히 올라 임신성 당뇨병 위험이 커져요.

당이 당길 때는 단백질이 풍부한 간식을 먹어요.
액상과당을 피하고, 단맛은 천연 감미료로 대체하는 게 좋
아요.

* 페이지 내 인물사진은 샘플이미지입니다.

SEARCH PAGE

음식/재료 검색 페이지

"음식/재료별 AI 분석"

0. 음식/재료 영양분석

1. 음식 검색 : 각 재료별 성분 분석

2. 재료 검색: 재료로 활용 할 수 있는 임산부 맞춤 요리 추천

✓ 음식 검색

재료 검색

음식 이름을 검색하세요



삼계탕

좋음 🍏

500g

영양분석

454 kcal

탄수화물

20.41g

단백질

55.5g

지방

15.89g

식이섬유

0.8g

성분 및 재료 분석

1. 닭고기

좋음 🍏

임산부의 기력 회복, 면역력 강화, 태아의 성장 발달에 직접적인 도움을 줘.

2. 찹쌀

좋음 🍏

임신 중 필요한 에너지를 공급하고, 소화 부담을 줄여줘.

3. 마늘

보통 🍌

임산부의 면역력을 높여 감기 등 감염성 질환을 예방하는 데 도움을 줘.

토마토

좋음 🍏

150g

영양분석

26.5 kcal

탄수화물

5.5g

단백질

1g

지방

0.2g

식이섬유

1.5g

요리추천

1 토마토 달걀 볶음 (토달볶) 🔍

만들기 정말 간단한데 맛과 영양은 최고인, 그야말로 '가성비 갑' 요리! 입덧으로 입맛 없을 때 가볍게 먹기 좋아요.

✅ 이런 점이 좋아요:

- 달걀: 완전식품 달걀로 단백질과 비타민D를 보충 가능
- 부드러운 식감: 소화가 잘 되고 위에 부담이 적음
- 초간단 조리: 10분이면 똑딱 만들기 가능

MEAL LOG PAGE

식단 추가 페이지

"식사 기록 영양소 상세보기"

1. 식사 단위의 정밀 영양 분석

2. 재료 단위의 상세 기록

3. 간편한 식단 추가 및 저장

2025년 09월 02일 아침 기록



샐러드&커피

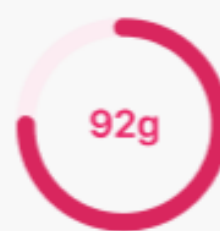
식사시간

09:06

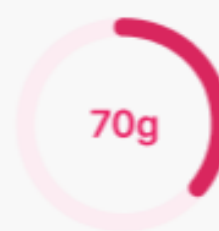
칼로리 215 kcal

영양분석

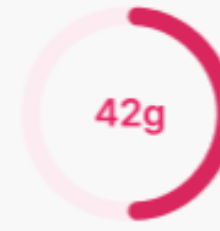
462 kcal



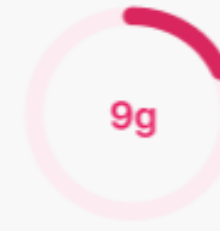
탄수화물



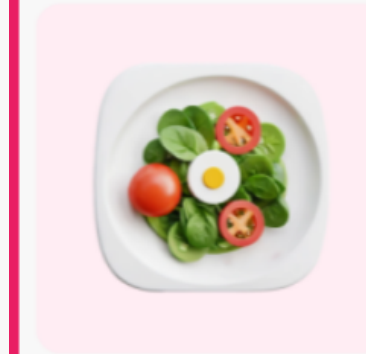
단백질



지방



식이섬유



아침 +

샐러드

158g

213kcal



두유

연세두유 190ml

135kcal



사과

200g

114kcal



음식 추가하기

저장하기