

GS25



쌀·밀가루 대신 두부면·곤약...GS25 '건강 간편식' 강화  
 쌀·밀가루 대신 두부면·곤약...GS25 '건강 간편식' 강화, 경제  
[www.hankyung.com](http://www.hankyung.com)

GS25 '건강 간편식' 강화...두부면파스타·곤약닭가슴살 등  
 GS25가 선보인 '건강 간편식'.GS25 제공 편의점 GS25는 건강 관리에 ...  
[www.busan.com](http://www.busan.com)

관련 뉴스. 위 두 기사는 내용이 완전히 동일하다. 무단전재, 재배포 금지라서 링크만 공유.

GS25 편의점에 가니 낯선 상품 네 가지가 보였다.

'칼로리라인업'이라는 이름으로 출시된 '두부면샐러드파스타'(290kcal), '치킨스테이크도시락'(300kcal), '곤약닭가슴살김밥'(305kcal), '로스트치킨샌드위치'(320kcal)인데, 관련 뉴스 업로드 날짜가 오늘인 걸 보니 출시된 지 얼마 되지 않은 것 같다.

두부와 닭고기를 좋아하고, 과일/채소도 찾아 먹기 귀찮아서 그렇지 좋아하는 편이라 꽤나 반가운 소식이다.

[알쓸다정] 야채-채소-과일의 차이점

야채-채소-과일의 차이점 공감신문 알쓸다정 [공감신문] 편식하는 아이들...  
[brunch.co.kr](http://brunch.co.kr)

갑자기 야채, 채소, 과일의 차이점을 모르겠어서 찾아봤다. 간단히 정리해보자면 이 정도?

야채	채소	과일

야생에서 자라나는  
식물류를 채취한 식재료

사람이 직접 밭에서 키워낸  
작물에서 수확한 식재료

나무에서 수확한 식재료(열매)



곤약닭가슴살김밥을 구매했다. 4종 중 가장 저렴했던 상품으로 기억한다.

'칼로리라인업' 상품은 기존 상품들에 비해 저렴한 가격은 아니다.

아마 가장 큰 이유는

칼로리 높은 음식을 맛있게 만드는 것보다

칼로리 낮은 음식을 맛있게 만드는 데 더 많은 시간과 돈이 들어가기 때문일 것이다.

언제부터 비만이 부유에서 빈곤의 상징으로 넘어가게 되었을까?

저칼로리 음식이 비싼 것은 익숙한 일이면서도 새삼 신기한 현상이다.

갑자기 문득 든 생각인데,

편의점 대상으로 가격 대비 칼로리가 높은 음식을 분석해서 가칼비(가격 대비 칼로리) 통계를 내면

고강도 업무 종사자나 벌크업하는 사람들에게 도움이 되지 않을까? 수요가 얼마나 될 지 모르겠다.

전자레인지 30초 돌리고 한 입



콩다리 부분.

일단 맛있다.

성분표 상으로 곤약이 쌀보다 많이 들어갔는데 곤약이 전혀 안 느껴졌다. 아마 안 적어두면 몰랐을 듯.

다 먹어갈 즈음에야 곤약쌀 특유의 탱글한 식감을 느끼고 곤약의 존재를 알아차렸다.

다만 곤약은 포만감이 금방 사라지는 편이라 칼로리, 탄수화물 섭취 조절 등의 목적이 아니라면 이것 하나로 한 끼 때 우기에는 조금 부족하겠다는 생각이 든다.

감동란이나 우유를 곁들여 먹으면 좋을 듯. 나는 라면이랑 먹으려다가 참았다.