



IYOCHI

ÜRÜNLERİ ENERJİ VE BESİN ÖĞELERİ

BURGERLER	Tüketim Birimi	Enerji (Kcal)	Enerji (KJ)	Yağ (g)	Doymuş Yağ (g)	Trans Yağ (g)	Karbonhidrat (g)	Şeker (g)	Protein (g)	Tuz (g)	Lif (g)
CHICKEN BURGER	1 porsiyon 100 g	4421 312,7	1.419,4 1.003,8	27,0 19,1	3,8 2,7	0,0 0,0	37,8 26,8	3,9 2,8	12,3 8,7	1,8 1,2	2,5 1,7
MEGA CHICKEN BURGER	1 porsiyon 100 g	636,0 278,0	2.657,9 1.161,6	31,3 13,7	6,5 2,8	0,0 0,0	66,7 29,2	10,4 4,6	22,7 9,9	3,3 1,5	4,0 1,7
KIRMIZI LAHANALI ŞNİTZEL BURGER	1 porsiyon 100 g	699,0 268,5	2.919,9 1.079,8	42,0 15,5	5,4 2,0	0,0 0,0	59,0 21,8	5,1 1,9	19,9 7,4	4,8 1,8	5,3 1,9
IYOCHI CHICKEN BURGER	1 porsiyon 100 g	778,0 259,8	3.305,1 1.103,5	47,1 15,7	11,7 3,9	0,0 0,0	70,4 23,5	7,5 2,5	20,4 6,8	4,1 1,4	2,8 0,9
QUESADİLLALAR	Tüketim Birimi	Enerji (Kcal)	Enerji (KJ)	Yağ (g)	Doymuş Yağ (g)	Trans Yağ (g)	Karbonhidrat (g)	Şeker (g)	Protein (g)	Tuz (g)	Lif (g)
CHIPOTLE CHICKEN QUESADILLA	1 porsiyon 100 g	654,7 311,0	2.742,3 1.302,7	34,6 16,4	12,0 5,7	0,0 0,0	59,1 28,1	6,3 3,0	25,2 12,0	3,4 1,6	2,7 1,3
SMOKY CHICKEN QUESADILLA	1 porsiyon 100 g	686,7 312,1	2.870,2 1.304,7	35,3 16,0	14,3 6,5	0,0 0,0	64,6 29,4	8,9 4,0	25,6 11,6	3,0 1,4	3,2 1,4
CHICKEN MUSHROOM QUESADILLA	1 porsiyon 100 g	605,4 264,9	2.536,0 1.109,8	29,7 13,0	12,8 5,6	0,0 0,0	57,2 25,0	5,3 2,3	25,6 11,2	3,5 1,5	3,0 1,3
WRAPLER	Tüketim Birimi	Enerji (Kcal)	Enerji (KJ)	Yağ (g)	Doymuş Yağ (g)	Trans Yağ (g)	Karbonhidrat (g)	Şeker (g)	Protein (g)	Tuz (g)	Lif (g)
WRAP CHI DORITOSLU	1 porsiyon 100 g	719,6 309,5	3.014,4 1.296,5	40,9 17,6	11,3 4,9	0,0 0,0	63,4 27,3	5,3 2,3	22,7 9,8	2,8 1,2	3,4 1,5
WRAP CHI	1 porsiyon 100 g	591,6 268,6	2.479,8 1.125,7	29,0 13,2	10,0 4,6	0,0 0,0	59,1 26,8	7,6 3,5	21,9 9,9	4,3 1,9	3,0 1,4
WRAP CHI SMOKY	1 porsiyon 100 g	640,5 312,4	2.678,4 1.306,5	31,7 15,5	12,6 6,1	0,0 0,0	64,2 31,3	8,9 4,3	22,4 10,9	2,8 1,4	3,2 1,5
XL WRAP CHI DORITOSLU	1 porsiyon 100 g	1.190,9 312,7	4.989,7 1.310,3	72,2 19,0	19,6 5,1	0,0 0,0	96,7 25,4	8,7 2,3	36,3 9,5	4,5 1,2	5,2 1,4
XL WRAP CHI	1 porsiyon 100 g	936,0 256,8	3.924,5 1.077,0	48,4 13,3	17,0 4,7	0,0 0,0	88,2 24,2	13,4 3,7	34,6 9,5	8,3 2,3	4,6 1,3
XL WRAP CHI SMOKY	1 porsiyon 100 g	1.032,7 317,0	4.317,7 1.325,3	53,8 16,5	22,1 6,8	0,0 0,0	98,2 30,1	16,0 4,9	35,6 10,9	4,6 1,4	4,8 1,5
ATIŞTIRMALIKLAR	Tüketim Birimi	Enerji (Kcal)	Enerji (KJ)	Yağ (g)	Doymuş Yağ (g)	Trans Yağ (g)	Karbonhidrat (g)	Şeker (g)	Protein (g)	Tuz (g)	Lif (g)
GURME PATATES	100 g	189,8	791,6	9,4	3,4	0,0	25,3	0,0	2,1	0,7	2,1
ORTA BOY GURME PATATES KIZARTMASI	1 porsiyon	339,3	1.415,3	16,8	6,1	0,0	45,2	0,0	3,7	1,2	3,7
MEGA BOY GURME PATATES KIZARTMASI	1 porsiyon	491,9	2.052,2	24,2	8,8	0,1	66,0	0,0	5,5	1,7	5,5
PARMAK PATATES	100 g	196,3	816,0	11,1	2,7	0,0	23,1	0,0	0,1	0,3	1,8
ORTA BOY PATATES KIZARTMASI	1 porsiyon	335,0	1.392,7	18,8	4,5	0,1	39,5	0,0	0,2	0,5	3,2
MEGA BOY PATATES KIZARTMASI	1 porsiyon	496,6	2.064,3	28,0	6,7	0,1	58,5	0,0	0,2	0,7	4,7
CHEESE STICKS	100 g	320,0	1.335,2	19,9	8,5	0,0	24,6	1,0	10,7	1,2	0,0
2'Lİ CHEESE STICKS	1 porsiyon	138,5	578,1	8,6	3,7	0,0	10,7	0,4	4,6	0,5	0,0
4'LÜ CHEESE STICKS	1 porsiyon	277,1	1.156,3	17,2	7,3	0,0	21,3	0,8	9,2	1,0	0,0
6'Lİ CHEESE STICKS	1 porsiyon	415,6	1.734,4	25,8	11,0	0,0	32,0	1,2	13,9	1,5	0,0
NUGGETS	100 g	274,3	1.143,8	18,1	3,2	0,0	15,2	0,0	13,3	0,8	0,0
2'Lİ NUGGETS	1 porsiyon	135,4	564,5	8,9	1,6	0,0	7,5	0,0	6,6	0,4	0,0
4'LÜ NUGGETS	1 porsiyon	270,7	1.128,9	17,9	3,1	0,0	15,0	0,0	13,2	0,8	0,0
6'Lİ NUGGETS	1 porsiyon	405,6	1.691,6	26,7	4,7	0,0	22,6	0,0	19,7	1,1	0,0
CHICKEN FINGERS	100 g	298,5	1.246,6	17,0	6,2	0,0	20,2	0,7	15,8	1,5	0,0
2'Lİ CHICKEN FINGERS	1 porsiyon	264,3	1.103,7	15,0	5,5	0,0	17,9	0,6	14,0	1,4	0,0
4'LÜ CHICKEN FINGERS	1 porsiyon	528,6	2.207,5	30,1	10,9	0,0	35,8	1,2	27,9	2,7	0,0
CHICKEN FINGERS	1 porsiyon	132,2	551,9	7,5	2,7	0,0	8,9	0,3	7,0	0,7	0,0
MAC&CHEESE TOPLARI	100 g	349,7	1.450,3	14,0	2,0	0,0	44,8	1,8	9,3	0,6	0,0
2'Lİ MAC&CHEESE TOPLARI	1 porsiyon	150,7	625,1	6,0	0,9	0,0	19,3	0,8	4,0	0,2	0,0
4'LÜ MAC&CHEESE TOPLARI	1 porsiyon	301,4	1.250,2	12,0	1,8	0,0	38,6	1,5	8,0	0,5	0,0
6'Lİ MAC&CHEESE TOPLARI	1 porsiyon	452,1	1.875,3	18,1	2,6	0,0	58,0	2,3	12,0	0,7	0,0
SOĞAN HALKASI	100 g	279,2	1.165,8	16,2	4,8	0,0	28,9	2,7	4,4	0,5	0,0
4'LÜ SOĞAN HALKASI	1 porsiyon	170,9	713,5	9,9	2,9	0,0	17,7	1,7	2,7	0,3	0,0
6'Lİ SOĞAN HALKASI	1 porsiyon	257,3	1.073,9	15,0	4,4	0,0	26,5	2,5	4,0	0,4	0,0
8'Lİ SOĞAN HALKASI	1 porsiyon	342,7	1.430,7	20,0	5,8	0,0	35,4	3,4	5,3	0,6	0,0
TAVUK TOPLARI	100 g	289,7	1.209,8	15,7	12,2	0,0	20,5	0,7	16,0	1,6	0,0
2'Lİ TAVUK TOPLARI	1 porsiyon	126,3	527,5	6,9	5,3	0,0	8,9	0,3	7,0	0,7	0,0
4'LÜ TAVUK TOPLARI	1 porsiyon	252,7	1.054,9	13,7	8,0	0,0	17,9	0,6	14,0	1,4	0,0
6'Lİ TAVUK TOPLARI	1 porsiyon	379,0	1.582,4	20,6	5,0	0,0	26,8	0,9	20,9	2,1	0,0
CHICKEN TENDERS	100 g	238,3	994,7	14,1	13,0	0,1	13,8	0,8	12,3	1,5	0,0
2'Lİ CHICKEN TENDERS	1 porsiyon	91,3	381,0	5,4	5,0	0,0	5,3	0,3	4,7	0,6	0,0
4'LÜ CHICKEN TENDERS	1 porsiyon	182,5	761,9	10,8	10,0	0,1	10,6	0,6	9,4	1,2	0,0
6'Lİ CHICKEN TENDERS	1 porsiyon	273,8	1.142,9	16,2	14,9	0,1	15,9	0,9	14,1	1,8	0,0
CIPSİLER	1 porsiyon	99,4	415,6	5,2	0,4	0,0	11,6	0,4	1,4	0,3	0,8
DORITOS	100 g	497,0	2.078,0	26,0	2,0	0,0	58,0	2,0	6,9	1,6	4,0
RUFFLES	1 porsiyon	132,0	548,0	8,0	1,1	0,0	13,0	0,2	1,7	0,3	1,1
	100 g	526,0	2.193,0	32,0	4,4	0,1	51,0	0,7	6,6	1,2	4,5



İYOCHİ

ÜRÜNLERİ ENERJİ VE BESİN ÖĞELERİ

TATLILAR	Tüketim Birimi	Enerji (Kcal)	Enerji (KJ)	Yağ (g)	Doymuş Yağ (g)	Trans Yağ (g)	Karbonhidrat (g)	Şeker (g)	Protein (g)	Tuz (g)	Lif (g)
SUFLE	1 porsiyon	324,0	1.356,3	16,8	6,3	0,0	34,5	17,1	6,5	0,4	0,0
	100 g	360,0	1.507,0	18,7	7,0	0,0	38,3	19,0	7,3	0,4	0,0
ALGIDA MARAŞ USULÜ CUP	1 porsiyon	111,0	465,0	3,8	2,6	0,0	17,0	17,0	2,1	0,1	0,4
	100 g	159,0	664,0	5,5	3,8	0,0	24,0	24,0	3,0	0,2	0,6
SOSLAR	Tüketim Birimi	Enerji (Kcal)	Enerji (KJ)	Yağ (g)	Doymuş Yağ (g)	Trans Yağ (g)	Karbonhidrat (g)	Şeker (g)	Protein (g)	Tuz (g)	Lif (g)
KÜVET KETÇAP	1 porsiyon	18,4	78,3	0,0	0,0	0,0	4,3	3,2	0,1	0,3	0,0
	100 g	102,0	435,0	0,2	0,2	0,0	24,0	18,0	0,6	1,7	0,0
KÜVET MAYONEZ	1 porsiyon	42,6	178,8	4,2	0,5	0,0	1,1	0,2	0,1	0,2	0,0
	100 g	304,0	1.277,0	30,0	3,5	0,0	7,8	1,3	0,4	1,1	0,0
SARIMSAKLI MAYONEZ	1 porsiyon	62,9	262,9	6,7	0,8	0,0	0,5	0,1	0,2	0,2	0,0
	100 g	393,0	1.643,0	41,9	5,2	0,0	3,0	0,7	1,2	1,3	0,0
BALLI HARDAL SOS	1 porsiyon	43,4	181,1	3,4	0,4	0,0	3,0	2,4	0,2	0,3	0,0
	100 g	271,0	1.132,0	21,0	2,3	0,0	19,0	15,0	1,3	1,9	0,0
ACI SOS	1 porsiyon	7,7	32,4	0,2	0,0	0,0	1,3	0,4	0,3	0,7	0,0
	100 g	43,0	180,0	1,2	0,0	0,0	7,1	2,4	1,5	3,7	0,0
BARBEKÜ SOS	1 porsiyon	27,5	115,4	0,2	0,1	0,0	6,4	4,8	0,1	0,3	0,1
	100 g	153,0	641,0	1,0	0,5	0,0	35,4	26,8	0,4	1,8	0,5
RANCH SOS	1 porsiyon	49,1	205,3	4,8	0,5	0,0	1,3	0,8	0,1	0,3	0,5
	100 g	307,0	1.283,0	30,3	3,4	0,0	8,2	5,0	0,8	1,6	2,9
BUFFALO SOS	1 porsiyon	48,0	200,5	4,8	0,5	0,0	1,0	0,6	0,0	0,2	0,0
	100 g	300,0	1.253,0	30,0	3,2	0,0	6,2	3,7	0,3	1,2	0,0
STICK KETÇAP	1 porsiyon	9,2	39,2	0,2	0,2	0,0	2,2	1,7	0,1	0,2	0,0
	100 g	102,0	435,0	0,2	0,2	0,0	24,3	18,3	0,6	1,7	0,0
STICK MAYONEZ	1 porsiyon	14,3	59,8	1,4	0,1	0,0	0,5	0,0	0,0	0,1	0,0
	100 g	159,0	665,0	15,1	1,4	0,0	5,8	0,0	0,3	1,3	0,0
İÇECEKLER	Tüketim Birimi	Enerji (Kcal)	Enerji (KJ)	Yağ (g)	Doymuş Yağ (g)	Trans Yağ (g)	Karbonhidrat (g)	Şeker (g)	Protein (g)	Tuz (g)	Lif (g)
PEPSİZERO SUGAR	330ml	1,6	6,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	1L	4,8	20,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0
PEPSİ	330ml	61,0	257,0	0,0	0,0	0,0	15,0	15,0	0,0	0,0	0,0
	1L	184,0	780,0	0,0	0,0	0,0	46,0	45,6	0,0	0,0	0,0
YEDİGÜN	330ml	68,0	291,0	0,0	0,0	0,0	17,0	16,0	0,1	0,0	0,0
	1L	208,0	884,0	0,0	0,0	0,0	52,0	48,0	0,4	0,0	0,0
LIPTON ICE TEA ŞEFTALİ	330ml	63,0	271,0	0,0	0,0	0,0	15,0	15,0	0,0	0,1	0,0
	1L	192,0	820,0	0,0	0,0	0,0	48,0	44,0	0,0	0,0	0,3
LIPTON ICE TEA LİMON	330ml	43,5	183,5	0,0	0,0	0,0	10,3	9,9	0,0	0,1	0,0
	1L	132,0	556,0	0,0	0,0	0,0	31,2	30,0	0,0	0,4	0,0
İTİMAT AYRAN	200ml	74,0	312,0	4,2	2,6	0,0	5,0	0,0	4,4	1,4	0,0
	280ml	100,8	425,6	5,6	3,4	0,0	7,0	0,0	5,9	2,0	0,0
	1L	360,0	1.520,0	20,0	12,0	0,0	25,0	0,0	21,0	7,0	0,0
PEPSİ TWIST	1L	4,0	16,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
7UP	1L	5,7	24,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,4	1,6	0,0
FRUKO	330ml	25,0	108,0	0,0	0,0	0,0	6,0	6,0	0,0	0,0	0,0
LIPTON SPARKLING TROPICAL	330ml	64,0	268,0	0,0	0,0	0,0	15,0	15,0	0,0	0,2	0,0
	1L	190,0	810,0	0,0	0,0	0,0	46,0	45,0	0,0	0,7	0,0
LIPTON SPARKLING LİMON YUZU	330ml	64,0	268,0	0,0	0,0	0,0	15,0	15,0	0,0	0,2	0,0
	1L	190,0	810,0	0,0	0,0	0,0	46,0	45,0	0,0	0,7	0,0
TROPİCANA KARIŞIK	330ml	109,0	462,0	0,0	0,0	0,0	27,0	27,0	0,0	0,0	0,0
RED BULL	250ml	115,0	490,0	0,0	0,0	0,0	27,5	27,5	0,0	0,5	0,0
RED BULL SUGAR FREE	250ml	7,5	35,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0
SU	500ml	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
SODA	200ml	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0