

MUSCLE
CHEFF



2021-2022
ÜRÜN KATALOĐU

Takipte kalın !



Biz kimiz?

MUSCLE CHEFF, günlük yaşantımızda yer alan çoğu atıştırmalığın sağlıklı halini üretmek amacıyla 2015 yılında İzmir'de hayata geçti.

İnsanların sağlıklı beslenmeye olan ilgisine ve bu yönde içeriği temiz ürün taleplerine cevap veren Muscle Cheff, geniş ürün yelpazesi ile yurt içinde ve yurt dışında tercih edilen bir marka haline geldi.

İlk olarak proteinli kurabiye ile tüketiciye ulaşan marka, bugün geldiği noktada kaliteden ödün vermeden sağladığı ürün çeşitliliği ile, içeriği güvenilir, sağlıklı atıştırmalıkları üretmeye devam ediyor.



KREMA





KAKAOLU FINDIK KREMASI

İçindekiler: Peynir Altı Suyu Proteini (%26), Fındık (%25), Bitkisel Yağ (Fındık Yağı, Kakao Yağı), Kakao (%16), Yağsız Süt Tozu, Şeker, Emülgatör: Lesitin (Ayçiçek), Vanilin.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (20 g)
Enerji	525 Kcal	105 Kcal
Yağ	40 Gr	8 Gr
Doymuş Yağ	7 Gr	1,4 Gr
Trans Yağ	0 Gr	0 Gr
Karbonhidrat	20 Gr	4 Gr
Şekerler	8 Gr	1,6 Gr
Lif	8 Gr	1,6 Gr
Protein	32 Gr	6,4 Gr
Tuz	0,5 g	0,1 g



BEYAZ ÇİKOLATALI FINDIK KREMASI

İçindekiler: Peynir Altı Suyu Proteini (%26), Fındık (%25), Bitkisel Yağ (Fındık Yağı), Beyaz Çikolata (Kakao Yağı %19), Yağsız Süt Tozu, Şeker, Emülgatör: Lesitin (Ayçiçek), Vanilin.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (20 g)
Enerji	485 Kcal	97 Kcal
Yağ	35 Gr	7 Gr
Doymuş Yağ	7 Gr	1,4 Gr
Trans Yağ	0 Gr	0 Gr
Karbonhidrat	17 Gr	3,4 Gr
Şekerler	6 Gr	1,2 Gr
Lif	8 Gr	1,6 Gr
Protein	32 Gr	6,4 Gr
Tuz	0,5 g	0,1 g



YER FISTIĞI KREMASI

İçindekiler: Fıstık (90%), Yağsız Süt Tozu, Tuz.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (20 g)
Enerji	565 Kcal	113 Kcal
Yağ	47 Gr	9,4 Gr
Doymuş Yağ	7 Gr	1,4 Gr
Karbonhidrat	16 Gr	3,2 Gr
Şekerler	4 Gr	0,8 Gr
Lif	9 Gr	1,8 Gr
Protein	26 Gr	5,2 Gr
Tuz	0,8 Gr	0,2 Gr
Potasyum	705 Mg %35	141 Mg %7
Demir	4,6 Mg %33	0,9 Mg %7
Magnezyum	168 Mg %45	33 Mg %9

FRAMBUAZ KREMASI

İçindekiler: Yağsız Süt Tozu, Peynir Altı Suyu Proteini, Hindistan Cevizi Yağı, Kakao Yağı, Stevia, İnulin, Soya Lesitini, Frambuaz Aroması.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (20 g)
Enerji	550 Kcal	110 Kcal
Yağ	40 Gr	8 Gr
Doymuş Yağ	10 Gr	2 Gr
Karbonhidrat	20 Gr	4 Gr
Şekerler	5 Gr	1 Gr
Lif	5 Gr	1 Gr
Protein	25 Gr	5 Gr
Tuz	50 Mg	10 Mg
A Vitamini	290 µg %36	58 µg %7
D Vitamini	2 µg %40	0,4 µg %8
Kalsiyum	180 Mg %23	36 Mg %5



BEYAZ ÇİKOLATALI FISTIK KREMASI

İçindekiler: Yer Fıstığı, Peynir Altı Suyu Proteini, Bitkisel Yağ (Fıstık Yağı), Beyaz Çikolata [Kakao Yağı %19, Yağsız Süt Tozu %12, Şeker %4, Emülgatör: Lesitin (Ayçiçek) , Vanilin], Stevia.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (20 g)
Enerji	513 Kcal	103 Kcal
Yağ	38 Gr	8 Gr
Doymuş Yağ	9 Gr	2 Gr
Karbonhidrat	16 Gr	3 Gr
Şekerler	6 Gr	1 Gr
Lif	9 Gr	2 Gr
Protein	28 Gr	6 Gr
Tuz	62 Gr	12 Gr
D vitamini	2 µg %40	0,4 µg %8
Kalsiyum	150 Mg %19	30 Mg %4
Magnezyum	120 Mg %15	24 Mg %3



HİNDİSTAN CEVİZLİ FISTIK KREMASI

İçindekiler: Peynir Altı Suyu Proteini (%25), Hindistan Cevizi Unu (%20), Yer Fıstığı (%20), Bitkisel Yağ (Ayçiçek Yağı, Fıstık Yağı), Stevia, Lesitin (Ayçiçek) Vanilin Doğal Özdeş Aroma.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (20 g)
Enerji	525 Kcal	105 Kcal
Yağ	38 Gr	8 Gr
Doymuş Yağ	9 Gr	2 Gr
Karbonhidrat	19 Gr	4 Gr
Şekerler	6 Gr	1 Gr
Lif	9 Gr	2 Gr
Protein	28 Gr	6 Gr
Tuz	63 Gr	13 Gr
D Vitamini	2 µg %40	0,4 µg %8
Kalsiyum	150 Mg %19	30 Mg %4
Magnezyum	120 Mg %15	24 Mg %3

KAHVE





FİLTRE KAHVE

İçindekiler: Kavrulmuş, öğütülmüş Filtre Kahve.
Arabica türü kahve çekirdeklerinden
üretimiştir.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Fincan (200ml)
Enerji	68,2 Kcal	7,27 Kcal
Yağ	0,285 gr	0,03 gr
Karbonhidrat	0 gr	0 gr
Protein	3,43 gr	0,37 gr
Tuz	0 gr	0 gr
Kafein	2400 mg	260 mg



AROMALI FİLTRE KAHVE

İçindekiler: Kavulmuş, Öğütülmüş Filtre Kahve, Irish Cream Aroma Vericisi, Arabica türü kahve çekirdeklerinden üretilmiştir.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Fincan (200ml)
Enerji	68,2 Kcal	7,27 Kcal
Yağ	0,285 gr	0,03 gr
Karbonhidrat	0 gr	0 gr
Protein	3,43 gr	0,37 gr
Tuz	0 gr	0 gr
Kafein	2400 mg	260 mg



L-KARNİTİN KAHVE

İçindekiler: Yağsız Süt Tozu, Kahve, Stevia, L-Karnitin, B Vitamini.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (12 g)
Enerji	260 Kcal	28 Kcal
Yağ	1,5 gr	0,18 gr
Doymuş Yağ	1,2 gr	0,14 gr
Karbonhidrat	2,5 gr	0,3 gr
Şekerler	0,84 gr	0,1 gr
Lif	1,2 gr	0,15 gr
Protein	8,4 gr	1 gr
L-Karnitin	450 mg	54 mg
Kafein	434 mg	52 mg
B1	5,9 mg	0,7 mg
B6	7,6 mg	0,9 mg
B12	17,5 mg	2,1 mcg



BUZLU MOCHA

İçindekiler: Peynıraltı Suyu Proteini, Kakao, Kafeve, İnulin, Eritritol, D Vitamini

Besin Değerleri	1 Porsiyon (25 g)
Enerji	85 Kcal
Yağ	2,5 Gr
Karbonhidrat	7 Gr
Şekerler	1 Gr
Polioller	2 Gr
Lif	2,5 Gr
Protein	12,5 Gr
Tuz	0,3 g
D Vitamini	0,8 µg
Potasyum	400 MG
Kalsiyum	120 MG
Kafein	10,5 MG



BUZLU ESPRESSO

İçindekiler: Peynıraltı Suyu Proteini, Kafeve, İnulin, Eritritol, D Vitamini

Besin Değerleri	1 Porsiyon (25 g)
Enerji	86 Kcal
Yağ	2 Gr
Karbonhidrat	6 Gr
Şekerler	0,5 Gr
Polioller	2 Gr
Lif	2,5 Gr
Protein	12,5 Gr
Tuz	0,3 g
D Vitamini	1 µg
Potasyum	130 MG
Kalsiyum	78 MG
Kafein	14,5 MG



BEYAZ ÇİKOLATALI MOCHA

İçindekiler: Peyniraltı Suyu Proteini (%46), Kafein (%22), Proteinli Beyaz Çikolata Tozu (%15) [Peynir Altı Suyu Proteini, Kakaó Yağı, Yağsız Süt Tozu, Emülgatör: Soya Lesitini, Vanilya Aroması] İnulin, Eritritol, B Vitamini.

Besin Değerleri	1 Porsiyon (25 g)
Enerji	86 Kcal
Yağ	3 Gr
Karbonhidrat	5 Gr
Şekerler	1 Gr
Polioller	1,5 Gr
Lif	2 Gr
Protein	13 Gr
Tuz	0,2 g
B1	0,2 MG
B6	0,3 MG
B12	0,5 µg
D Vitamini	0,8 µg
Potasyum	400 MG
Kalsiyum	120 MG
Kafein	11 MG
Net Karb.	1,5 MG

MILKSHAKE





ÇİLEKLİ MILKSHAKE

İçindekiler: Peynıraltı Suyu Proteini,
Yağsız Süt Tozu, İnulin, Eritritol,
Aroma (Çilek), D Vitamini, B Vitamini

Besin Değerleri	1 Porsiyon (25 g)
Enerji	76 Kcal
Yağ	2 Gr
Karbonhidrat	5 Gr
Şekerler	0,5 Gr
Polioller	2 Gr
Lif	2 Gr
Protein	13 Gr
Tuz	0,2 g
B1	0,2 MG
B6	0,3 MG
B12	0,5 µg
D Vitamini	0,8 µg
Potasyum	400 MG
Kalsiyum	120 MG
Net Karb.	1 MG

SOĞUK İÇECEK





L-KARNİTİN ELMA & TARÇIN DETOKS

İçindekiler: Demlenmiş Tarçın % 81.5 (Su, Tarçın), Elma Suyu Konsantresi % 18, Asitlik Düzenleyici (Sitrik Asit), Doğal Elma Aroması % 0.2, Antioksidan (Askorbik Asit), L-Karnitin, B Vitamini Kompleksi

Besin Değerleri	1 Porsiyon (250 ml)
Enerji	115 Kcal
Yağ	0 Gr
Karbonhidrat	28,25 Gr
Şekerler	25 Gr
Protein	0 Gr
Tuz	0,05 g
L-Karnitin	1750 Mg
B1	1,65 Mg
B6	2,1 Mg
B12	3,75 Mg



L-KARNİTİN SOĞUK SIKIM KAHVE

İçindekiler: Demlenmiş Kahve %100 (su, kavrulmuş öğütülmüş kahve), L-Karnitin, B Vitamini Kompleksi.

Besin Değerleri	1 Porsiyon (250 ml)
Enerji	5 Kcal
Yağ	0,25 Gr
Karbonhidrat	0,25 Gr
Şekerler	0,5 Gr
Protein	0,25 Gr
Tuz	0,05 g
L-Karnitin	1750 Mg
Kafein	150 Mg
B1	1,65 Mg
B6	2,1 Mg
B12	3,75 Mg

CIPS





BARBEKÜLÜ ÇİPS

İçindekiler: Bezelye Proteinini, Mısır Unu, Patates Unu, Ayçiçek Yağı, Barbekü Aroması (Un, Tuz, Sarımsak Tozu, Kırmızı Biber), Kalsiyum, Tuz.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (30 g)
Enerji	394 Kcal	118 Kcal
Yağ	10,16 Gr	3,05 Gr
Doymuş Yağ	1,77 Gr	0,53 Gr
Trans Yağ	0 Gr	0 Gr
Karbonhidrat	41,81 Gr	12,54 Gr
Şekerler	0,17 Gr	0,05 Gr
Lif	10,79 Gr	3,24 Gr
Protein	33,79 Gr	10,13 Gr
Tuz	0,5 g	0,15 Mg



EKŞİ KREMALI SOĞANLI ÇİPS

İçindekiler: Bezelye Proteinini, Mısır Unu, Patates Unu, Ayçiçek Yağı, Ekşi Krema Aroması (Un, Peyniraltı Suyu Tozu, Tuz, Soğan Tozu, Aroma Vericiler), Kalsiyum, Tuz.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (30 g)
Enerji	428 Kcal	128 Kcal
Yağ	14,16 Gr	4,25 Gr
Doymuş Yağ	2,39 Gr	0,72 Gr
Trans Yağ	0 Gr	0 Gr
Karbonhidrat	41,81 Gr	12,54 Gr
Şekerler	0,17 Gr	0,05 Gr
Lif	10,79 Gr	3,24 Gr
Protein	33,69 Gr	10,11 Gr
Tuz	0,5 g	0,21 Mg

ÇİKOLATA





BEYAZ ÇİKOLATA

İçindekiler: Kakaoyu Yağı, Peynir Altı Suyu Proteini (%24), Tatlandırıcı (Eritritol), Süt Tozu, Emülgatör: (Soya Lesitini), Aroma Verici.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (35 g)
Enerji	423 Kcal	148 Kcal
Yağ	28 Gr	10 Gr
Doymuş Yağ	10 Gr	4 Gr
Karbonhidrat	30 Gr	11 Gr
Şekerler	3 Gr	1 Gr
Polioller	24 Gr	8 Gr
Protein	24 Gr	8 Gr
Tuz	0,8	0,28
D Vitamini	2 µg	0,7 µg
Kalsiyum	164 Mg	57 Mg





BİTTER ÇİKOLATA

İçindekiler: Kakao kütlesi, Kakao yağı, Peynir Altı Suyu Proteini (%26), Tatlandırıcı (Eritritol), Emülgatör: (Soya Lesitini), Aroma Verici.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (35 g)
Enerji	414 Kcal	144 Kcal
Yağ	32 Gr	11 Gr
Doymuş Yağ	10 Gr	4 Gr
Karbonhidrat	18 Gr	6 Gr
Şekerler	3 Gr	1 Gr
Polioller	12 Gr	4 Gr
Lif	3 Gr	1 Gr
Protein	28 Gr	10 Gr
Tuz	0,4 Gr	0,1 Gr
Potasyum	790 Mg	277 Mg
Kalsiyum	118 Mg	42 Mg
Magnezyum	252 Mg	88 Mg





FRAMBUAZLI ÇİKOLATA

Peynir Altı Suyu Proteini (%24), Yağsız Süt Tozu, Hindistan Cevizi Yağı, Kakao yağı, Tatlandırıcı (Eritritol), Inulin, Emülgatör: (Soya Lesitini), Frambuaz Aroması.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (35 g)
Enerji	480 Kcal	168 Kcal
Yağ	40 Gr	14 Gr
Doymuş Yağ	20 Gr	7 Gr
Karbonhidrat	26 Gr	9 Gr
Şekerler	4 Gr	1 Gr
Polioller	16 Gr	6 Gr
Lif	4 Gr	1 Gr
Protein	24 Gr	8 Gr
Tuz	0,8 Gr	0,28 Gr
D Vitamini	7,4 µg	3 µg
Kalsiyum	390 Mg	137 Mg
Potasyum	289 Mg	99 Mg



KURABIYE





TARÇIN & BEYAZ ÇİKOLATALI KURABIYE

İçindekiler: Terayağı, Peyniraltı Suyu Proteini, Buğday Unu , Proteinli Beyaz Çikolata Parçacıkları (Kakao Yağı, Peyniraltı Suyu Proteini (%24), Süt Tozu, Stevia, Soya Lesitini, Vanilya Aroması,) Yumurta, Yer Fıstığı, İnülin (Hindiba), Hurma Özü, Eritritol, Tarçın, Tuz, Sodyum bikarbonat.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (60 g)
Enerji	475 Kcal	284 Kcal
Yağ	32 Gr	19 Gr
Doymuş Yağ	13 Gr	8 Gr
Karbonhidrat	24 Gr	14 Gr
Şekerler	8 Gr	5 Gr
Lif	10 Gr	6 Gr
Protein	26 Gr	16 Gr
Kalsiyum	328 Mg	196 Mg
Potasyum	226 Mg	135 Mg
Vitamin D	16 IU	9 IU
Demir	1 Mg	0,6 mg
Kolesterol	74 Mg	44 Mg

DUBLE ÇİKOLATALI KURABIYE

İçindekiler: Terayağı, Peyniraltı Suyu Proteini, Buğday Unu , Proteinli Bitter Çikolata Parçacıkları (Kakao Kütlesi, Kakao Yağı, Peyniraltı Suyu Proteini (%24), Stevia, Soya Lesitini) Kakao, Yumurta, İnülin (Hindiba), Hurma Özü, Eritritol, Tuz, Sodyum Bikarbonat.

Besin Değerleri	100 g için;	1 Porsiyon (60g)
Enerji	458 Kcal	264 Kcal
Yağ	31 Gr	18 Gr
Doymuş Yağ	13 Gr	8 Gr
Karbonhidrat	22 Gr	13 Gr
Şekerler	7 Gr	5 Gr
Lif	10 Gr	6 Gr
Protein	26 Gr	16 Gr
Kalsiyum	326 Mg	196 Mg
Potasyum	224 Mg	134 Mg
Vitamin D	18 IU	11 IU
Demir	1 Mg	0,7 mg
Kolesterol	72 Mg	43 Mg



Not:

indirim kodu:





 [musclecheff_turkiye](https://www.instagram.com/musclecheff_turkiye)
www.musclecheff.com