NAME: _____ DATUM: _____

Berechnung des Energie- und Nährstoffgehalts

So gehen Sie vor!

1. Führen Sie entsprechend der Aufgabenstellung (Essensauswahl) eine Berechnung des Energie- und Nährstoffgehalts durch.
2. Orientieren Sie sich dabei an den Seiten 267–269.

Essensauswahl: _____

Mengen	Lebensmittel	Energie (kJ)		Eiweiß (g)		Fett (g)		Kohlenhydrate (g)	
		100 g	x g	100 g	x g	100 g	x g	100 g	x g
Summe									

EUROPA LEHRMITTEL

Verlag Europa-Lehrmittel GmbH & Co. KG, Düsselberger Str. 23, 42781 Haan · passend zum Titel „Kreativ Ernährung entdecken", 4. Auflage · Europa-Nr. 66965

THEMA: BERECHNUNG DES ENERGIE- UND NÄHRSTOFFGEHALTS

NAME: _____ DATUM: _____

Essensauswahl: _____

Mengen	Lebensmittel	Energie (kJ)		Eiweiß (g)		Fett (g)		Kohlenhydrate (g)	
		100 g	x g	100 g	x g	100 g	x g	100 g	x g
Summe									

Verlag Europa-Lehrmittel GmbH & Co. KG, Düsselberger Str. 23, 42781 Haan · passend zum Titel „Kreativ Ernährung entdecken", 4. Auflage · Europa-Nr. 66965

THEMA: BERECHNUNG DES ENERGIE- UND NÄHRSTOFFGEHALTS

NAME: _____ DATUM: _____

Essensauswahl: _____

Mengen	Lebensmittel	Energie (kJ)		Eiweiß (g)		Fett (g)		Kohlenhydrate (g)	
		100 g	x g	100 g	x g	100 g	x g	100 g	x g
Summe									

Verlag Europa-Lehrmittel GmbH & Co. KG, Düsselberger Str. 23, 42781 Haan · passend zum Titel „Kreativ Ernährung entdecken", 4. Auflage · Europa-Nr. 66965