



# Berechnungen Ernährungsprotokoll

So gehen Sie vor!

- 1 Führen Sie entsprechend der Aufgabenstellung eine Berechnung des Energie- und Nährstoffgehalts für das Ernährungsprotokoll durch. Überlegen Sie, welche Lebensmittel aus dem Protokoll übernommen bzw. gestrichen werden sollten.
- 2 Orientieren Sie sich dabei an den Seiten 271–272.

Mahlzeit: \_\_\_\_\_

Mengen	Lebensmittel	Energie (kJ)	Eiweiß (g)	Fett (g)	Kohlenhydrate (g)
Ist-Zustand					
Soll-Zustand					
Differenz					

Nebenrechnungen

Mahlzeit: \_\_\_\_\_

Mengen	Lebensmittel	Energie (kJ)	Eiweiß (g)	Fett (g)	Kohlenhydrate (g)
Ist-Zustand					
Soll-Zustand					
Differenz					

Nebenrechnungen





# Berechnungen Ernährungsprotokoll

**So gehen Sie vor!**

- 1 Führen Sie entsprechend der Aufgabenstellung eine Berechnung des Energie- und Nährstoffgehalts für das Ernährungsprotokoll durch. Überlegen Sie, welche Lebensmittel aus dem Protokoll übernommen bzw. gestrichen werden sollten.
- 2 Orientieren Sie sich dabei an den Seiten 271–272.

Mahlzeit: \_\_\_\_\_

Mengen	Lebensmittel	Energie (kJ)	Eiweiß (g)	Fett (g)	Kohlenhydrate (g)	Nebenrechnungen
<b>Ist-Zustand</b>						
<b>Soll-Zustand</b>						
<b>Differenz</b>						

Mahlzeit: \_\_\_\_\_

Mengen	Lebensmittel	Energie (kJ)	Eiweiß (g)	Fett (g)	Kohlenhydrate (g)	Nebenrechnungen
<b>Ist-Zustand</b>						
<b>Soll-Zustand</b>						
<b>Differenz</b>						