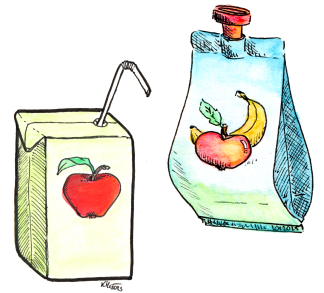


Gramm Kohlenhydrate Saft & Fruchtquetschie



$$gKH_{Portion} = (gKH_{Nährwerttabelle} \div 100) \times g_{Waage}$$

Apfelsaft mit 160ml = _____ gKH

Apfelsaft	Nährwerttabelle (pro 100g)
kJ	197kJ
kcal	47kcal
Eiweiss	<0,5g
Kohlenhydrate	11,3g
davon Zucker	10,3g
Fett	<0,5g
Salz	<0,01g

Traubensaft mit 200ml = _____ gKH

Traubensaft	Nährwerttabelle (pro 100g)
kJ	161kJ
kcal	38kcal
Eiweiss	<0,5g
Kohlenhydrate	9g
davon Zucker	9g
Fett	<0,5g
Salz	<0,01g

Orangensaft mit 200ml = _____ gKH

Orangensaft	Nährwerttabelle (pro 100g)
kJ	121kJ
kcal	28kcal
Eiweiss	<0,5g
Kohlenhydrate	6,6g
davon Zucker	6,6g
Fett	<0,5g
Salz	<0,01g

Hipp Fruchtquetschie mit 100g pro
Packung = _____ gKH

Fruchtquetschie	Nährwerttabelle (pro 100g)
kJ	253kJ
kcal	60kcal
Eiweiss	0,5g
Kohlenhydrate	12,9g
davon Zucker	11,3g
Fett	0,2g
Salz	0,05g