Versteckter Zucker

Apfelsaft:
250ml (ca. 250g) enthalten 30g Zucker. Berechne, wie viel Prozent Zucker das sind.

Cola:
250ml (ca. 250g) enthalten 27,5g Zucker. Berechne, wie viel Prozent Zucker das sind.

Versteckter Zucker

Apfelsaft:
250ml (ca. 250g) enthalten 30g Zucker. Berechne, wie viel Prozent Zucker das sind.

Cola:
250ml (ca. 250g) enthalten 27,5g Zucker. Berechne, wie viel Prozent Zucker das sind.

Versteckter Zucker

Apfelsaft:
250ml (ca. 250g) enthalten 30g Zucker. Berechne, wie viel Prozent Zucker das sind.

Cola:
250ml (ca. 250g) enthalten 27,5g Zucker. Berechne, wie viel Prozent Zucker das sind.

Versteckter Zucker

Apfelsaft:
250ml (ca. 250g) enthalten 30g Zucker. Berechne, wie viel Prozent Zucker das sind.

Cola:
250ml (ca. 250g) enthalten 27,5g Zucker. Berechne, wie viel Prozent Zucker das sind.

Angaben zu den Urhebern und Lizenzbedingungen der einzelnen Bestandteile dieses Dokuments finden Sie unter
https://www.tutory.de/entdecken/dokument/43b23381

Schokiriegel

Ein Schokoriegel besteht zu 48% aus Zucker, das sind 28g Zucker.

Berechne, wie schwer der ganze Riegel ist.

Schokiriegel

Ein Schokoriegel besteht zu 48% aus Zucker, das sind 28g Zucker.

Berechne, wie schwer der ganze Riegel ist.

Schokiriegel

Ein Schokoriegel besteht zu 48% aus Zucker, das sind 28g Zucker.

Berechne, wie schwer der ganze Riegel ist.

Schokiriegel

Ein Schokoriegel besteht zu 48% aus Zucker, das sind 28g Zucker.

Berechne, wie schwer der ganze Riegel ist.

Schokiriegel

Ein Schokoriegel besteht zu 48% aus Zucker, das sind 28g Zucker.

Berechne, wie schwer der ganze Riegel ist.

Angaben zu den Urhebern und Lizenzbedingungen der einzelnen Bestandteile dieses Dokuments finden Sie unter
https://www.tutory.de/entdecken/dokument/43b23381

Fast Food

Du bestellst dir ein Menü.
Der Burger mit einem Gewicht von 240 g hat 12% Fett.

Die große Pommes mit einem Gewicht von 164 g hat 14% Fett.

Berechne, wie viel Gramm Fett in diesem Menü enthalten sind.

Fast Food

Du bestellst dir ein Menü.
Der Burger mit einem Gewicht von 240 g hat 12% Fett.

Die große Pommes mit einem Gewicht von 164 g hat 14% Fett.

Berechne, wie viel Gramm Fett in diesem Menü enthalten sind.

Fast Food

Du bestellst dir ein Menü.
Der Burger mit einem Gewicht von 240 g hat 12% Fett.

Die große Pommes mit einem Gewicht von 164 g hat 14% Fett.

Berechne, wie viel Gramm Fett in diesem Menü enthalten sind.

Angaben zu den Urhebern und Lizenzbedingungen der einzelnen Bestandteile dieses Dokuments finden Sie unter
https://www.tutory.de/entdecken/dokument/43b23381

Brot ist nicht gleich Brot

Berechne den Ballaststoffanteil der verschiedenen Brotsorten in Prozent.

Welche Brotsorte würdest du als ballaststoffarm und welche würdest du als ballaststoffreich bezeichnen?

Toastbrot: 500g Brot haben 19g Ballaststoffe.

Weizbrot: 50g Brot haben 2g Ballaststoffe.

Weizenknäckebrot: 25g Brot haben 3g Ballaststoffe.

Mehrkornbrot: 25g Brot haben 2g Ballaststoffe.

Brot ist nicht gleich Brot

Berechne den Ballaststoffanteil der verschiedenen Brotsorten in Prozent.

Welche Brotsorte würdest du als ballaststoffarm und welche würdest du als ballaststoffreich bezeichnen?

Toastbrot: 500g Brot haben 19g Ballaststoffe.

Weizbrot: 50g Brot haben 2g Ballaststoffe.

Weizenknäckebrot: 25g Brot haben 3g Ballaststoffe.

Mehrkornbrot: 25g Brot haben 2g Ballaststoffe.

Angaben zu den Urhebern und Lizenzbedingungen der einzelnen Bestandteile dieses Dokuments finden Sie unter
https://www.tutory.de/entdecken/dokument/43b23381

Ein gutes Frühstück

Dein Tagesbedarf an Energie beträgt ungefähr 2400 kcal.

Von den fünf Mahlzeiten des Tages sollte das Frühstück 25% deines Energiebedarfs pro Tag enthalten.

a) Stelle dir aus der unten stehenden Liste ein Frühstück zusammen und berechne, wie viel kcal es hat.

b) Wie viel Prozent des Tagesbedarfs ist das? Vergleiche mit dem empfohlenen Prozentsatz.

Croissant	260 kcal
Vollkornbrot mit Frischkäse und Tomate	152 kcal
Müsli mit Milch, Zucker und Obst	190 kcal
Cornflakes mit Milch und Zucker	286 kcal
Baguette mit Salami, Salat und Tomate	342 kcal
Glas Schokotrunk	365 kcal
Glas Cola	122 kcal
Apfelsaftschorle	48 kcal

Angaben zu den Urhebern und Lizenzbedingungen der einzelnen Bestandteile dieses Dokuments finden Sie unter
https://www.tutory.de/entdecken/dokument/43b23381