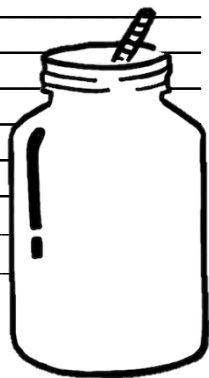


MEIN SMOOTHIE-REZEPT

TITEL

Zubereitung:

A simple line drawing of a glass jar with a lid and a small stick or straw sticking out of the top. The jar is positioned in the bottom right corner of the page.

EINKAUFSSZETTEL

Menge

Zutaten

Nährwerte berechnen:

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

Nährwerte für die Trinkmenge:

Berechnen Sie nun den Nährwert für die Trinkmenge sowohl für eine als auch für **vier** Personen. Dabei müssen Sie wissen, für wie viele Personen das von Ihnen verwendete Rezept ist.

Trinkmenge für 1 Person/ Nährwertanteil	Trinkmenge für 4 Personen/ Nährwertanteil