



FETTQUIZ

Schätzen Sie den
Fettgehalt in g

- 1 EL Öl (10 g)
- 1 EL Butter (10 g)
- 1 Scheibe Schwarzbrot
- 1 Schokocroissant (95 g)
- 1 Fleischkäsesemmel (120 g Fl.)
- 1 Schinkensemmel (40 g Schinken)
- 2 Scheiben Gouda vollfett (50 g)
- 2 Scheiben fettarmer Käse (50 g)
- 1 Paar Frankfurter (100 g)
- 1 Paar Landjäger (100 g)
- 1 Pkg. Schulmilch Kakao (250 g)
- 1 Kleines Wiener Schnitzel (120 g)
- 1 Portion Pommes (115 g)
- 1 Rippe Schokolade (16 g)
- 5 Schoko-Butterkekse (70 g)
- 5 Butterkekse (35 g)
- 4 EL Nüsse (30 g)
- 1 Portion Chips (50 g)
- 1 Portion Salzbrezeln (50 g)

Fettquiz - Lösungen

- 1 EL Öl (10 g)10 g
- 1 EL Butter (10 g) 8 g
- 1 Scheibe Schwarzbrot (501 g
- 1 Schokocroissant (95 g).....21 g
- 1 Fleischkäsesemmel (120 g Fl.).....33 g
- 1 Schinkensemmel (40 g Schinken).....3 g
- 2 Scheiben Gouda vollfett (50 g).....17 g
- 2 Scheiben fettarmer Käse (50 g).....4 g
- 1 Paar Frankfurter (100 g).....29 g
- 1 Paar Landjäger (100 g).....53 g

Fettquiz - Lösungen

- 1 Pkg. Schulumilch Kakao (250 g).....10 g
- 1 Kleines Wiener Schnitzel (120 g).....22 g
- 1 Portion Pommes (115 g).....24 g
- 1 Rippe Schokolade (16 g).....5 g
- 5 Schoko-Butterkekse (70 g)..... 20 g
- 5 Butterkekse (35 g).....4 g
- 4 EL Nüsse (30 g)..... 18 g
- 1 Portion Chips (50 g).....20 g
- 1 Portion Salzbrezeln (50 g).....1 g



ZUCKERQUIZ

Schätzen Sie den
Zuckergehalt in
Zuckerwürfel:

- 10 Stück Fruchtgummi
- 3 Butterkekse
- 1 Müsliriegel
- 1 Rippe Schokolade
- 1 Fruchtjoghurt gekauft (150 ml)
- 1 Packung Fruchtmolke (500 ml)
- 1 Dose Energiedrink (250 ml)
- 1 Glas Cola (250 ml)
- 1 Glas Cola light (250 ml)
- 1 Glas Eistee (250 ml)
- 1 Glas Fruchtsaft (250 ml)
- 1 Flasche Smoothie (300 ml)

Zuckerquiz - Lösungen

- 10 Stück Fruchtgummi..... 2 Stück
- 3 Butterkekse..... 1 Stück
- 1 Müsliriegel..... 2 Stück
- 1 Rippe Schokolade..... 3 Stück
- 1 Fruchtjoghurt gekauft (150 ml).... 3 Stück
- 1 Packung Fruchtmolke (500 ml).... 10 Stück

Zuckerquiz - Lösungen

- 1 Dose Energiedrink (250 ml)..... 7 Stück
- 1 Glas Cola (250 ml)..... 7 Stück
- 1 Glas Cola light (250 ml)..... 0 Stück
- 1 Glas Eistee (250 ml)..... 5 Stück
- 1 Glas Fruchtsaft (250 ml)..... 7 Stück
- 1 Flasche Smoothie (300 ml)..... 9 Stück