

Energie (kcal)	1000	1200	1500	1800	2000	2400
Total Kohlenhydrate in gr.	75	120	150	185	215	235
Frühstück gesamt KH	25	30	40	40	50	60
Milchwert	5	10	10	10	10	20
Brotwert	20	20	30	30	40	40
Obstwert	--	--	--	10	10	10
Mittagessen gesamt KH	10	30	40	40	55	65
Brotwert	10	20	30	30	40	50
Obstwert	--	10	10	10	15	15
Zvieri (Zvieriwägeli)	10	10	10	20	20	20
Abendessen gesamt KH	20	40	40	55	60	70
Brotwert	20	30	30	40	40	50
Obstwert	--	10	10	15	20	20
Spätimbiss	10	10	20 = 1BW Darvida 1MW	20 = 1BW Darvida 1MW	20 = 1BW Darvida 1MW	20 = 2BW Darvida 1MW
Neuerungen						

Kohlenhydrate – Wertverteilung im Überblick

Energie (kcal)	1000	1200	1500	1800	2000	2400
Total Kohlenhydrate in gr.	75	120	150	185	215	235
Frühstück gesamt KH	25	30	40	40	50	60
Milchwert	5	10	10	10	10	20
Brotwert	20	20	30	30	40	40
Obstwert	--	--	--	10	10	10
Mittagessen gesamt KH	10	30	40	40	55	65
Brotwert	10	20	30	30	40	50
Obstwert	--	10	10	10	15	15
Zvieri	10	10	10	20	20	20
Abendessen gesamt KH	20	40	40	55	60	70
Brotwert	20	30	30	40	40	50
Obstwert	--	10	10	15	20	20
Spätimbiss	10	10	20	20	20	30