

Lebensmittelrechner

1 Informationen zum Lebensmittelrechner

Wie viele Punkte hat das Produkt in meiner Hand? Schauen Sie sich die Angaben auf der Packung an. Durch die Eingabe von Kalorien pro 100 Gramm und der zu verzehrenden Menge errechnet der My-Miracle Punkterechner Ihnen die Punkte des entsprechenden Lebensmittels.

Hier stehen Ihnen 2 Varianten zur Verfügung. Einmal die Variante Kalorien gemäß der 100 Gramm Angabe auf der Packung einzugeben und gleichzeitig durch die Eingabe Ihrer Portion (Bsp. 35 Gramm) die spezielle Menge auszurechnen und diese direkt ins Tagebuch zu übertragen - oder die Variante, sofort die Menge zu errechnen (Bsp: bei einem Schokoriegel oder bei Fertiggerichten finden Sie oft die Angaben pro Portion). Hier geben sie einfach Kalorien der entsprechenden Portion in das obere Feld ein und lassen die Mengenangabe weg.

Sie können natürlich auch die My-Miracle Datenbank erweitern, indem Sie das Lebensmittel mit dem entsprechenden Button direkt in die Lebensmitteldatenbank eintragen. So können andere Mitglieder auch davon profitieren und Sie finden das Lebensmittel beim nächsten Mal schneller.