

## Kurzanleitung BE / KE Berechnung und Protokollierung

1. Alle Kohlenhydrate auswiegen und auf dem Protokoll mit Grammangaben notieren
2. In BE-/KE-Tabelle nachschauen, welche Grammangabe des entsprechenden Lebensmittels einer BE/KE entspricht
3. Die abgewogene Menge in BE/KE umrechnen und notieren, am besten gerundet. Oder auf der Verpackung die entsprechende Kohlenhydratmenge nachlesen, umrechnen und notieren

Beispiel:        1 Scheibe Vollkornbrot = 58g  
                    1 BE/KE Vollkornbrot = 30 g  
                    Gegessene Portion = 1,9 BE/KE, also 2 BE/KE

4. Bitte notieren Sie außerdem auch alle anderen Lebensmittel, die zu einer Mahlzeit verzehrt werden

**Bitte nutzen Sie für die Protokollierung die von den Ärztinnen mitgegeben Formulare!**