

# Kohlenhydrate [Koh•len•hy•dra•te]

Was hat die meisten Kohlenhydrate (pro 100g)?

Sortiere in die Tabelle.

Bananen	Himbeeren	Roggen-Brot	Weizen-Nudeln
weißer Reis	Äpfel	Tomaten	Weizen-Brötchen
	Hafer-Flocken	Tomaten	

1.		7.	
2.		8.	
3.		9.	
4.		10.	
5.		11.	

## Lösung

1.	Hafer-Flocken (63g)	6.	Bananen (21g)
2.	Weizen-Brötchen (50g)	7.	Kartoffeln (14g)
3.	Roggen-Brot (43g)	8.	Äpfel (11g)
4.	Weizen-Nudeln (30g)	9.	Himbeeren (4g)
5.	weißer Reis (24g)	10.	Tomaten (2g)

Quelle: <https://www.fettrechner.de>, Angaben auf ganze Gramm abgerundet pro 100 g des Lebensmittels