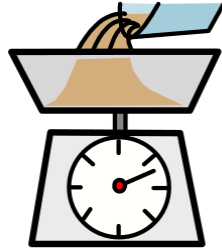


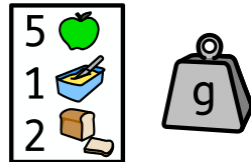
Beräkna kolhydrater, formel

1



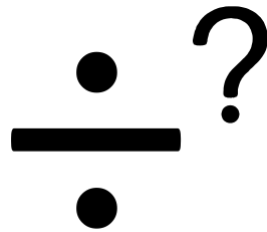
Väg upp mängd, tex
brödskivan väger 35
gram

2



Kolla näringsvärde per
100 gram. T.ex.
kolhydrater = 40 gram
per 100 gram

3



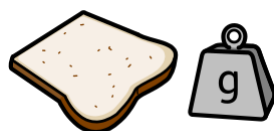
Dividera $40/100=0,40$.
Alltså 1 gram bröd
innehåller 0,4 gram
kolhydrater

4



Multiplitera 0,4 med
brödskivans vikt: $0,4 \times$
 $35= 14$ gram

5



Brödskivan innehåller
alltså 14 gram
kolhydrater