



# Tipps zur Verwendung des Tools

[www.lebensmittellupe.at](http://www.lebensmittellupe.at)

Wählen Sie eine **PRODUKTGRUPPE** aus, für die Nährwerte und Tipps angezeigt werden soll.

## PRODUKTGRUPPE



Beikost



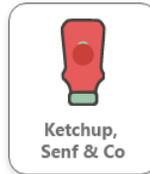
Frühstücks-cerealien



Getränke



Knabbergebäck & Co



Ketchup, Senf & Co



Milchprodukte & Co



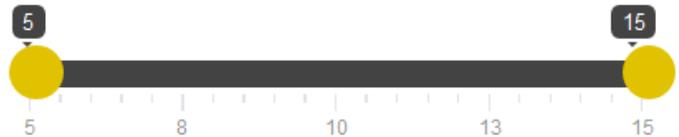
Pizza & Co



Süßwaren

Verschieben Sie die Marker, um Produkte mit einer bestimmten **Alterseignung** anzuzeigen.

## Alterseignung (ab dem x. Monat)



Wählen Sie zwischen **Nährwerte** und **Tipps**.

Nährwerte

Tipps

Schränken Sie die **Lebensmittelauswahl** ein.

Kategorie ▼

Subkategorie ▼

Suchen Sie nach einem bestimmten Produkt oder einer bestimmten Marke.

Suche

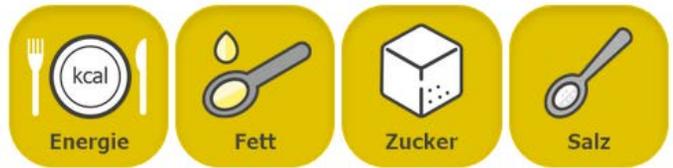




## Tipps zur Verwendung des Tools

### Blenden Sie Spalten ein und aus.

- Alterseignung lt. Hersteller (Beikost)
- Nettofüllmenge
- Nährwerte pro: Energie, Fett, gesättigte Fettsäuren, Kohlenhydrate, Zucker, Ballaststoffe, Eiweiß, Salz
- Süßungsmittel zugesetzt
- Erhebungszeitpunkt



Klicke auf  für weitere Spalten

### Sortieren Sie die Einträge mit einem Klick auf die Pfeile.

Scrollen Sie in der Tabelle auf und ab sowie seitwärts, um alle Einträge und Spalten zu sehen.

Tipp:  
Smartphone im Querformat verwenden.

alle  Einträge anzeigen

Nährwerte pro 100 g

Produkt	Energie	Fett	Zucker
Produktname Marke	507 kcal	28 g	0,8 g
Produktname Marke	523 kcal	31 g	4,5 g
Produktname Marke	513 kcal	29 g	0,6 g
Produktname Marke	555 kcal	35 g	2,0 g
Produktname Marke	555 kcal	35 g	2,0 g

**Selbstcheck:** Zucker-, Salz-, Fett- und Energieaufnahme mit Empfehlungen vergleichen

Selbstcheck