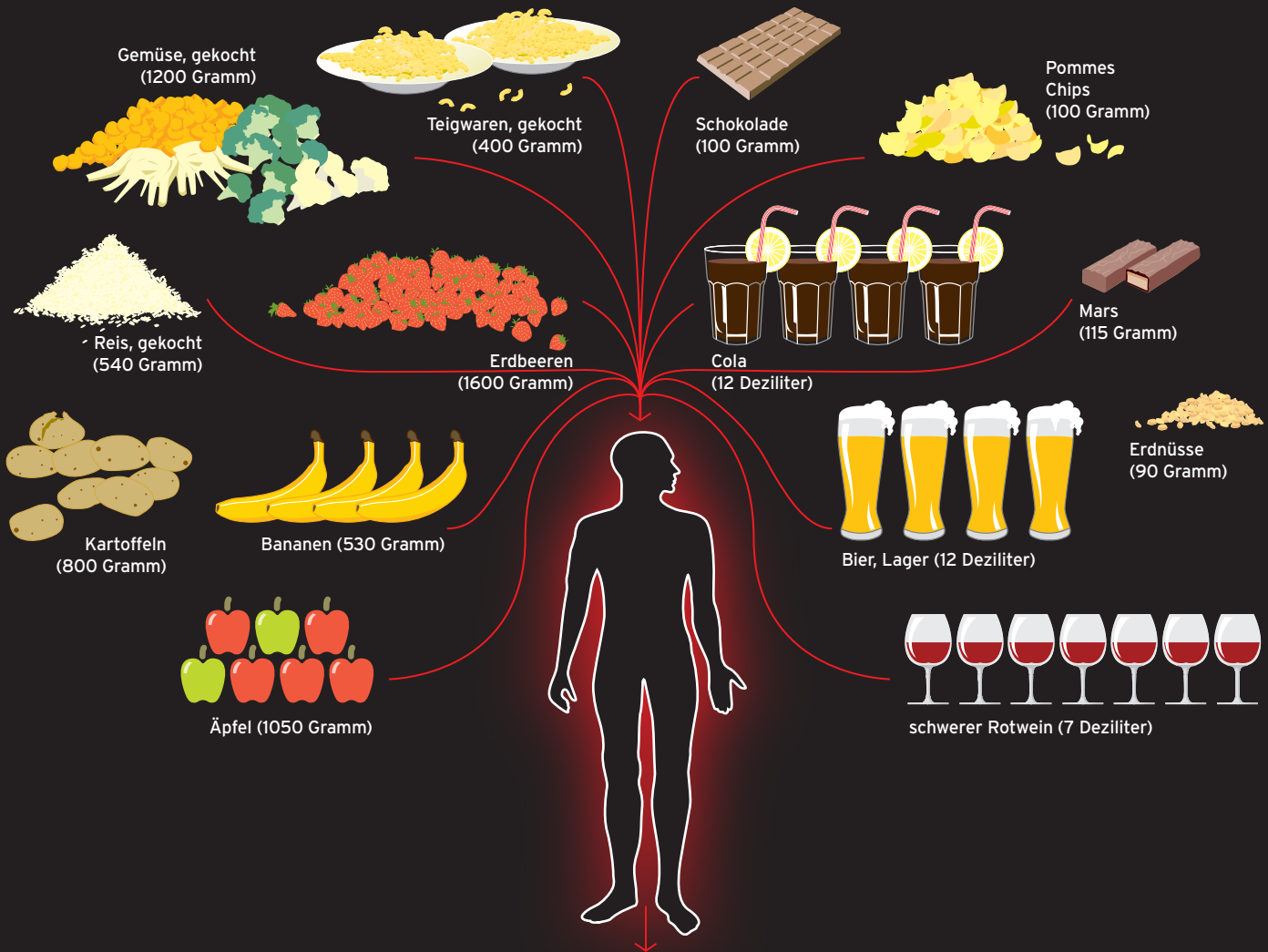


Jedes Nahrungsmittel in den folgenden Mengen hat rund 550 Kalorien...

(1 Kilokalorie, umgangssprachlich Kalorie = 4 Kilojoule, eine Masseinheit für Energie)



...und so lange dauert es ungefähr, um diese 550 Kalorien zu verbrennen

Zeit in Stunden und Minuten bei einer 75 Kilogramm schweren Person (bei leichteren dauert es länger, bei schwereren weniger lang)

