

## Eingabe von Rezepten, Menüplänen, Verzehrprotokollen



### Sie haben 2 Möglichkeiten:

Der Button **„Ernährungsanamnese“** führt Sie zu einem Assistenten, in dem Sie aus einer vorgegebenen Auswahl von Lebensmitteln nur die Anzahl der verzehrten Portionen eingeben müssen.

So erstellen Sie schnell ein Verzehrprotokoll, besonders, wenn Sie im Programm verfügbaren pdf-Vorlagen für dieses Verzehrprotokoll von Ihren Klienten ausfüllen lassen.

Fehlende Lebensmittel können Sie ergänzen.

Möchten Sie ein detailliertes Protokoll, ein Rezept mit Zubereitungsanleitung oder einen Menüplan erstellen, wählen Sie den Button **„Verzehr“**.

Hier stehen Ihnen alle Lebensmittel der Datenbank zur Verfügung, zusätzlich können Sie freien Text und Bilder einfügen.

## Synonyme für Lebensmittel

Bei der Eingabe von Verzehrdaten oder Rezepten über das Menü „Verzehr“ öffnet sich zunächst folgende Maske, in der Sie das Protokoll/Rezept etc. näher benennen sowie die Anzahl der Portionen/Tage als Divisor eingeben können (wenn Sie später den Divisor ändern, wird dies im Programm automatisch bei den Portionsgrößen berücksichtigt).

An jedem Punkt von NutriGuide öffnen Sie mit der **Taste F1** die jeweils relevante **Online-Hilfe** (Internetzugang erforderlich). Mit der rechten Maustaste erhalten Sie eine zusätzliche Funktionsauswahl!

## Synonyme für Lebensmittel (Fortsetzung)

Danach öffnet sich folgende Tabelle:

VP_230711_1215								
#	Typ	Menge	Einheit	Synonym	Lebensmittel	Code	g/E	[g]
1	Text							

Um Lebensmittel einzugeben, wählen Sie in der Spalte „Typ“ die Einstellung „Zutat“. Ergänzen Sie die Mengen und wählen ggf. die Einheiten. Die Eingabe einer Zeile beenden Sie mit „Eingabetaste“.

VP_230711_1215								
#	Typ	Menge	Einheit	Synonym	Lebensmittel	Code	g/E	[g]
1	Zutat	100	Gramm	Nudeln			1	

Die Spalte „Synonym“ ermöglicht es Ihnen, aus der Vielzahl der Lebensmittel in der Datenbank ein bestimmtes mit einem selbst gewählten Kurzbegriff aufzurufen. Sobald Sie die Eingabe mit „Eingabetaste“ abschließen, öffnet sich eine Maske zur Auswahl aller in Frage kommenden Lebensmittel (Ähnlichkeitssuche nach einem Wortbestandteil, d.h. im Beispiel hätten Sie auch „Nudel“ eingeben können). Je nach Datenbankgröße (Basis, Standard oder Plus, Zusatzdaten) und Rechnerleistung kann dies einen kurzen Moment dauern!

#	Typ	Menge	Einheit	Synonym	Lebensmittel
1	Zutat	100	Gramm	Nudeln	
2	Zutat	100	Gramm		

Lebensmittel auswählen

Nudeln <Alle>

ZAMEK231 4-Teller Hühnersuppe mit Nudeln fertig Zamek

Wählen Sie das gewünschte Lebensmittel (rechts oben können Sie die zur Verfügung stehende Auswahl eingrenzen) – das per Doppelklick bzw. mit „Eingabetaste“ ausgewählte Lebensmittel erscheint nun immer, sobald Sie die Synonymbezeichnung eingeben.

### Synonym falsch ausgewählt / nachträglich ändern:

Gehen Sie mit dem Cursor in das betreffenden Feld der Synonym-Spalte und betätigen Sie die „Eingabetaste“. Es öffnet sich erneut das Feld zur Lebensmittelauswahl. Hier wird z.B. dem Synonym „Milch“ ab sofort „Kuhmilch, 1,5% Fett“ (an Stelle von „Vanillemilch“) zugeordnet.

ACHTUNG: Die Änderung des Synonyms betrifft nur die aktuell markierte Zutat und alle nachfolgenden Eingaben, andere Zeilen des Protokolls oder andere Rezepte/Protokolle sind nicht betroffen!

#	Typ	Menge	Einheit	Synonym	Lebensmittel	Code	g/E	[g]
1	Zutat	100	Gramm	Nudeln	Vollkornnudeln ohne Ei	E510011-H	1	100,00
2	Zutat	100	Gramm	Milch	Vanillemilch	M154000-	1	100,00
3	Zutat	100	Gramm					100,00

Lebensmittel auswählen

Milch <Alle>

M1A4100 Kuhmilch < 1% Fett probiotisch

M113100 Kuhmilch < 1% Fett ultrahocherhitzt

M110200 Kuhmilch 1,5% Fett

M110222 Kuhmilch 1,5% Fett gegart

M110232 Kuhmilch 1,5% Fett gekocht