

---

Subject: Plan/ist

Posted by [Helga77](#) on Sun, 27 Mar 2011 10:20:53 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo bei dem tagebuch sieht man unten die Plan/ist tabelle ,ich würde da gerne mein plan eingeben aber irgendwie fuktioniert das nicht ,habt ihr da nen tip auf lager??LG

---

---

Subject: Re: Plan/ist

Posted by [nicky-70](#) on Sun, 27 Mar 2011 11:23:14 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hai Helga,

dein "Plan" ergibt sich automatisch aus den Werten, die du oben eingibst. Also Gewicht, geplantes kcal-Defizit usw. Daraus errechnet er in der "Plan/Ist-Analyse" automatisch den kcal-Wert, der geplant ist und aus den Lebensmitteln, die du anschl. per Nährwertrechner einträgst, dann das "Ist" und die entsprechende Differenz.

Hoffe, dir damit geholfen zu haben.

Schönen Sonntag noch und viel Erfolg

---