

Trinktagebuch

81	Normalgewicht [kg]					
70%	Flüssigkeitsanteil am Körpergewicht					
	(Bei Normalgewicht: Ø m 70%, Ø w 60%)					
20%	Resorptionsdefizit					
	(Anteil an der Alkoholmenge, der nicht ins Blut geht)					
10	Alkoholmenge pro Standardglas [g]					
Getränk	Vol.-%	Menge [ml]	Alkohol [ml]	Alkohol [g]	Standardgläser	BAK
Bier alkoholfrei	0,5	500	3	2,0	0,2	0,03
Vollbier	5,0	500	25	20,0	2,0	0,28
Wein	12,5	200	25	20,0	2,0	0,28
Schnaps	37,5	60	23	18,0	1,8	0,25
	Zwischensumme:		75	60,0	6,0	0,85
Bier alkoholfrei	0,5	500	3	2,0	0,2	0,03
Vollbier	5,0	500	25	20,0	2,0	0,28
Wein	12,5	200	25	20,0	2,0	0,28
Schnaps	37,5	60	23	18,0	1,8	0,25
	Zwischensumme:		75	60,0	6,0	0,85
Bier alkoholfrei	0,5	500	3	2,0	0,2	0,03
Vollbier	5,0	500	25	20,0	2,0	0,28
Wein	12,5	200	25	20,0	2,0	0,28
Schnaps	37,5	60	23	18,0	1,8	0,25
	Zwischensumme:		75	60,0	6,0	0,85
Bier alkoholfrei	0,5	500	3	2,0	0,2	0,03
Vollbier	5,0	500	25	20,0	2,0	0,28
Wein	12,5	200	25	20,0	2,0	0,28
Schnaps	37,5	60	23	18,0	1,8	0,25
	Zwischensumme:		75	60,0	6,0	0,85
Bier alkoholfrei	0,5	500	3	2,0	0,2	0,03
Vollbier	5,0	500	25	20,0	2,0	0,28
Wein	12,5	200	25	20,0	2,0	0,28
Schnaps	37,5	60	23	18,0	1,8	0,25
	Zwischensumme:		75	60,0	6,0	0,85
Bier alkoholfrei	0,5	500	3	2,0	0,2	0,03
Vollbier	5,0	500	25	20,0	2,0	0,28
Wein	12,5	200	25	20,0	2,0	0,28
Schnaps	37,5	60	23	18,0	1,8	0,25
	Zwischensumme:		75	60,0	6,0	0,85
Bier alkoholfrei	0,5	500	3	2,0	0,2	0,03
Vollbier	5,0	500	25	20,0	2,0	0,28
Wein	12,5	200	25	20,0	2,0	0,28
Schnaps	37,5	60	23	18,0	1,8	0,25
	Zwischensumme:		75	60,0	6,0	0,85
Bier alkoholfrei	0,5	500	3	2,0	0,2	0,03
Vollbier	5,0	500	25	20,0	2,0	0,28
Wein	12,5	200	25	20,0	2,0	0,28
Schnaps	37,5	60	23	18,0	1,8	0,25
	Zwischensumme:		75	60,0	6,0	0,85
Bier alkoholfrei	0,5	500	3	2,0	0,2	0,03
Vollbier	5,0	500	25	20,0	2,0	0,28
Wein	12,5	200	25	20,0	2,0	0,28
Schnaps	37,5	60	23	18,0	1,8	0,25
	Zwischensumme:		75	60,0	6,0	0,85
Bier alkoholfrei	0,5	500	3	2,0	0,2	0,03
Vollbier	5,0	500	25	20,0	2,0	0,28
Wein	12,5	200	25	20,0	2,0	0,28
Schnaps	37,5	60	23	18,0	1,8	0,25
	Zwischensumme:		75	60,0	6,0	0,85
		Summe:	525	420,0	42,0	