

**WWW.MEINKETOPLANER.INFO**

**NUTRICIA**  
**KetoCal**  
**MeinKetoPlanner**

Meine Übersicht    Rezepte    Diätmanagement    Hilfe

Rezeptsuche

Login/Registrierung

## VEREINFACHE DEINE KETOGENE DIÄT

MeinketoPlanner ist mehr als ein Online-Rezeptbuch. Genieße die Freiheit, deine Ernährung nach deinen Bedürfnissen zu gestalten.

Jetzt starten    Rezepte finden

# Anleitung für medizinisches Fachpersonal

## Anleitung für medizinisches Fachpersonal

### Inhalt

Registrierung .....	3
Login .....	4
Eigene Informationen ändern .....	5
Rezeptsuche .....	6
Eigene gespeicherte Rezepte einsehen.....	8
Eigene gespeicherte Rezepte bearbeiten.....	9
Rezept-Kategorien .....	11
Rezeptanpassung.....	13
Ein neues Rezept erstellen .....	15
Patienten annehmen.....	17
Patientendaten einsehen und ändern .....	18
Diätplan erstellen .....	19
Rezept einem Patienten zuordnen.....	22
Zugeordnete Rezepte anpassen/ Patientenrezepte Freigeben .....	24
Tagesplan erstellen.....	26
Wochenplan einsehen oder erstellen .....	29
Monitoring.....	31
Einkaufsliste.....	33
Lebensmittel eingeben .....	35
Medikamente eingeben/ Medikament einem Patienten zuordnen .....	36
Supplemente eingeben/ Supplement einem Patienten zuordnen .....	36
Hilfezentrum.....	37
Nachrichten verschicken und empfangen.....	39
Einrichten Web-App .....	40
Datenschutz und Nutzungsbedingungen einsehen.....	41

## REGISTRIERUNG

1. Gehe auf [www.MeinKetoPlaner.info](http://www.MeinKetoPlaner.info)
2. Wähle „Jetzt starten“ im Hauptfenster



3. Wähle den Bereich „Fachkräfte“



4. Gib deine Daten ein und wähle ein Passwort. Das Passwort muss mindestens 12 Zeichen lang sein und mindestens einen Buchstaben, eine Zahl und ein Sonderzeichen enthalten.
5. Mit „Senden“ wird die Registrierungsanfrage übermittelt. Die Freigabe deines Accounts erfolgt durch Nutricia Metabolics.



**Hinweis:** Patient:innen können sich im Registrierungsprozess mit dir als Ernährungsfachkraft verknüpfen. Du erhältst dann eine Anfrage per E-Mail und kannst diese auch direkt in deinem Account einsehen und bearbeiten.

**WÄHLE DEINE ERNÄHRUNGSFACHKRAFT AUS**

Über das Suchfeld kannst du deine Ernährungsfachkraft finden und durch Anklicken auswählen. Wenn du den Schritt wiederholst, kannst du weitere Ernährungsfachkräfte hinzufügen.

Eva|

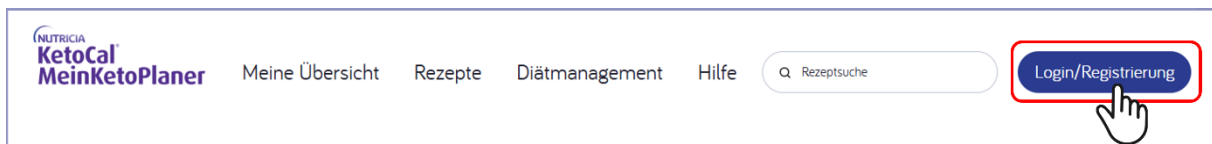
--- Wähle deine Ernährungsfachkraft ---

Eva Mustermann (Klinik Neustadt)

6. Setze im Anschluss das Häkchen für dein Einverständnis zu Datenschutz und Nutzungsbedingungen. Wenn du Interesse an einem Newsletter von Nutricia hast, dann setze auch hier vor dem Senden ein Häkchen.

## LOGIN

1. Wenn du bereits registriert bist, kannst du dich über den Button „Login“ in der Hauptmenüleiste anmelden.



2. Gib deine E-Mail-Adresse und dein Passwort ein und klicke auf EINLOGGEN.
3. Wenn du noch nicht registriert bist, gehe auf „Ein Konto erstellen“

## WILLKOMMEN ZURÜCK!

E-Mail

john.doe@example.com

Passwort

Gebe hier dein Passwort ein



2

Einloggen

3

Ein Konto erstellen

Passwort vergessen



Passwort vergessen?  
Klicke auf „Passwort  
vergessen“ und gib deine  
E-Mail-Adresse ein. Du  
erhältst dein Passwort per  
E-Mail.

### EIGENE INFORMATIONEN ÄNDERN

1. Wähle den Menüpunkt „Meine Übersicht“
2. Klicke auf den Button „Bearbeiten“ in deinem Profil.

Home / Meine Übersicht

**Eva Mustermann** 2 Bearbeiten

400 Rezepte 11 Patienten

eva.mustermann@test.de Klinik Neustadt  
0049 Lindenallee 1, 12345 Neustadt, Deutschland

3. Es öffnet sich ein neues Fenster, in dem du alle deine Informationen, sowie die E-Mail-Adresse und dein Passwort ändern kannst.
4. Du kannst dich hier außerdem für unseren Newsletter anmelden, falls noch nicht geschehen.

Ich möchte nichts verpassen und von exklusiven Services profitieren!\*\*

5. Speichere alle Änderungen ab. Es erscheint die Meldung, dass dein Profil aktualisiert wurde.

## REZEPTSUCHE

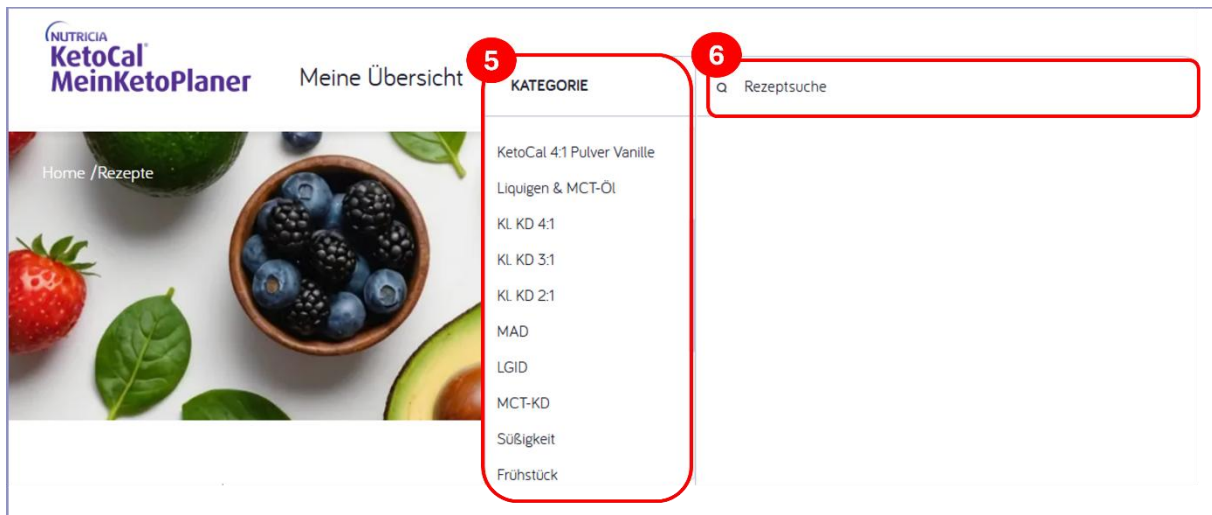
1. Wähle den Menüpunkt „Rezepte“.
2. Unter „Nutricia Rezepte“ findest du inspirierende Rezeptideen mit unseren KetoCal-Produkten und andere von Nutricia entwickelte Rezepte.
3. Unter „Rezeptsammlung“ findest du Rezepte passend für jede Diätform.
4. Du kannst auch eine Rezeptkategorie nach dem Bedarf deines Patienten wählen, um dir beispielsweise Rezepte mit *KetoCal 2,5:1 LQ*, für die klassische ketogene Diät 3:1 (KI. KD 3:1) oder fürs Frühstück usw. anzeigen zu lassen.

Home / Rezepte

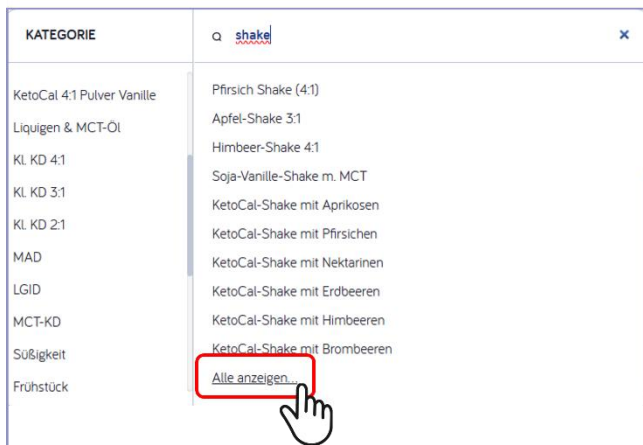
**Rezepte** Abmelden

Suchen nach: Wähle eine Rezeptsammlung aus Neues Rezept

- Über das Feld „Rezeptsuche“ in der obersten Zeile kannst du nach bestimmten Rezeptkategorien suchen.
- Im Suchfeld kannst du direkt nach Rezeptnamen oder Stichworten suchen, z.B. Pizza, Kohlrabi, Shake.

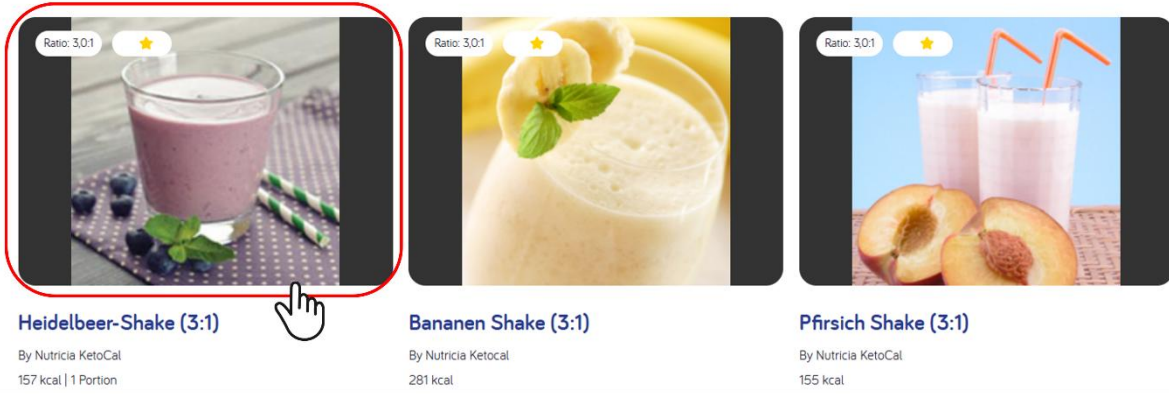


- Du kannst nun direkt einen Rezeptvorschlag anklicken oder wählst „Alle anzeigen“, um alle Rezepte sehen zu können, die zu deinem gewählten Stichwort passen.

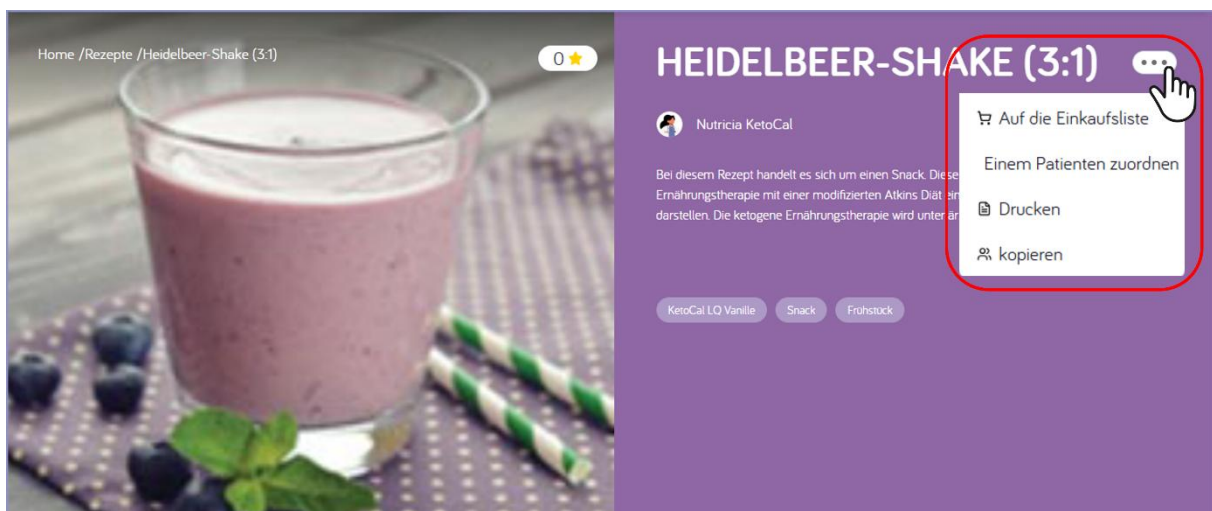


- Durch das Anklicken der Rezept-Kachel öffnest du das Rezept und kannst Zutaten, Zubereitungsschritte, die Nährwerte sowie das ketogene Verhältnis einsehen.

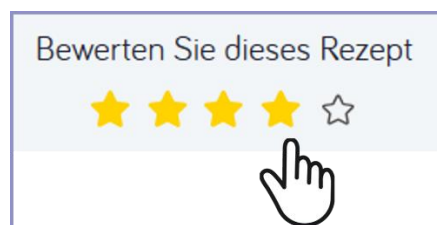
Suchergebnis für: shake (30 Rezepte gefunden)



9. Über die drei Punkte neben dem Rezeptnamen kannst du Zutaten dieses Rezepts auf die Einkaufsliste setzen, das Rezept einem Patienten zuordnen (um es später für dessen Diätbedürfnisse anzupassen), drucken oder kopieren und es so deiner eigenen Rezeptsammlung hinzufügen.



10. Im unteren Bereich des Rezepts kannst du deine Bewertung für das Rezept abgeben.



## EIGENE GESPEICHERTE REZEPTE EINSEHEN

1. Wähle den Menüpunkt „Meine Übersicht“.
2. Im Bereich MEINE REZEPTE kannst du deine Rezeptsammlung einsehen.

- Über das Suchfeld kannst du über den Rezeptnamen oder ein Stichwort ein Rezept schneller finden.
- Außerdem kannst du nach der Rezept-Kategorie oder der Diätform filtern.

The screenshot shows the user profile for 'Eva Mustermann' with 400 recipes and 11 patients. The interface includes a search bar, navigation tabs for 'Meine Rezepte', 'Meine Lebensmittel', 'Meine Medikamente', 'Meine Supplemente', 'Meine Nachrichten', and 'Einkaufsliste'. There is also a section for creating custom recipe categories and a search bar for filtering recipes by category and diet type.

- Klicke auf eine Rezeptkachel, um das Rezept einzusehen.
- Über die drei Punkte neben dem Rezeptnamen kannst du das Rezept einem Patienten zuordnen (um es später zu bearbeiten), drucken, kopieren, bearbeiten oder löschen.



**Hinweis:** Die Schritte zur Zuordnung von Rezepten findest du im Kapitel "Rezepte einem Patienten zuordnen"

## EIGENE GESPEICHERTE REZEPTE BEARBEITEN

- Wähle den Menüpunkt „Meine Übersicht“.
- Im Bereich MEINE REZEPTE kannst du deine Rezeptsammlung einsehen.
- Wähle das Rezept aus, das du verändern möchtest, indem du die Rezeptkachel anklickst.
- Über die drei Punkte neben dem Rezeptnamen kannst du das Rezept bearbeiten
- Das Rezept-Bearbeitungsfenster öffnet sich. Du kannst Folgendes bearbeiten:
  - Name des Rezepts:** Du kannst dem Rezept einen neuen Titel geben.

- b. **Bild:** Du kannst das bisherige Bild löschen
- c. **Bild:** Du kannst ein neues Bild hochladen
- d. **Beschreibung:** Du kannst eine Rezeptbeschreibung deiner Wahl einfügen.

**Rezept bearbeiten**

Name des Rezepts\*

a Avocado-Vanille-Creme (2,5:1)

Beschreibung

d Bei diesem Rezept handelt es sich um einen Snack. Dieser kann im Rahmen einer ketogenen Ernährungstherapie mit einer klassischen ketogenen Diät im Verhältnis 2,5:1 eine Mahlzeit oder Teil einer Mahlzeit darstellen. Die ketogene Ernährungstherapie wird unter ärztlicher

Bildgröße zum Hochladen: 488px X 349px

- e. **Zutaten:** Hier kannst du die Menge der Zutaten ändern (1), Zutaten löschen (2) oder über das Feld „Zutaten hinzufügen“ weitere Zutaten hinzufügen (3). Die Nährwerte und das ketogene Verhältnis werden automatisch aktualisiert. Du siehst es in der Zeile „Gesamt“ (4).

**Zutaten**

3

Lebensmittel	Menge (g/ml)	Fett (g)	MCT-Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (Kcal)	Eiweiß & Kohlenhydrate gesamt (g)
Avocado	1 - 60 +	750	0,00	0,82	2,13	78	2,95
KetoCal 2,5:1 LO Vanille	- 80 +	11,44	2,88	3,60	0,88	122	4,48
<b>4 Gesamt</b>		18,94	2,88	4,42	3,01	200	7,43
<b>5 Ziel</b>		37,72	0,00	6,75	8,35	400	15,10

2

4 **Gesamt**

5 **Ziel**

Fehlt Ihr Produkt/Lebensmittel? [Dann erstellen Sie es selbst!](#)

Ketogenes Verhältnis: 2.55:1

- f. **Zubereitung:** Hier kannst du die Zubereitungsanweisungen ändern.
- g. **Diätform:** Wähle die Diätform, unter der das Rezept zu finden sein sollte. Du kannst nur eine Diätform auswählen.
- h. **Kategorie:** Wähle die Kategorie, die deinem Rezept zugeordnet werden sollen. Du kannst mehrere auswählen. Klicke sie im Dropdown-Menü an.
- i. **Portionen:** Wähle mit dem Dropdown-Menü aus, für wie viele Portionen dieses Rezept berechnet ist.

- j. **Zusätzliche Informationen:** In dieses Feld kannst du eine Information deiner Wahl hinterlegen.

The screenshot shows a recipe editor interface with two main sections: 'Zubereitung' (Preparation) and 'Weitere Details' (Further Details). Red callouts highlight specific elements:

- f** highlights the 'Zubereitung' title.
- g** highlights the 'Diätform\*' dropdown menu, which is currently set to '2,5:1'.
- h** highlights the 'Kategorien\*' dropdown menu, which contains 'KetoCal 2,5:1 LO', 'KL KD 2,5:1', 'Frühstück', 'Snack', and 'Dessert'.
- i** highlights the 'Portionen\*' dropdown menu, which is currently set to '1'.
- j** highlights the 'Zusatzinformation' (Additional Information) text area, which contains the text: 'Schmeckt eisgekühlt besonders gut.'

The 'Zubereitung' text area contains the following text: 'Avocado schälen. Avocado und KetoCal LO Vanille in ein hohes Rühgefäß abwiegen und pürieren. Nach Bedarf mit Süßstoff abschmecken. Avocado hat - genauso wie KetoCal 2,5:1LO - ein ketogenes Verhältnis von 2,5:1. Daher kann die Menge der beiden Zutaten ganz nach Geschmack'.

- k. **Teilen:** Durch das Anklicken von „Teilen“ wird dein Rezept für andere Mitglieder einsehbar. Wenn du dein Rezept lieber nur für dich nutzen möchtest, entferne bitte das Häkchen.
- l. **Speichern:** Hier kannst du dein Rezept abspeichern

The screenshot shows the sharing and saving options section. A red callout **k** highlights a checkbox that is currently unchecked. The text next to it reads: 'Mit einem Klick auf "Teilen" wird dein Rezept dem Bereich "Rezeptsammlung" zugeordnet und kann von anderen Mitgliedern eingesehen werden. Wenn du dein Rezept lieber privat verwenden möchtest, deaktiviere bitte das Häkchen.' Below this text is a link: 'Nutzungsbedingungen: Vom Benutzer hinzugefügte Zutaten'. At the bottom of the section are two buttons: 'Abbrechen' (Cancel) and 'Speichern' (Save), with a red callout **l** highlighting the 'Speichern' button.

## REZEPT-KATEGORIEN

1. Erstelle eigene Rezept-Kategorien, um deine Rezepte übersichtlich zu strukturieren. Die Kategorien lassen sich jederzeit bearbeiten und anpassen. Gehe dazu in „Meine Übersicht“ und wähle den Bereich „Meine Rezepte“.
2. Über den Button „Neue Kategorie“ kannst du eine neue Kategorie erstellen.

NUTRICIA  
KetoCal  
MeinKetoPlanner


**1** Meine Übersicht

Rezepte Diätmanagement Hilfe

Rezeptsuche

Abmelden

Home /Meine Übersicht

 **Eva Mustermann** Bearbeiten

400 Rezepte 11 Patienten

eva.mustermann@test.de Klinik Neustadt

0049 Lindenallee 1, 12345 Neustadt, Deutschland

Meine Rezepte | Meine Lebensmittel | Meine Medikamente | Meine Supplemente | Meine Nachrichten | Einkaufsliste

> **Erstelle deine eigene Rezept-Kategorien** **2** neue Kategorie

Strukturiere deine Rezepte ganz einfach mit eigenen Kategorien, die du jederzeit bearbeiten kannst. Mit dem Pfeil auf der linken Seite öffnest du die Übersicht.

**Neue Kategorie erstellen** ✕

**Name der Kategorie**

Name eingeben

Speichern & Hinzufügen

3. Mit dem Pfeil auf der linken Seite öffnest du die Übersicht deiner Rezept-Kategorien. Hier kannst du Kategorien bearbeiten, löschen oder gezielt danach suchen.

Meine Rezepte | Meine Lebensmittel | Meine Medikamente | Meine Supplemente | Meine Nachrichten | Einkaufsliste

**3** ▼ **Erstelle deine eigene Rezept-Kategorien** neue Kategorie

Strukturiere deine Rezepte ganz einfach mit eigenen Kategorien, die du jederzeit bearbeiten kannst. Mit dem Pfeil auf der linken Seite öffnest du die Übersicht.

**Liste der Kategorien (2 Elemente)** Kategorie suchen

Anfänger-Rezepte		
Rezepte für A.M.		

- Nachdem du eine neue Kategorie angelegt hast, kannst du diese deinen bestehenden oder neuen Rezepten zuordnen. So findest du deine Rezepte schneller und übersichtlicher.

### Zubereitung

**B I U** ☰ ☰

Füge eine Beschreibung deines Rezepts ein...

### Zusatzinformation

Gebe hier Kochtipps oder andere zusätzliche Informationen ein.

Mit einem Klick auf "Teilen" wird dein Rezept dem Bereich "Rezeptsammlung" zuordnen. Wenn du dein Rezept lieber privat verwenden möchtest, deaktiviere bitte...

### Weitere Details

Diätform\*

Auswählen ▾

**4** Kategorien\*

Auswählen ▾

- Beikost Standard
- Weihnachten Standard
- Sommer Standard
- Vegetarisch Standard
- International Standard
- Anfänger-Rezepte Standard
- Rezepte für A.M. Standard

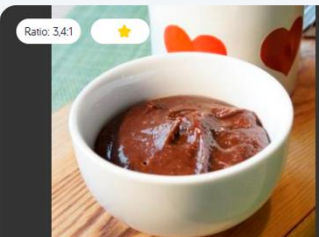
- In deiner Rezeptsammlung („Meine Übersicht“ → „Rezepte“) kannst du gezielt nach Rezepten suchen, die du bestimmten Kategorien zugeordnet hast.

**Meine Rezepte** | Meine Lebensmittel | Meine Medikamente | Meine Supplemente | Meine Nachrichten | Einkaufsliste


➤ **Erstelle deine eigene Rezept-Kategorien** ⊕ neue Kategorie

Strukturiere deine Rezepte ganz einfach mit eigenen Kategorien, die du jederzeit bearbeiten kannst. Mit dem Pfeil auf der linken Seite öffnest du die Übersicht.

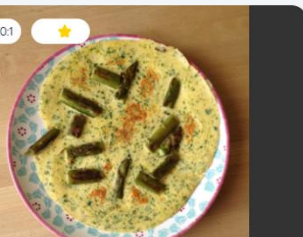
**5** Kategorie auswählen ▾ Diätform auswählen ▾ Neues Rezept



Ratio: 3:41



Ratio: 2:51



Ratio: 3:01

- MAD, vegetarisch Standard
- MCT-KD Standard
- Ostern Standard
- Rezepte für A.M.** Standard
- Snack Standard
- Sommer Standard

## REZEPTANPASSUNG

- Du hast die Möglichkeit, Rezepte individuell anzupassen – sowohl in der Portionsgröße als auch im ketogenen Verhältnis. Öffne dazu ein Rezept aus deiner Sammlung und gehe über das Dreipunkte-Menü auf „Bearbeiten“.

- Das Rezept öffnet sich nun im Bearbeitungsmodus. In der Zeile unterhalb der Zutatenliste kannst du auswählen, ob du die Kalorien oder das ketogene Verhältnis anpassen möchtest.

**Zutaten** Weitere hinzufügen

Lebensmittel	Menge (g/ml)	Fett (g)	MCT-Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (Kcal)	Eiweiß & Kohlenhydrate gesamt (g)	
KetoCal 4:1 Neutral (Pul...)	- 20 +	13,84	0,00	2,86	0,56	141	3,42	
Trinkwasser	- 80 +	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0,00	
Heidelbeere	- 30 +	0,18	0,00	0,18	1,81	14	1,99	
Sonnenblumenöl	- 8 +	8,00	0,00	0,00	0,00	71	0,00	
<b>Gesamt</b>		22,02	0,00	3,04	2,37	225	5,41	

Ketogenes Verhältnis: 4,07:1

- Wenn du die Kalorienmenge und damit die Portionsgröße des Rezepts anpassen möchtest, wähle den Button „Kalorien anpassen“. Gib anschließend die gewünschte Kalorienmenge ein und bestätige deine Eingabe mit dem Häkchen. Mit dem Kreuz kannst du den Vorgang abrechnen.

Bitte gib hier die Kalorien ein.

Die Zutatenmengen werden automatisch so angepasst, dass die gewünschte Kalorienmenge erreicht wird und das ketogene Verhältnis unverändert bleibt.

4. Wenn du das ketogene Verhältnis des Rezepts anpassen möchtest, wähle den Button „Verhältnis anpassen“. Gib anschließend das gewünschte Verhältnis ein und bestätige deine Eingabe mit dem Häkchen. Mit dem Kreuz kannst du den Vorgang abbrechen.

Bitte gib hier das Verhältnis ein.

Die Zutatenmengen werden automatisch so angepasst, dass das gewünschte ketogene Verhältnis erreicht wird und die Kalorienmenge unverändert bleibt.



Die Rezeptanpassungen basieren auf Berechnungen. Prüfe daher in der Praxis, ob sich das angepasste Rezept gut umsetzen lässt. Kleinere Anpassungen lassen sich meist einfacher umsetzen.

## EIN NEUES REZEPT ERSTELLEN

1. Wähle den Menüpunkt „Meine Übersicht“
2. Klicke auf den Button „Neues Rezept“

Home / Meine Übersicht

**Eva Mustermann** Bearbeiten

400 Rezepte 11 Patienten

eva.mustermann@test.de Klinik Neustadt  
0049 Lindenallee 1, 12345 Neustadt, Deutschland

Meine Rezepte | Meine Lebensmittel | Meine Medikamente | Meine Supplemente | Meine Nachrichten | Einkaufsliste

Erstelle deine eigene Rezept-Kategorien neue Kategorie

Strukturiere deine Rezepte ganz einfach mit eigenen Kategorien, die du jederzeit bearbeiten kannst. Mit dem Pfeil auf der linken Seite öffnest du die Übersicht.

Kategorie auswählen | Diätform auswählen | **Neues Rezept**

3. Hier kannst du ein neues Rezept eingeben und kannst dabei folgende Eingaben machen (siehe auch Kapitel „Eigene gespeicherte Rezepte modifizieren“.)
  - a. **Name des Rezepts:** Du kannst dem Rezept einen neuen Titel geben.
  - b. **Bild:** Du kannst ein neues Bild hochladen
  - c. **Beschreibung:** Du kannst eine Rezeptbeschreibung deiner Wahl einfügen
  - d. **Zutaten:** In der linken Spalte „Lebensmittel“ kannst du deine Zutaten eingeben. Sobald du das benötigte Lebensmittel eingibst, öffnet sich die Datenbank des Bundeslebensmittelschlüssels. Außerdem siehst du Lebensmittel, die andere Nutzer zum Teilen freigegeben haben (diese sind durch den Namen und Nutzerstatus gekennzeichnet).

Zutaten <span>Zutat hinzufügen</span>									
Lebensmittel	Menge (g/ml)	Fett (g)	MCT-Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (Kcal)	Eiweiß & Kohlenhydrate gesamt (g)		
Mascarp <span>▼</span>	- 60 +	7.50	0.00	0.82	2.13	78	2.95 <span>🗑️</span>		
Mascarpone									
Mascarpone Goldsteig (Max Mustermann – Fachpersonal)	- 80 +	11.44	2.88	3.60	0.88	122	4.48 <span>🗑️</span>		

Falls du dort Lebensmittel einer bestimmten Marke nicht findest oder Produkte aus eigener Herstellung ergänzen möchtest, kannst du diese unter „Meine Lebensmittel“

eintragen. Du gelangst direkt zu dieser Seite, wenn du auf den Link „Dann erstelle es hier selbst!“ klickst.

Fehlt dein Produkt/Lebensmittel? [Dann erstelle es hier selbst!](#)

- e. **Zutaten-Menge:** In der Spalte „Menge“ kannst du die Menge der Zutaten durch die Pfeile nach oben und unten anpassen. Du kannst aber auch eine Zahl in das Feld schreiben. Die Nährwerte und das ketogene Verhältnis werden automatisch aktualisiert. Du siehst es in der Zeile „Gesamt“.
- f. **Zubereitung:** Gib die Zubereitungsanweisung ein.
- g. **Kategorie:** Wähle die Kategorie, unter der das Rezept zu finden sein sollte. Du kannst nur eine Kategorie auswählen.
- h. **Tags:** Wähle die Stichwörter/Ordner/Tags, die deinem Rezept zugeordnet werden sollen. Du kannst mehrere Tags auswählen. Klicke sie im Dropdown-Menü an.
- i. **Zusätzliche Informationen:** Hier kannst du eine Information deiner Wahl hinterlegen.
- j. **Portionen:** Wähle mit dem Dropdown-Menü aus, für wie viele Portionen dieses Rezept berechnet ist.
- k. **Teilen:** Durch das Anklicken von „Teilen“ wird dein Rezept für andere Mitglieder einsehbar. Wenn du dein Rezept lieber nur für dich nutzen möchtest, entferne bitte das Häkchen.
- l. **Speichern:** Hier kannst du dein Rezept speichern.
- m. **Abbrechen:** Hiermit brichst du den Vorgang ab.

## PATIENTEN ANNEHMEN

Wenn sich Patient:innen auf der Seite von MeinKetoPlaner registrieren, können sie im Rahmen der Anmeldung eine Ernährungsfachkraft für die Verknüpfung auswählen. Sobald du als Fachkraft registriert bist, erscheinst du im Dropdown-Menü und kannst von Patient:innen angeklickt werden. Du wirst anschließend per E-Mail über die Anfrage informiert. Zusätzlich erscheint die Patienten-anfrage in deinem persönlichen Profilbereich im MeinKetoPlaner.

1. Wähle den Menüpunkt „Meine Übersicht“.
2. Klicke auf „Meine Patienten“ in deinem Profil.

Home / Meine Übersicht

**Eva Mustermann** Bearbeiten

400 Rezepte 11 Patienten

eva.mustermann@test.de | Klinik Neustadt  
0049 | Lindenallee 1, 12345 Neustadt, Deutschland

- Unter „Patientenanfragen“ siehst du die Patient:innen, die sich mit dir verknüpfen möchten. Über das Dreipunkte-Menü kannst du die Anfrage entweder annehmen oder ablehnen.

Patientenanfragen View All →

**JENNY BEISPIEL**

10 Jahre Alter	W Geschlecht	jenny.beispiel@test.de E-Mail-Adresse	Modifizierte Atkinsdiät ketogene Diät	0 zugeordnete Rezepte
-------------------	-----------------	--	--	--------------------------

wähle ×

- Annehmen
- Ablehnen

## PATIENTENDATEN EINSEHEN UND ÄNDERN

Unterhalb der Patientenanfragen findest du die Liste der Patient:innen, deren Verknüpfung du bereits angenommen hast. In der jeweiligen Patientenkachel kannst du wichtige Informationen einsehen – darunter Name, Alter, Geschlecht, E-Mail-Adresse sowie die Form der ketogenen Diät (1). Außerdem wird dir angezeigt, wie viele Rezepte du dieser Person bereits freigegeben hast (2). Dabei handelt es sich um Rezepte, die du dem/der Patient:in zugeordnet und überprüft hast (siehe auch Kapitel „Rezepte einem Patienten zuordnen“).

Klicke auf das Dreipunkte-Menü (3) und wähle „Bearbeiten“, um die Patientendaten einzusehen und bei Bedarf zu ändern.

**LUIS MÜLLER**

10 Jahre Alter	M Geschlecht	luis.mueller@test.de E-Mail-Adresse	Modifizierte Atkinsdiät ketogene Diät	10 Freigegebene Rezepte
-------------------	-----------------	--	--	-------------------------

Hier kannst du die von der Familie gemachten Angaben einsehen – zum Beispiel den Namen und Vornamen des Elternteils. Falls erforderlich, kannst du außerdem die Diätform über das Dropdown-Menü anpassen. Bestätige deine Änderungen mit einem Klick auf „Speichern“.

Form der ketogenen Diät\*

Modifizierte Atkinsdiät

Auswählen

Klassische Ketogene Diät

Modifizierte Atkinsdiät

Ketogene Diät mit MCT

Low Glycemic Index Diät

Ich möchte nichts verpassen und von exklusiven Services profitieren!\*\*

Ich habe mit einverstanden, dass die Danone Deutschland GmbH (im Folgenden "Nutricia") meine Daten verwendet, um meine Präferenzen zu verstehen und Warenproben erhalten und in die im Auftrag von Nutricia durchgeführte Marktforschung schließlich zu diesem Zwecke stimme ich zu. Diese Erklärung kann ich jederzeit schriftlich oder per E-Mail widerrufen.

Abbrechen Speichern

## DIÄTPLAN ERSTELLEN

1. Wähle den Menüpunkt „Meine Übersicht“.
2. Klicke auf „Meine Patienten“ in deinem Profil.

NUTRICIA  
**KetoCal**  
MeinKetoPlaner


1 Meine Übersicht

Rezepte Diätmanagement Hilfe

Rezeptsuche

Abmelden

Home / Meine Übersicht

 **Eva Mustermann** Bearbeiten


400 Rezepte 2 11 Patienten

eva.mustermann@test.de Klinik Neustadt

0049 Lindenallee 1, 12345 Neustadt, Deutschland

3. Wähle aus der Liste deiner bereits angenommenen Patient:innen diejenige Person aus, für die du einen Diätplan erstellen möchtest, indem du den entsprechenden Namen anklickst.

3

 **LUIS MÜLLER** ...

10 Jahre Alter M Geschlecht

luis.mueller@test.de E-Mail-Adresse

Modifizierte Atkinsdiät ketogene Diät

10 Freigegebene Rezepte

In der neuen Ansicht öffnet sich das Patientenprofil.

4. Über den Button „Bearbeiten“ kannst du die Patientendaten einsehen und bei Bedarf die Form der ketogenen Diät anpassen.
5. Klicke auf Diätplan.

Meine Übersicht    Rezepte    Diätmanagement    Hilfe       

Home / Diätmanagement

**LUIS MÜLLER** 4

23 Rezepte

luis.mueller@test.de    Klassische Ketogene Diät

Hauptstraße 1, Neustadt, Deutschland, 12345

5     Tagesplan    Medikamente    Supplemente    Zugeordnete Rezepte    Patienten Rezepte    Wochenplan    Monitoring

Es öffnet sich eine Maske, in die du folgende Eintragungen machen kannst:

- a. Das **Datum** des Diätplans. Es ist das aktuelle Datum eingestellt, du kannst es jedoch verändern, z.B. den Tag der Einstellung eintragen.
- b. Den **Altersbereich** deines Patienten/deiner Patientin (ausschlaggebend für die Kalorien- und Eiweißberechnung)
- c. Erst wenn du das **Wunschgewicht** bzw. aktuelle Gewicht eingegeben hast,
- d. berechnet der KetoPlanner eine Empfehlung für die Kalorien- und Eiweißzufuhr.
- e. Im weiteren Verlauf der Maske kannst du nun selbst anpassen, wieviel Kalorien dein Patient/deine Patientin pro Tag aufnehmen soll.
- f. Abhängig von der hinterlegten Diätform erscheint hier die Form der ketogenen Diät. Falls eine klassische ketogene Diät für diesen Patienten hinterlegt ist, kannst du hier über das Dropdown-Menü das ketogene Verhältnis festlegen.
- g. Ändere ggf. die Form der Nahrungsaufnahme über das Dropdown-Menü.
- h. Lege die Anzahl der Mahlzeiten pro Tag fest.

**Diätplan**

Hinweis:  
Vervollständige die mit \* markierten Felder. Die Berechnung des Diätplans erfolgt daraufhin automatisch.

**a** Diätplan vom:(TT.MM.JJ)  
23.08.25

**b** Altersbereich\*  
10 bis unter 13 Jahre (w)

**c** Aktuelles bzw. Wunsch-Gewicht:(kg)\*  
-

**d** Empfohlene Energiezufuhr (kcal)  
0

**e** Energiebedarf pro Tag (kcal):\*  
-

**f** Diät  
Modifizierte Atkinsdiät

**g** Nahrungsaufnahme  
Oral

**h** Mahlzeiten pro Tag  
3

- i. Falls für den/die Patient:in eine modifizierte Atkins-Diät hinterlegt ist, kannst du in der nächsten Kachel die erlaubte Menge an Kohlenhydraten (in Gramm pro Tag) eintragen.
- j. Zudem kannst du bei Bedarf die empfohlene Menge an MCT-Fett (in Gramm pro Tag) eintragen.

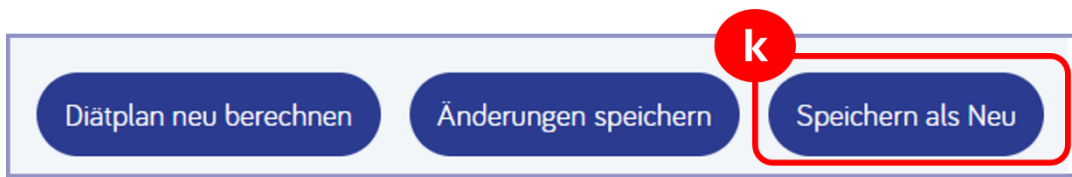
**i** Erlaubte Kohlenhydratmenge pro Tag (g)\*  
-

**j** Empfohlene Zufuhr MCT-Fett pro Tag (g)  
-

Wenn du diese Angaben gemacht hast, berechnet der KetoPlaner automatisch den täglichen Nährstoffbedarf deines Patienten bzw. deiner Patientin – sowohl pro Tag als auch pro Mahlzeit.

Falls eine klassische ketogene Diät hinterlegt ist, kannst du in diesem Schritt beispielsweise die Eiweißmenge individuell anpassen. Die berechneten Eiweißwerte orientieren sich an den aktuellen D-A-CH-Empfehlungen und basieren auf den hinterlegten Alters- und Gewichtsangaben des Patienten bzw. der Patientin. Außerdem kannst du ggf. Kommentare zu diesem Diätplan ergänzen.

- k. Speichere den Diätplan als neuen Diätplan ab.



Scrolle nach unten, um den Verlauf der bisher erstellten Diätpläne für den/die ausgewählte:n Patient:in einsehen zu können.

- l. Klicke auf das Datum eines Diätplans, um diesen zu öffnen. In der geöffneten Ansicht hast du außerdem die Möglichkeit, den Diätplan auszudrucken.
- m. Über das Papierkorb-Symbol kannst du einen Diätplan ganz einfach löschen.

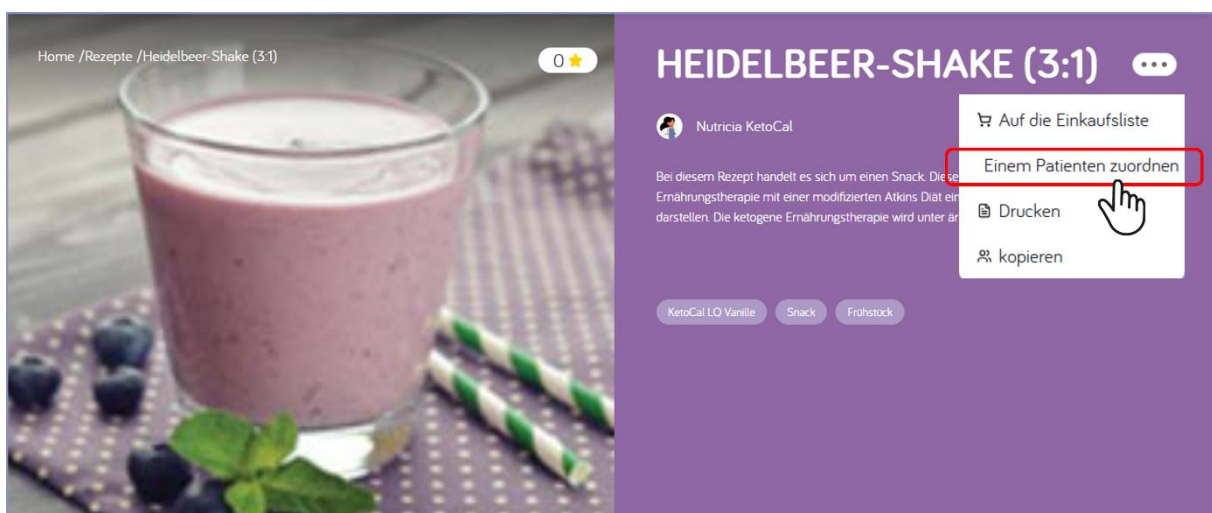


**Hinweis:** Erst nachdem du eine Patienten-anfrage angenommen und den Diätplan für den/die entsprechende:n Patient:in berechnet hast, kann diese:r alle Funktionen des KetoPlaners vollumfänglich nutzen.

## REZEPT EINEM PATIENTEN ZUORDNEN

Du kannst Rezepte einem deiner Patient:innen zuordnen, um sie anschließend entsprechend des jeweiligen Diätregimes anzupassen.

1. Öffne das Rezept, das du einem/r deiner Patient:innen zuordnen möchtest, indem du die Rezeptkachel anklickst.
2. Wähle über das Dreipunkte-Menü „Rezept einem Patienten zuordnen“



3. In einem neuen Fenster öffnet sich die Rezeptansicht. Dort kannst du die Nährwerte sowie das ketogene Verhältnis des jeweiligen Rezepts einsehen.

4. Wähle im Dropdown-Menü „Rezept zuordnen“ den/die Patient:in aus, dem/der du das Rezept zuordnen möchtest.
5. Sobald du das Rezept einem Patienten zugeordnet hast, kannst du in der Ansicht auch die empfohlenen Nährwerte pro Mahlzeit für diesen Patienten sehen.

**Heidelbeer-Shake (3:1)**

**3** NÄHRWERT DES REZEPTS:

1,82 g	159 Kcal	14,92 g	0 g	3,22 g	3:1
Kohlenhydrate	Kalorien(Kcal)	Fett	MCT	Eiweiß	ketogenes Verhältnis

**Rezept zuordnen**

**4** Patient auswählen

Luis Müller (Maria Schmidt-Müller)

**5** EMPFOHLENE NÄHRSTOFFZUFUHR PRO MAHLZEIT:

8,35 g	400 Kcal	37,72 g	2,50 g	6,75 g	2.5:1
Kohlenhydrate	Kalorien(Kcal)	Fett	MCT	Eiweiß	ketogenes Verhältnis

6. Bei Bedarf kannst du hier noch Anweisungen oder Kommentare einfügen.
7. Falls du das Rezept für deinen Patienten anpassen möchtest, setze hier ein Häkchen.
8. Speichere deine Eingaben ab – das Rezept erscheint anschließend im Bereich „Zugeordnete Rezepte“ des ausgewählten Patienten bzw. der ausgewählten Patientin.

**6** Anweisungen

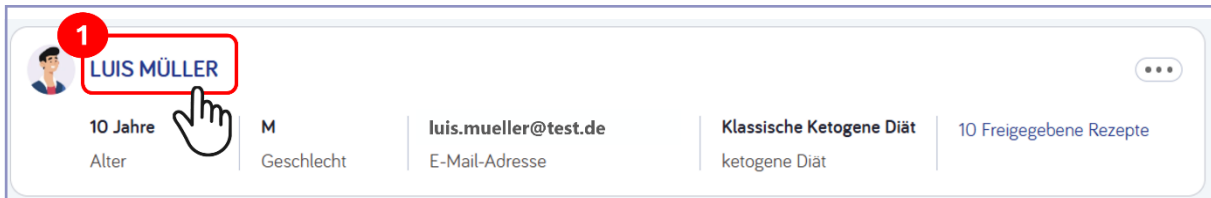
**7**  Möchtest du eine Kopie dieses Rezept erstellen, um es für deinen Patienten anpassen zu können?

Abbrechen

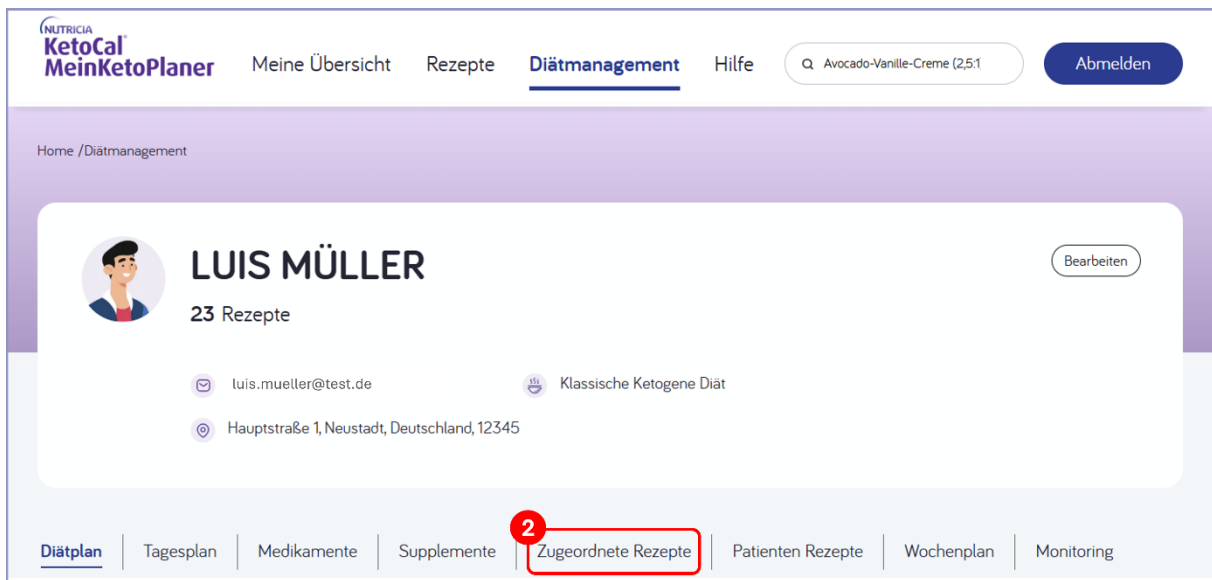
**8** Speichern

## ZUGEORDNETE REZEPTE ANPASSEN / PATIENTENREZEPTE FREIGEBEN

1. Wähle in deiner Übersicht den/die Patient:in aus, für den/die du ein bereits zugeordnetes Rezept anpassen möchtest. Klicke dazu auf den Namen des Patienten, um die Detailansicht zu öffnen.



2. Wähle in der Übersicht zu deinem Patienten den Untermenüpunkt „Zugeordnete Rezepte“, um alle Rezepte einzusehen, die du diesem Patienten bereits zugeordnet hast.



3. Öffne eines der bereits zugeordneten Rezepte, indem du auf die entsprechende Rezeptekachel klickst. So kannst du dieses Rezept individuell für deinen Patienten bzw. deine Patientin anpassen.
4. Wähle im Dreipunkte-Menü dieses Rezepts „Rezept bearbeiten“.



5. Es öffnet sich die Detailansicht des Rezepts. In den Zeilen „Gesamt“ und „Ziel“ kannst du die Nährwerte dieses Rezepts mit den Diätzielen des/der jeweiligen Patient:in abgleichen. Falls erforderlich, kannst du die Werte durch Anpassung der Zutatenmenge verändern oder über „Zutat hinzufügen“ weitere Zutaten ergänzen.
6. Im unteren Bereich der Detailansicht kannst du ein Häkchen setzen, um zu bestätigen, dass du das Rezept überprüft hast. Sobald dies erfolgt ist, erscheint das Rezept im Profil des/der Patient:in unter „Freigegebene Rezepte“.

überprüft

Wenn du das Rezept als "Überprüft anklickst, wird dein Patient dieses Rezept in seiner Sammlung unter "Freigegebene Rezepte" einsehen können.

7. In der Übersicht zu deinen Patient:innen kannst du über den Menüpunkt „Patientenrezepte“ sehen, welche Rezepte bereits freigegeben – also von dir überprüft – sind. Unter „Offene Rezepte“ findest du alle Rezepte, die bisher noch nicht überprüft wurden – entweder von dir oder von einer anderen Ernährungsfachkraft.

## TAGESPLAN ERSTELLEN

1. Wähle in deiner Übersicht den/die Patient:in aus, für den/die du einen Tagesplan erstellen möchtest. Klicke dazu auf den Namen des Patienten, um die Detailansicht zu öffnen.

2. Wähle in der Übersicht zu deinem Patienten den Untermenüpunkt „Tagesplan“, um alle Tagespläne einzusehen, die für diesen Patienten bereits berechnet wurden oder um einen neuen Tagesplan zu erstellen.
3. Klicke auf „Neuen Tagesplan erstellen“.

The screenshot shows the user interface of the KetoCal MeinKetoPlanner. At the top, there is a navigation bar with the logo, menu items (Meine Übersicht, Rezepte, Diätmanagement, Hilfe), a search bar containing 'Avocado-Vanille-Creme (2,5:1)', and a 'Abmelden' button. Below the navigation bar, the breadcrumb path 'Home / Diätmanagement / Tagesplan' is visible. The main content area features a patient profile for 'LUIS MÜLLER' with 23 recipes, an email address 'christina.rudersdorf@t-online.de', a diet type 'Klassische Ketogene Diät', and an address 'Hauptstraße 1, Neustadt, Deutschland, 12345'. A 'Bearbeiten' button is located next to the name. Below the profile, a navigation menu includes 'Diätplan', 'Tagesplan' (highlighted with a red box and a '2' callout), 'Medikamente', 'Supplemente', 'Zugeordnete Rezepte', 'Patienten Rezepte', 'Wochenplan', and 'Monitoring'. At the bottom left, there is a text box: 'Empfohlene Flüssigkeitszufuhr auf Basis eines Körpergewichts von 23 kg 60 ml/kg KG/Tag = 1380 ml Zuletzt aktualisiert: 12.09.2025'. At the bottom right, a 'Neuen Tagesplan erstellen' button is highlighted with a red box and a '3' callout.

Im Tagesplan wird jede Mahlzeit – Frühstück, Mittagessen, Zwischenmahlzeit und Abendessen – in einer eigenen Kachel dargestellt. Für jede dieser Mahlzeiten kannst du die Rezepte dieses Patienten (freigegebene und offene) auswählen oder einzelne Lebensmittel manuell eingeben.

- a. Gib das Datum für den Tagesplan ein, falls es vom aktuellen Datum abweicht.
- b. Wähle in der ersten Spalte aus, ob du ein Rezept, ein Lebensmittel oder ein Supplement für diese Mahlzeit hinzufügen möchtest.
- c. Wenn du „Rezept“ auswählst, erscheint in der zweiten Spalte eine Auswahl deiner verfügbaren Rezepte:
  - Freigegebene Rezepte: Diese wurden bereits geprüft.
  - Offene Rezepte: Diese wurden noch nicht geprüft.

Wenn du „Lebensmittel“ auswählst, kannst du das gewünschte Lebensmittel eintippen und es erscheint die Auswahl der Lebensmittel-Datenbank.

Wenn du „Supplemente“ auswählst, kannst du in der zweiten Spalte aus den Supplementen auswählen, die diesem Patienten zugeordnet wurden.
- d. Je nachdem, was du ausgewählt hast, kannst du in der nächsten Spalte die Menge als Portionsgröße (bei Rezepten) oder als Menge in g oder ml (bei Lebensmittel) angeben. Es werden automatisch die Nährstoffe für das Hinzugefügte angezeigt. Außerdem wird dir in der unteren Zeile die Summe für diese Mahlzeit angezeigt.
- e. Über „Weitere hinzufügen“ kannst du weitere Zeilen für die entsprechende Mahlzeit hinzufügen.

Tagesplan vom: **a** 20.08.2025 Luis Müller **e** Weitere hinzufügen ▾

**Frühstück** Ketogenes Verhältnis: 2.83:1

hinzufügen	Auswahl	Einheit	Menge	Fett (g)	MCT (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (Kcal)	Eiweiß & Kohlenhydrate insgesamt (g)
<b>b</b> Wahlen ▾	<b>c</b> Search and Select... ▾		<b>d</b> - 0 +	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0.00
Wahlen ▾				0.00	0.00	0.00	0.00	0	0.00
Wahlen ▾									
Rezept									
Lebensmittel									
Supplement									

Wahlen ▾  
Frühstück  
Mittagessen  
Abendessen  
Zwischenmahlzeit



Wusstest du schon? Auch die Nutricia-Produkte sind in der Lebensmitteldatenbank hinterlegt und können hier eingegeben werden!

4. In der letzten Zeile des Tagesplans kannst du die Gesamtsumme der Nährwerte mit den Zielwerten des Diätplans dieses Patienten vergleichen.

**Gesamtsumme**

	Fett (g)	MCT (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (Kcal)	Eiweiß & Kohlenhydrate insgesamt (g)	Ketogenes Verhältnis
<b>4</b> Gesamtsumme	162.16	8.19	44.83	12.55	1693	57.37	2.83:1
Ziel	150.90	10.00	27.00	33.40	1600	60.40	2.5:1

5. Speichere den fertigen Tagesplan ab.

Stornieren **Speichern**

6. Der Tagesplan ist nun in der Sammlung der Tagespläne für diesen Patienten abgespeichert und kann über das Dreipunkte-Menü gedruckt, kopiert, bearbeitet oder gelöscht werden. Außerdem kannst du dir das Mikronährstoffprofil für den ausgewählten Tag anzeigen lassen.

**DATUM 22.06.2022**  
 Maria Schmidt-Rudersdorf (Elternteil / Betreuer)

<b>2,53:1</b> Ketogenes Verhältnis	<b>13.:</b> KH-
---------------------------------------	--------------------

- Auf die Einkaufsliste
- drucken
- Kopieren
- Bearbeiten
- Löschen
- Mikronährstoffprofil

7. Durch das Abspeichern eines Tagesplans erscheint dieser automatisch im Wochenplan dieses Patienten.

## WOCHENPLAN EINSEHEN ODER ERSTELLEN

1. Wähle in deiner Übersicht den/die Patient:in aus, für den/die du einen Wochenplan einsehen oder erstellen möchtest. Klicke dazu auf den Namen des Patienten, um die Detailansicht zu öffnen.

**1** **LUIS MÜLLER**

10 Jahre Alter	M Geschlecht	luis.mueller@test.de E-Mail-Adresse	Klassische Ketogene Diät ketogene Diät	10 Freigegebene Rezepte
-------------------	-----------------	--	---	-------------------------

2. Wähle in der Übersicht zu deinem Patienten den Untermenüpunkt „Wochenplan“.

NUTRICIA  
**KetoCal**  
MeinKetoPlaner

Meine Übersicht    Rezepte    Diätmanagement    Hilfe

Q Avocado-Vanille-Creme (2,5:1)    Abmelden

Home / Diätmanagement



**LUIS MÜLLER** Bearbeiten

23 Rezepte

✉ luis.mueller@test.de    🏠 Klassische Ketogene Diät

📍 Hauptstraße 1, Neustadt, Deutschland, 12345

Diätplan | Tagesplan | Medikamente | Supplemente | Zugeordnete Rezepte | Patienten Rezepte | 2 Wochenplan | Monitoring

3. Es erscheint eine aktuelle Wochenansicht und anhand der Pfeile kannst du eine Woche auswählen. Du siehst für welche Tage es schon Tagespläne gibt.
4. Wenn du auf „Plan hinzufügen klickst“ öffnet sich das Fenster zum Erstellen eines Tagesplans für das ausgewählte Datum (siehe „Tagesplan erstellen“).

3

<
JULI 7 - JULI 13
>

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	7	8	9	10	11	12	13
<b>Frühstück</b> (Rezepte)				Pancakes mit Himbeeren (MAD)	Pancakes mit Himbeeren (MAD)	Müsli mit Kokos und Himbeeren 3:1	
<b>Mittagessen</b> (Rezepte)	Plan hinzufügen	Plan hinzufügen	Plan hinzufügen	Champignon und Spinat Curry (3:1)	Käse Lauch Suppe mit Hackfleisch	Möhren-Zucchini-Puffer 3:1	4 Plan hinzufügen
<b>Abendessen</b> (Rezepte)				Butter (20 g) Olivenbrötchen	Butter (20 g) Olivenbrötchen	Butter (20 g) Olivenbrötchen	

## MONITORING

Deine Patient:innen können im Ketoplaner einen Anfallskalender führen sowie Keton- und Glukosewerte dokumentieren. Dabei legen sie selbst fest, ob du als betreuende Ernährungstherapeut:in Einblick in die Daten erhältst.

1. Wurde Dir der Einblick gewährt, kannst Du die Daten im Patientenprofil einsehen. Gehe dazu unter „Meine Übersicht“ auf „Patient:innen“ und öffne das Patientenprofil, indem Du auf den Namen in der Patientenachel klickst.

Home / Meine Übersicht

**Eva Mustermann** Bearbeiten

400 Rezepte **11 Patienten**

eva.mustermann@test.de | Klinik Neustadt

0049 | Lindenallee 1, 12345 Neustadt, Deutschland

Meine Rezepte | Meine Lebensmittel | Meine Medikamente | Meine Supplemente | Meine Nachrichten | Einkaufsliste

1. Indem du auf den Namen in der Patientenachel klickst, öffnest du das Patientenprofil.

**LUIS MÜLLER** ...

9 Jahre | M | luis.mueller@test.de | Klassische Ketogene Diät | 0 Freigegebene Rezepte

Alter | Geschlecht | E-Mail-Adresse | ketogene Diät

2. Wähle im Patientenprofil „Monitoring“ aus.

Home / Diätmanagement / Name des Patienten

**LUIS MÜLLER** Bearbeiten

23 Rezepte

luis.mueller@test.de | Klassische Ketogene Diät

Hauptstraße 1, Neustadt, Deutschland, 12345

Diätplan | Tagesplan | Medikamente | Supplemente | Zugeordnete Rezepte | Patienten Rezepte | Wochenplan **Monitoring**

Im Bereich „Anfallsarten“ kannst du die Anfälle einsehen, die bei deiner Patientin/ deinem Patienten auftreten.

[Anfallsarten](#) | Werte eingeben | Trends anzeigen

Gib die Art der Anfälle an, die bei dir auftreten und wähle ein Symbol aus, das für diese Anfallsart im Monitoring erscheinen soll.  
 Füllen Sie die Beschreibung der Anfallsarten gemeinsam mit Ihrem Arzt/Neurologen aus.

Typ A	<input type="text" value="Tonisch-klonisch"/>	<input checked="" type="radio" value="Kreis"/> Kreis	<input type="button" value="🗑️"/>
Typ B	<input type="text" value="Absencen"/>	<input checked="" type="radio" value="Stern"/> Stern	<input type="button" value="🗑️"/>

3. Du kannst dir die eingegebenen Werte als Verlauf anzeigen lassen. Wähle dazu unter „Monitoring“ den Menüpunkt „Trends anzeigen“ aus. Du kannst auswählen, ob du dir die Werte
- Als Tabelle oder
  - Als Graphik anzeigen lassen möchtest.
  - Gib den Zeitraum an, für den du dir die Werte anzeigen lassen möchtest.
  - Mit dem „Download“-Button kannst du dir die Tabelle oder die Graphik herunterladen.

[Diätplan](#) | [Tagesplan](#) | [Medikamente](#) | [Supplemente](#) | [Zugeordnete Rezepte](#) | [Patienten Rezepte](#) | [Wochenplan](#) | [Monitoring](#)

[Anfallsarten](#) | Werte eingeben | [Trends anzeigen](#)

Behalte deinen Verlauf im Blick  
 Bestimme den Zeitraum (max. 3 Monate) und die Werte, die im Graph angezeigt werden sollen.

—

4. Wenn du dir die Trends als Grafik anzeigen lässt, kannst du auswählen, welche Werte im Diagramm dargestellt werden sollen:
- Ketonwerte
  - Glukosewerte
  - Anfälle



In Bereich „Monitoring“ kannst du ausschließlich die Daten einsehen, die deine Patient:in freigegeben hat. Eigene Eintragungen sind hier nicht möglich.

## EINKAUFSLISTE

1. Lebensmittel aus Rezepten sowie aus dem Tagesplan können mit einem Klick zur Einkaufsliste hinzugefügt werden. Wähle dafür im jeweiligen Rezept oder Tagesplan die Option „Zur Einkaufsliste hinzufügen“ im Dreipunkte-Menü. Bereits vorhandene Einträge werden automatisch zusammengeführt.



2. Es öffnet sich eine Ansicht, in der du die Lebensmittel auswählst, die auf die Einkaufsliste übernommen werden sollen. Setze dazu ein Häkchen bei den gewünschten Lebensmitteln und passe die Mengen bei Bedarf entsprechend an. Klicke auf „Auf die Einkaufsliste“, um die

ausgewählten Lebensmittel auf die Einkaufsliste zu übernehmen. In dieser Ansicht siehst du rechts neben jedem Lebensmittel, ob es bereits auf deiner Einkaufsliste steht.

**Einzelheiten zu den Zutaten** ✕

<input checked="" type="checkbox"/>	Butter	⊖	50	⊕	g	Bereits im Warenkorb Menge: 50
<input checked="" type="checkbox"/>	KetoCal 4:1 Vanille (Pulver)	⊖	45	⊕	g	Bereits im Warenkorb Menge: 45
<input checked="" type="checkbox"/>	Hühnerei	⊖	55	⊕	g	
<input checked="" type="checkbox"/>	Kakaopulver	⊖	3	⊕	g	
<input checked="" type="checkbox"/>	Mandel süß Mehl	⊖	20	⊕	g	
<input checked="" type="checkbox"/>	Schlagsahne 30% Fett	⊖	25	⊕	g	

Auf die Einkaufsliste

Zur Einkaufsliste

Abbrechen

3. Um deine Einkaufsliste zu bearbeiten oder auszudrucken, wähle in „Meine Übersicht“ den Menüpunkt „Einkaufsliste“.
4. Hier kannst du weitere Lebensmittel über die Option „Weitere hinzufügen“ zur Einkaufsliste ergänzen.
5. Im Suchfeld kannst du gezielt nach Lebensmitteln auf deiner Einkaufsliste suchen.
6. Über das Dreipunkte-Menü hast du außerdem die Möglichkeit, die Einkaufsliste zu drucken oder zu löschen.
7. Mit dem Drag-&-Drop-Symbol kannst du die Reihenfolge der Lebensmittel auf deiner Einkaufsliste ändern.
8. Wenn du ein Lebensmittel auf deiner Liste ankreuzt, wird es in die „Gekauft“-Liste im unteren Bereich verschoben.

Meine Übersicht | Rezepte | Diätmanagement | Hilfe |  | [Abmelden](#)

Meine Rezepte | Meine Lebensmittel | Meine Medikamente | Meine Supplemente | Meine Nachrichten | [Einkaufsliste](#)

**Plane deinen Keto-Alltag mit der Einkaufsliste.**  
Passe die Lebensmittel-Mengen an oder gib sie direkt ein. Tippe auf einen Artikel, um ihn als gekauft zu markieren. Verwende das gepunktete Ziehsymbol, um die Reihenfolge der Lebensmittel zu verändern.

**Einkaufsliste (12 Artikel)** [Weitere hinzufügen](#)  ⋮

<input type="checkbox"/>	Kürbiskern	50	g	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Leinsamen geschrotet	100	g	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Macadamianuss geröstet	150	g	<input type="checkbox"/>

## LEBENSMITTEL EINGEBEN

Im KetoPlanner ist der Bundeslebensmittelschlüssel (BLS) hinterlegt – eine umfangreiche Lebensmitteldatenbank mit standardisierten Nährwertangaben. Falls du dort Lebensmittel einer bestimmten Marke nicht findest oder Produkte aus eigener Herstellung ergänzen möchtest, kannst du diese unter „Meine Lebensmittel“ eintragen.

1. Wähle den Menüpunkt „Meine Übersicht“
2. Wähle im Untermenü „Meine Lebensmittel“
3. Klicke auf den Button „Neues Lebensmittel einfügen“

NUTRICIA  
**KetoCal**  
MeinKetoPlanner [Rezepte](#) | [Diätmanagement](#) | [Hilfe](#) |  | [Abmelden](#)

Home / Meine Übersicht

**Eva Mustermann** [Bearbeiten](#)

400 Rezepte | 11 Patienten

|   
 |

Meine Rezepte | [Meine Lebensmittel](#) | Meine Medikamente | Meine Supplemente | Meine Nachrichten | Einkaufsliste

[Neues Lebensmittel hinzufügen](#)

4. Es öffnet sich ein Eingabefenster, in dem du den Namen des Lebensmittels, sowie die Nährstoffe und die Kalorien eingeben kannst. Du kannst entscheiden, ob und welche Mikronährstoffe du zusätzlich eingeben möchtest.
5. Gib noch an, ob das Lebensmittel flüssig ist oder nicht (so entscheidet sich, ob es später in g oder ml gemessen wird) und ob du es mit anderen teilen möchtest.
6. Speichere dein Lebensmittel ab.

## MEDIKAMENTE EINGEBEN / MEDIKAMENT EINEM PATIENTEN ZUORDNEN

1. Wähle den Menüpunkt „Meine Übersicht“
2. Wähle im Untermenü „Meine Medikamente“
3. Klicke auf den Button „Medikament einfügen“

The screenshot shows the user interface of the KetoCal MeinKetoPlanner. At the top left is the logo 'NUTRICIA KetoCal MeinKetoPlanner'. To its right is a navigation bar with 'Meine Übersicht' (highlighted with a red circle and '1'), 'Rezepte', 'Diätmanagement', and 'Hilfe'. A search bar 'Rezeptsuche' and a 'Abmelden' button are also present. Below the navigation bar is a breadcrumb 'Home / Meine Übersicht'. The main content area features a user profile for 'Eva Mustermann' with a 'Bearbeiten' button. The profile includes contact information: 'eva.mustermann@test.de', '0049', 'Klinik Neustadt', and 'Lindenallee 1, 12345 Neustadt, Deutschland'. Below the profile is a horizontal menu with 'Meine Rezepte', 'Meine Lebensmittel', 'Meine Medikamente' (highlighted with a red circle and '2'), 'Meine Supplemente', 'Meine Nachrichten', and 'Einkaufsliste'. At the bottom left is a search bar 'Suche mein Medikament'. At the bottom right is a 'Medikament hinzufügen' button (highlighted with a red circle and '3').

4. Gib den Medikamentennamen, Dosis, Einheit und Kohlenhydratgehalt pro Dosis an und speichere das Medikament.
5. Du kannst die Medikamente aus deiner Datenbank deinen Patienten über das Dropdown-Menü „Patienten auswählen“ zuordnen.

## SUPPLEMENTE EINGEBEN / SUPPLEMENT EINEM PATIENTEN ZUORDNEN

1. Wähle den Menüpunkt „Meine Übersicht“
2. Wähle im Untermenü „Meine Supplemente“
3. Klicke auf den Button „Supplement einfügen“

Home / Meine Übersicht

**Eva Mustermann** Bearbeiten

400 Rezepte 11 Patienten

eva.mustermann@test.de Klinik Neustadt  
0049 Lindenallee 1, 12345 Neustadt, Deutschland

Meine Rezepte | Meine Lebensmittel | Meine Medikamente | **Meine Supplemente** | Meine Nachrichten | Einkaufsliste

Suche meine Nahrungsergänzungsmittel Supplement hinzufügen

4. Im Eingabefenster kannst du alle Angaben zu diesem Supplement eintragen und abspeichern.
5. Du kannst die Supplemente aus deiner Datenbank deinen Patienten über das Dropdown-Menü „Patienten auswählen“ zuordnen oder sie im Tagesplan deiner Patienten einfügen.

## HILFEZENTRUM

Im Ketoplaner findest du im Hilfebereich hilfreiche Unterstützung für die Nutzung von MeinKetoPlanner sowie für die Umsetzung der ketogenen Ernährungstherapie.

1. Wähle dazu den Menüpunkt „Hilfe“.
2. Im Bereich „Infos & Mehr“ findest du verschiedene Themen rund um die ketogene Ernährungstherapie. Durch das Anklicken einer Themenkachel gelangst du zu weiteren Informationen zu diesem Thema.

Meine Übersicht    Rezepte    Diätmanagement    **Hilfe**       

Home / Hilfecenter

Infos & Mehr    Anleitungen    Fragen & Antworten

## Infos & Mehr

**Rezepte**

Leckere Rezepte einfach finden und nachkochen

→

**MCT**

Die Abkürzung MCT steht für Mittelkettige Triglyceride (medium-chain-triglycerides).

→

**Ketose**

Als Ketose bezeichnet man den Stoffwechsellzustand, in dem genügend Ketone vorliegen, um den Körper mit Energi...

→


3. Im Bereich „Anleitungen“ findest du die Anleitung „MeinKetoPlanner“ sowie alle Kurzanleitungen zu neuen Funktionen. Dort werden die einzelnen Funktionen Schritt für Schritt erklärt und du kannst die Anleitungen herunterladen.

Meine Übersicht    Rezepte    Diätmanagement    **Hilfe**       

Infos & Mehr    **Anleitungen**    Fragen & Antworten


## Ketoplaner Anleitung

So nutzt du den Ketoplaner - Alle Funktionen Schritt für Schritt erklärt.



**Anleitung "MeinKetoPlanner" für medizinisches Fachpersonal**  
Alle KetoPlanner-Funktionen Schritt für Schritt erklärt

Herunterladen



**Kurzanleitung "Einkaufsliste" für medizinische Fachkräfte**  
Wie erstelle ich eine Einkaufsliste - Schritt für Schritt erklärt

Herunterladen

4. Im Bereich „Fragen & Antworten“ findest du Antworten auf häufig gestellte Fragen.

NUTRICIA KetoCal MeinKetoPlanner Meine Übersicht Rezepte Diätmanagement **Hilfe**  [Abmelden](#)

Infos & Mehr | Anleitungen | **Fragen & Antworten**

## Häufig gestellte Fragen


- + Was ist die Ketose?
- + Was sind Ketone?
- + Ketonwert-Monitoring
- + Was ist MCT?

## NACHRICHTEN VERSCHICKEN UND EMPFANGEN



1. Wähle den Menüpunkt „Meine Übersicht“
2. Wähle im Untermenü „Meine Nachrichten“



NUTRICIA KetoCal MeinKetoPlanner **Meine Übersicht** Rezepte Diätmanagement Hilfe  [Abmelden](#)

Home / Meine Übersicht

 **Eva Mustermann** [Bearbeiten](#)

400 Rezepte 11 Patienten

 eva.mustermann@test.de  Klinik Neustadt

 0049  Lindenallee 1, 12345 Neustadt, Deutschland

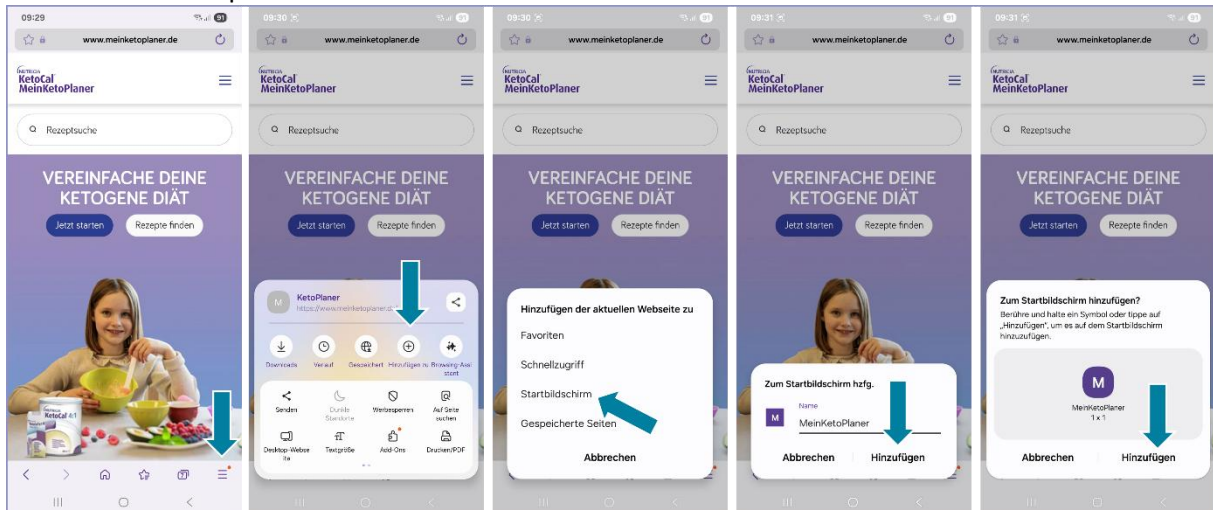
Meine Rezepte | Meine Lebensmittel | Meine Medikamente | Meine Supplemente | **Meine Nachrichten** | Einkaufsliste

3. Wähle zunächst den/die Patient:in aus, dem/der du eine Nachricht schicken möchtest. Gebe anschließend deine Nachricht in das dafür vorgesehene Eingabefeld ein.

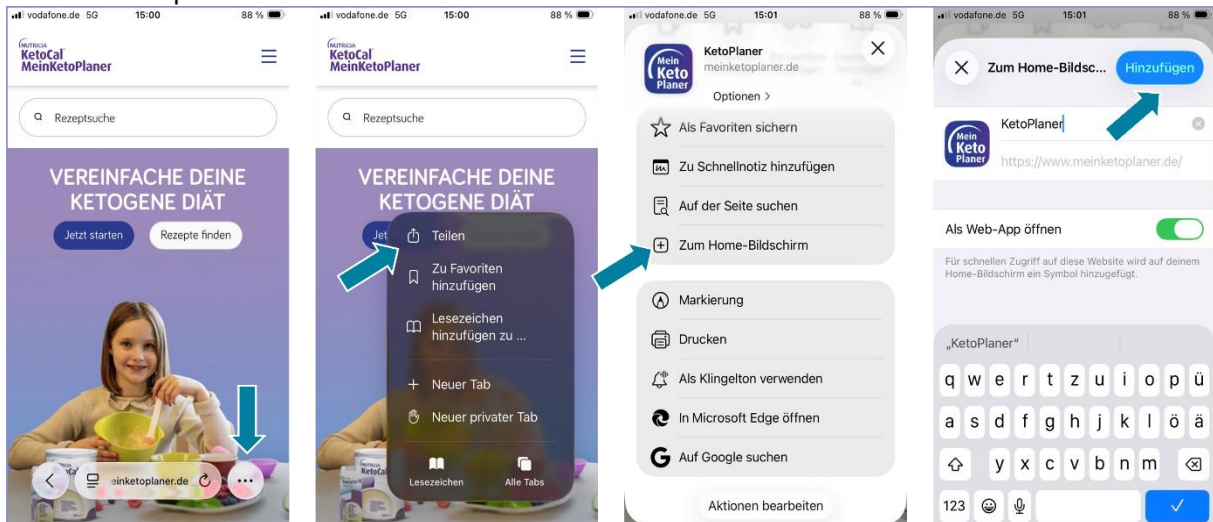
## EINRICHTEN WEB-APP

Du kannst den KetoPlanner auf dem Startbildschirm (Home-Screen) deines Smartphones speichern. Je nach Betriebssystem und Browser können Layout und Button-Bezeichnungen abweichen.

Für Android-Smartphones:



Für IOS-Smartphones:



## DATENSCHUTZ UND NUTZUNGSBEDINGUNGEN EINSEHEN

1. Du kannst von jeder Unterseite im KetoPlaner auf die Informationen zum Datenschutz und zu den Nutzungsbedingungen zugreifen. Scrolle dazu einfach ganz nach unten – in der Fußzeile findest du die entsprechenden Links.

NUTRICIA  
**KetoCal**  
MeinKetoPlaner

Alle auf dieser Website aufgeführten Nutricia Produkte sind Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke und sollten nur unter ärztlicher Aufsicht verwendet werden. Die ketogene Ernährungstherapie sollte unter enger medizinischer Betreuung angewendet werden. Bitte stimme dich mit deiner Ernährungsfachkraft ab, ob das jeweilige Rezept für dich geeignet ist.

[Kontakt](#)  
[Datenschutz](#)  
[Nutzungsbedingungen](#)  
[Cookies](#)

**Kontakt**

Wir sind gerne für dich da!  
Danone Deutschland GmbH  
Nutricia Metabolics

☎ 00800 - 747 737 99 (D+A+CH; gebührenfrei)

✉ [info-keto@nutricia-metabolics.de](mailto:info-keto@nutricia-metabolics.de)

🌐 [www.ketocal.de](http://www.ketocal.de)

## VIEL ERFOLG mit MeinKetoPlaner!

Weitere umfangreiche Informationen rund um die ketogene Ernährungstherapie findest du unter [www.ketocal.de](http://www.ketocal.de).