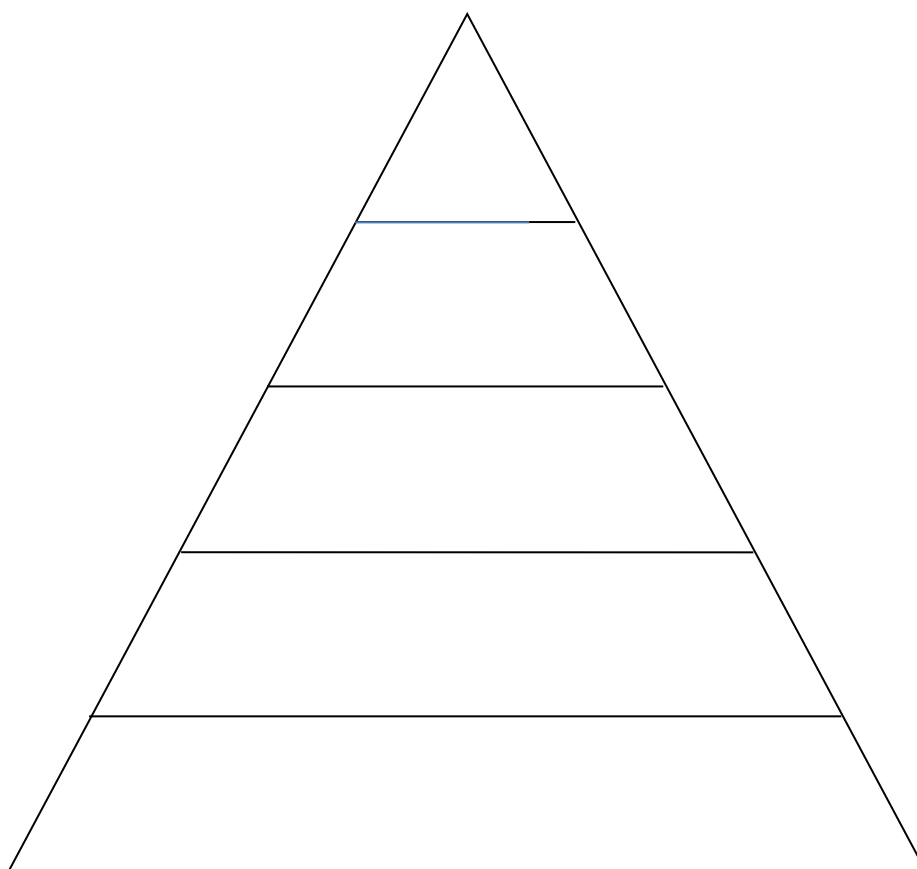


Lebensmittel

Arbeitsblatt Plus

- ▲ 1.** Die Zusammensetzung unserer Nahrung ist besonders wichtig, um gesund zu bleiben. Die Grundlage dafür wird mithilfe einer Nahrungspyramide dargestellt. Recherchiere und ordne folgende Lebensmittel der richtigen Etage der Nahrungspyramide zu.

Brot, Eier, Fett, Fisch, Fleisch, Gemüse, Getränke, Getreideprodukte, Hülsenfrüchte, Kartoffeln, Milchprodukte, Obst, Süßes, Teigwaren und Wasser.



- ▲ 2.** Um sich im Alltag gesund zu ernähren, wenden viele Menschen die „Tellerregel“ an. Kannst du Informationen dazu finden? Zeichne sie in den vorgezeichneten Teller ein.

