

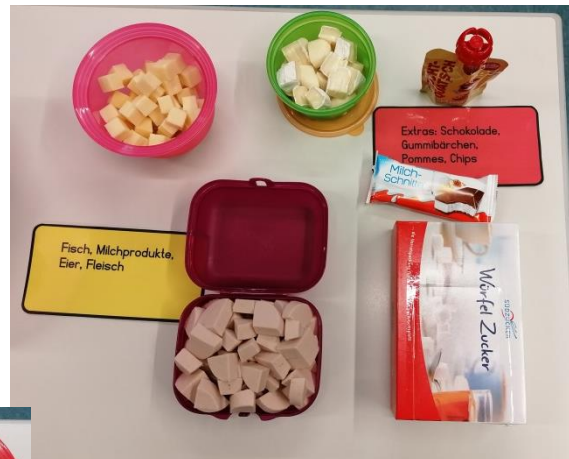
# Projekt: Gesundes Essen und Trinken

## Klasse 2

1. Einstieg: Wiederholung Ernährungspyramide



2. Zuordnen der Lebensmittel und Getränke zur Pyramide und bestimmen, wie viel davon soll auf deinen Frühstücksteller:



3. Frühstücksspieße zubereiten



4. Frühstück

5. Zu einer gesunden Lebensweise gehört auch Bewegung an der frischen Luft – Bewegung auf dem Hof

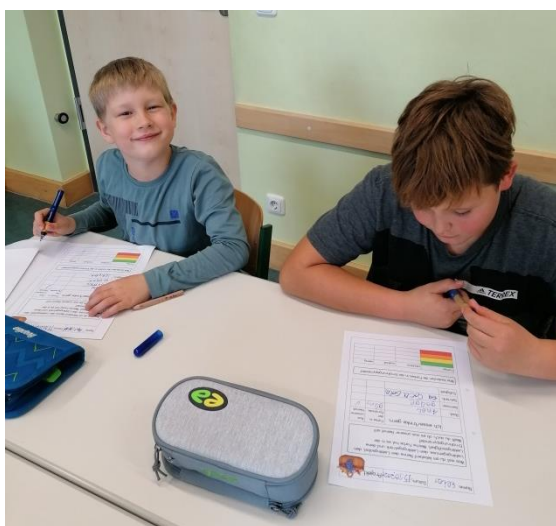


6. Infos zum Zuckergehalt – Vortrag Frau Boden



7. Zuckervergleich – Schokoladenverkostung

8. Abl. Deine Lieblingspeise: Wo findest du sie in der Ernährungspyramide? Regional oder nicht?



Name: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_ Projekt 

Was isst du am liebsten? Nenne dein Lieblingsobst, dein Lieblingsgemüse, dein Lieblingsgetränk und deine Lieblings Süßigkeit. Welche Farbe hat es in der Ernährungspyramide? Weißt du auch, ob es aus unserer Heimat ist?

Ich esse/trinke gern:

Obst:	Farbe in der Pyramide:	Aus unserer Heimat:
Gemüse:		
Getränk:		
Süßigkeit:		

Was bedeuten die Farben in der Ernährungspyramide?

Farbe:	reichlich	maßvoll	wenig
			
			
			