



Station 1

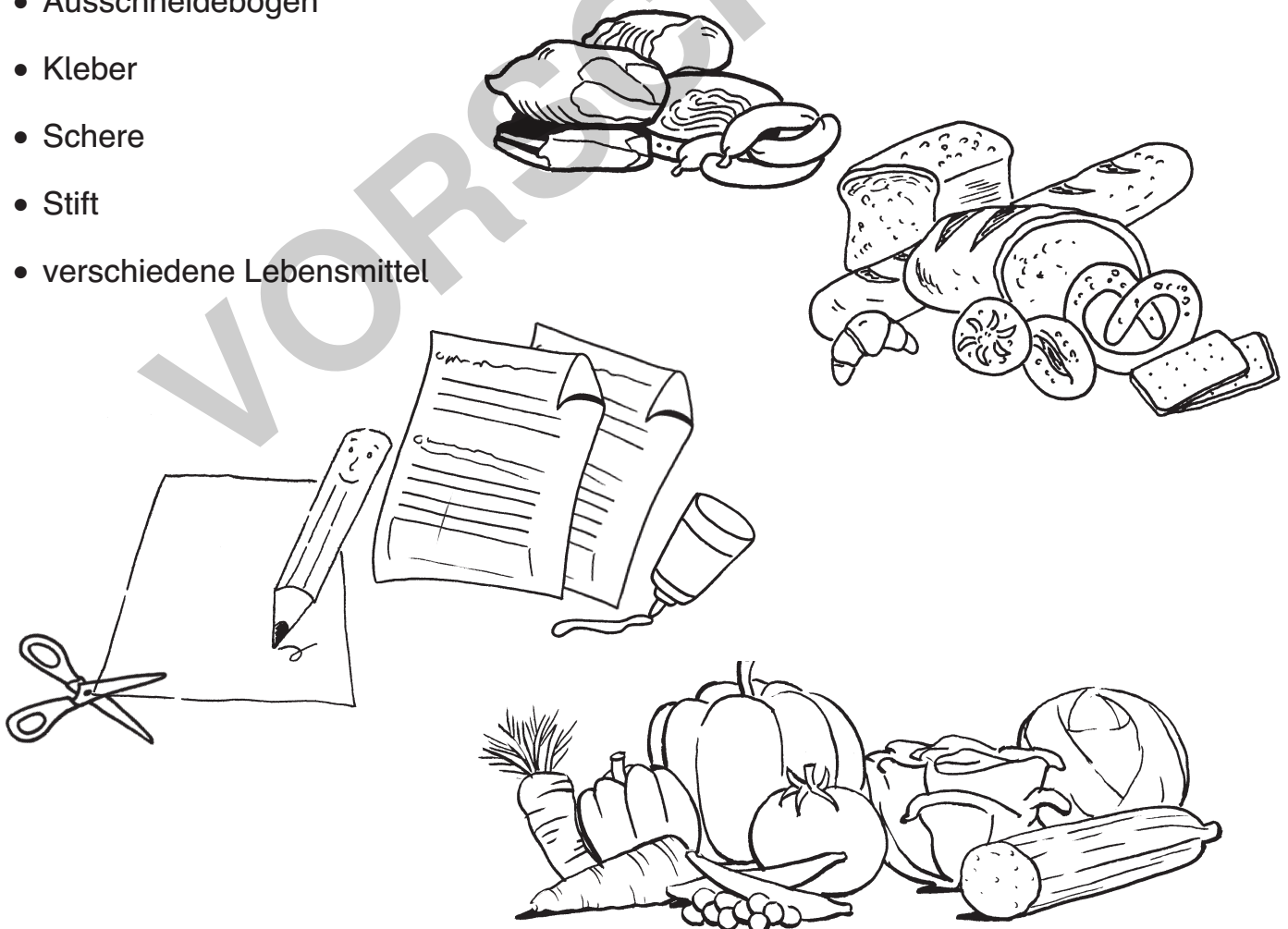
Die Ernährungspyramide 1

Aufgabe

1. Puzzle die Ernährungspyramide zusammen. Ordne dann die Lebensmittel ein.
2. Bearbeite nun die beiden Arbeitsblätter.
 - a) **Ernährungspyramide 1:**
Schneide die einzelnen Teile aus und klebe sie in die Pyramide.
 - b) **Ernährungspyramide 2:**
Schreibe oder klebe zu jeder Nahrungsgruppe passende Lebensmittel auf.

Material

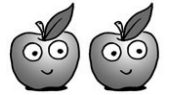
- 2 Arbeitsbögen
- Ausschneidebogen
- Kleber
- Schere
- Stift
- verschiedene Lebensmittel



Station 1

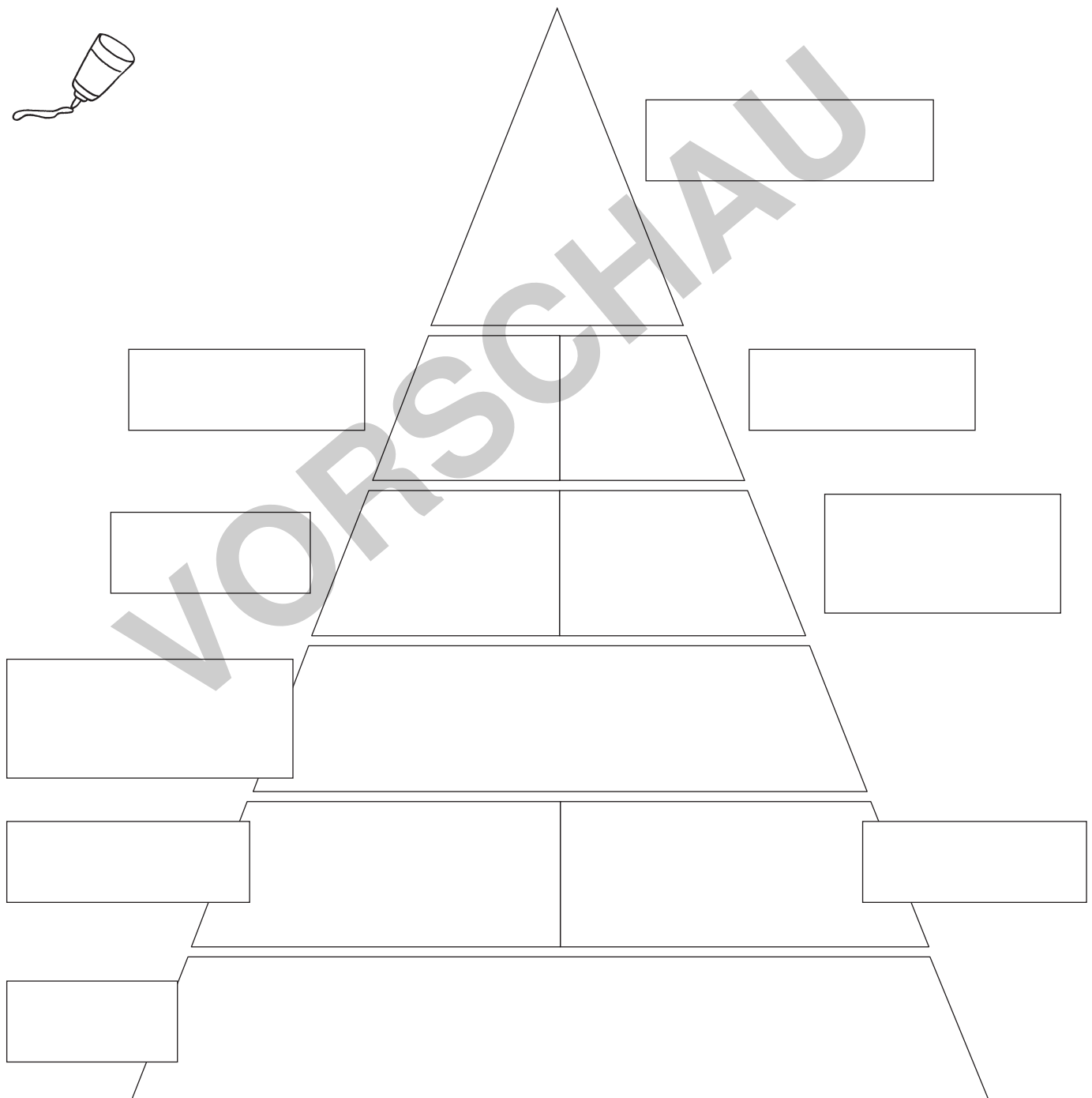
Die Ernährungspyramide 1

Arbeitsbogen I a



Die Pyramide zeigt, wie viel von den Lebensmitteln für eine gesunde Ernährung gut sind. Unten stehen die Lebensmittel, die man oft essen sollte. Oben stehen die Lebensmittel, die man besser nicht so oft isst.

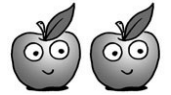
Verboten sind keine Lebensmittel! Auf die Menge kommt es an.



Station 1

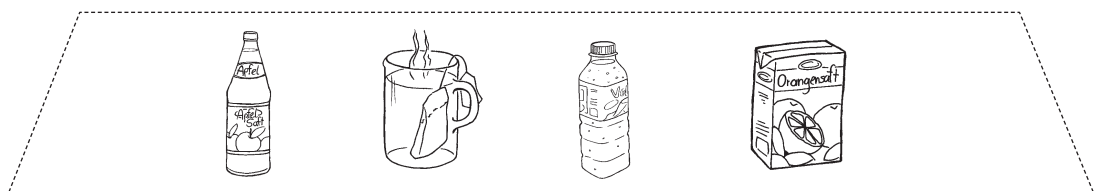
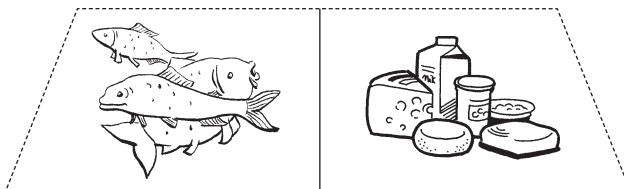
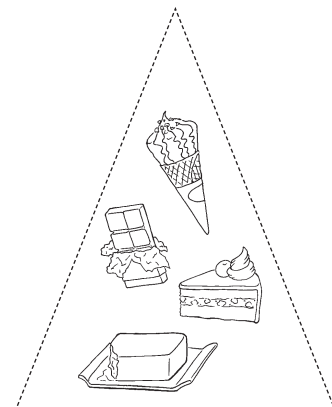
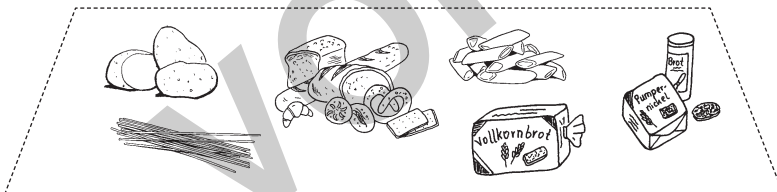
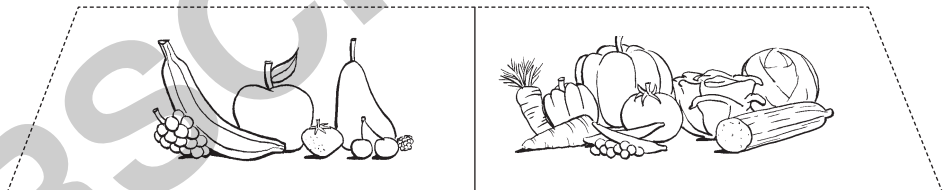
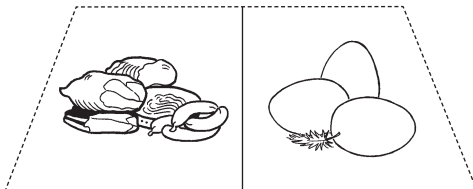
Die Ernährungspyramide 1

Arbeitsbogen I b



Schneide die Teile aus und klebe sie in die Pyramide.

Süßigkeiten/Fette selten	Fisch 1–2 × / Woche	Fleisch/Wurst 2–3 × / Woche	Getränke 1,5 l / Tag
Obst mehrmals täglich	Eier 2–3 Stück / Woche	Gemüse mehrmals täglich	
Kartoffeln/ Getreideprodukte täglich	Milch und Milchprodukte 2 × / Tag		



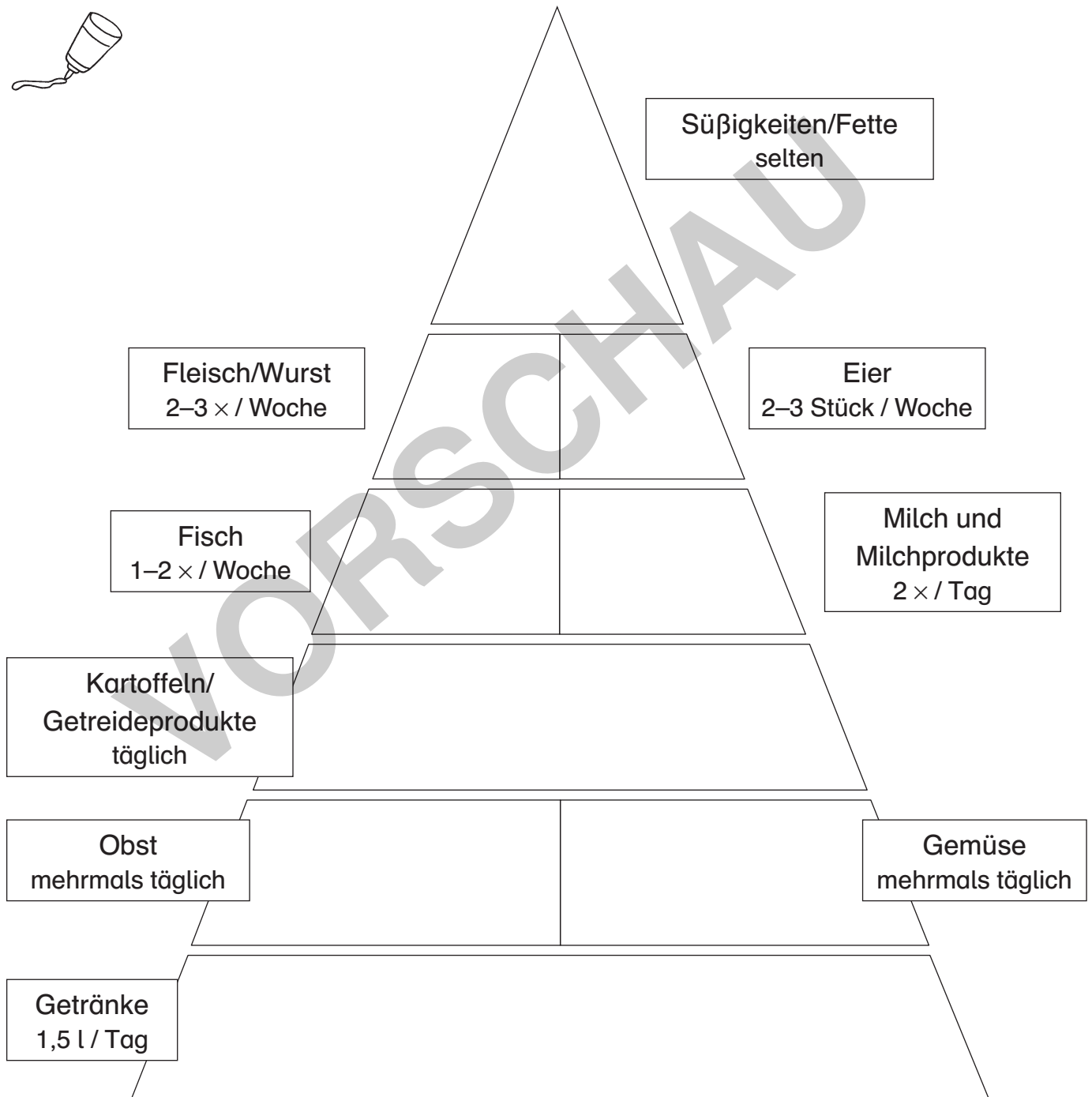
Station 1

Die Ernährungspyramide 1

Arbeitsbogen II a



Unten in der Pyramide stehen Lebensmittel, die man oft essen sollte.
Oben stehen die Lebensmittel, die man nicht so oft essen sollte.
Verboten sind keine Lebensmittel! Auf die Menge kommt es an.



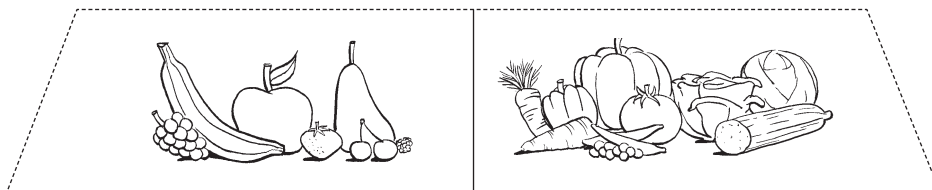
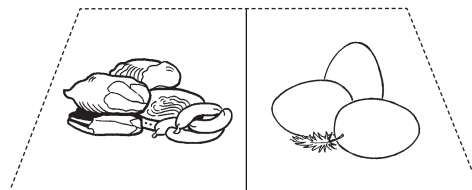
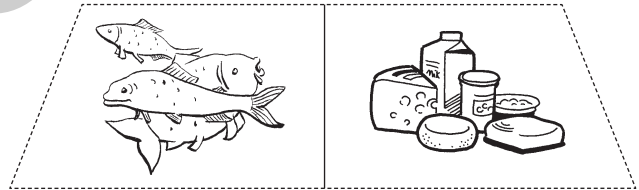
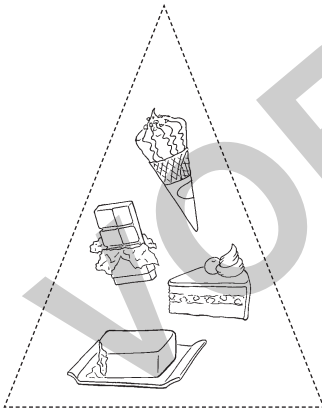
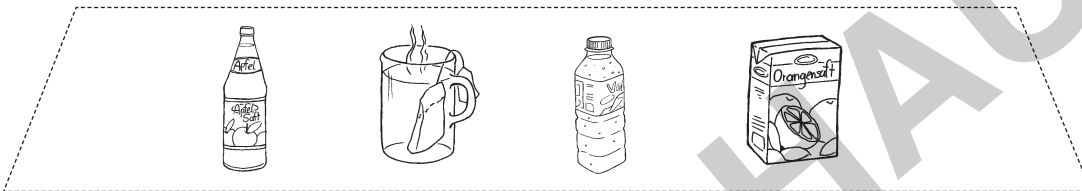
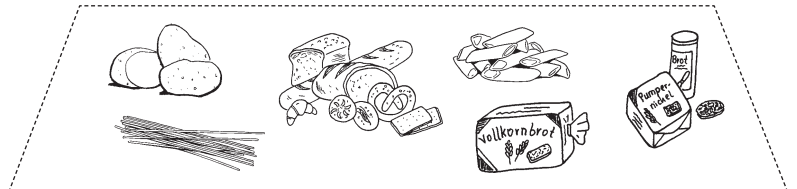
Station 1

Die Ernährungspyramide 1

Arbeitsbogen II b



Schneide die Teile aus und klebe sie in die Pyramide.



Station 1

Die Ernährungspyramide 2



Arbeitsbogen I

