

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



süße Zuckerl

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



einen Hamburger

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



ein Müsli

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Pommes frites

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



einen fetten Braten

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Spiegelei mit
gebratenem Speck

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



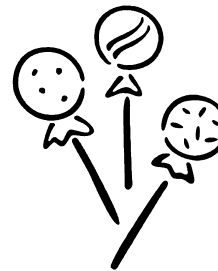
mageren Käse

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Lutscher

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Butter

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



mageres Fleisch

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Limonade

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Erdbeeren

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?



Nüsse

täglich

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?



ein Stück
Sahnetorte

oft

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?



fette Wurst

täglich

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?



Reis

oft

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Kartoffeln

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Apfelsaft mit
Zucker

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



einen
Schokopudding

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



fetten Käse

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



fettes Fleisch

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Milch

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Schokolade

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



eine fettige
Bratwurst

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



ein Vollkornbrot mit Tomaten und Salat

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Eis

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Gemüse

selten

Gesunde Ernährung

Wie oft pro Woche solltest du folgende Speise oder Getränk zu dir nehmen?

oft



Fisch

selten

Lochkartenspiel

Benötigtes Grundmaterial:

- Lochkasten der Firma Winkler
- dazugehörige Blanko Karten



Anleitung:

- diese Karten passen mit ihren Markierungen genau zum Lochkasten der Firma Winkler
- Karten ausdrucken und entlang der schwarzen Markierung ausschneiden
- dann die Karten auf die Blanko Karten kleben, jeweils bündig mit dem linken Kartenrand (vorgestanzte Löcher sind rechts); darauf achten, dass jeweils eine Antwort genau neben einem Loch ist
- noch einfacher geht´s, wenn man die Vorlagen auf Selbstklebeetiketten druckt (DIN A 4 Etiketten)