



## ESSEN & TRINKEN



### Bist du ein Ernährungs-Checker?

Lies dir die Aussagen durch und kreuze an, ob diese **richtig** oder **falsch** sind.

Aussage	richtig	falsch
1. Die Lebensmittelpyramide teilt die Lebensmittel in 5 Gruppen.		
2. Butter ist ein pflanzliches Fett.		
3. Trink reichlich Wasser! 6 - 8 Gläser am Tag.		
4. Vitamine schützen dich vor Krankheiten.		
5. Auf das tägliche Frühstück sollst du auf keinen Fall verzichten.		
6. Kohlenhydrate sind in Brot und Erdäpfel enthalten.		
7. Eiweiß ist ein Baustoff, der für den Hausbau verwendet wird.		
8. Schokolade befindet sich in der Ernährungspyramide ganz unten.		
9. Wasser befindet sich in der Ernährungspyramide ganz unten.		

1. richtig, 2. falsch, 3. richtig, 4. richtig, 5. richtig, 6. richtig, 7. falsch, 8. falsch, 9. richtig

**Lösung:**