

Name: Klasse: 

## Mahlzeiten bestimmen unseren Alltag

1. **Beschrifte** die Uhr mit Mahlzeiten aus deinem Alltag. Du kannst entscheiden ob du einem bestimmten Tag nehmen möchtest (z. B. den Vortag) oder einfach einen durchschnittlichen Tag der letzten Wochen.

*Du kannst natürlich auch einen Tag aus deinem Essprotokoll (Aufgabe aus Woche 2) auswählen.*



© FWU Institut für Film und Bild

2. a) **Beurteile** dein Ernährungsverhalten.

---

---

---

2. b) **Definiere** den Begriff „gesunde Ernährung“ mit eigenen Worten.

---

---

---

---

---