

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.
