



Name: Klasse: 

1. Bezeichnung für einen Menschen, der aus ethischen, religiösen oder ökologischen Gründen auf Fleisch oder Fisch verzichtet.
2. Lebensmittel, von denen man laut der Lebensmittelpyramide nur eine Portion pro Woche essen sollte.
3. Ein Metall und Spurenelement, welches sehr wichtig für die Funktion unserer roten Blutkörperchen ist. Man findet es in vielen roten Früchten oder in Spinat.
4. Die Einheit, in der Energie vorrangig angegeben wird.
5. Eine Nährstoffgruppe, die uns schnell Energie liefert.
6. Ein Mineral, welches oft Speisesalz zugefügt ist und die Arbeit unserer Schilddrüse ermöglicht.
7. Manche Vitamine können in Wasser gelöst werden, manche benötigen jedoch ... .
8. Eine Nährstoffgruppe, die einen entscheidenden Baustoff darstellt und bei den meisten Funktionen unseres Körpers benötigt wird.
9. Eine veraltete Einheit für die Energie.
10. Die Energie für Spielen, Arbeiten oder Denken, nennt man ... .
11. Ein Metall und Mineral, das sehr wichtig für den Knochenaufbau ist. Man findet es in Milch.
12. Bezeichnung für einen Menschen, der auf sämtliche tierischen Produkte wie Fleisch, Eier und Honig verzichtet.
13. Bezeichnung für alle Stoffe, die Energie liefern.
14. Wird täglich an Energie benötigt, egal, wie viel man sich bewegt oder nachdenkt.
15. Eine Mahlzeit, die meist morgens eingenommen wird.
16. Eine Hülsenfrucht, die viel Eiweiß enthält und deshalb bei Menschen, die keine tierischen Produkte essen, sehr beliebt ist.
17. Die Stoffklasse, zu der Vitamine und Mineralstoffe zusammengefasst werden.