

Vorwort	4
Arbeitspass	5
Materialliste, Lapbook basteln	6
Lapbook erweitern	7
Mein Lapbook Ernährung	8-32
Woraus besteht unsere Nahrung?.....	8+9
Woher kommen unsere Lebensmittel?	10+11
Gesund oder nicht?	12-14
Welche Getränke sind gut für dich?.....	15+16
Kohlenhydrate.....	17+18
Fette.....	19+20
Fette, die man selten essen sollte	21+22
Eiweiß	23+24
Ballaststoffe.....	25-28
Die Ernährungspyramide.....	29-31
Stärke-Nachweis in der Kartoffel (oder im Brot)	32+33
Wir weisen Eiweiß in der Milch nach	34
Wir weisen Fett nach	35+36
Vitamine.....	37+38
Obst und Gemüse – 5 am Tag.....	39+40