

Übersicht über die Themenschwerpunkte

Themenschwerpunkt	Schwierigkeitsgrad			
	einfach	mittel	schwer	Seite
Reflexion des Essverhaltens				8
Kennenlernen der Lebensmittelgruppen	Die Mahlzeiten			9
Gesundes Pausenbrot	Gesundes Pausenbrot	Pause? Das essen wir!	Die Nährstoffe	11
Der Weg der Nahrung durch den Körper	Das Verdauungs-Puzzle	Die Reise eines Butterbrotes durch den Körper	Der Magen	15
Zucker	Versteckter Zucker	Wie viel Zucker ist in ...?	Extra für Kinder	20
Fett	Vorsicht, fettig!	Ein fettiges Rätsel	Wie viel Fett esse ich?	23
Berufe rund ums Essen	Auf dem Bauernhof: früher und heute	In der Bäckerei	Auf dem Markt	26
Essbare Pflanzen	Die Tomate: ein Fruchtgemüse	Obst oder Gemüse?	Pflanzliche und tierische Nahrungsmittel	29
Trinken	Lebensnotwendiges Wasser	Wasser in unserem Körper	Wissenswertes rund ums Wasser	34



Übersicht über die zusätzlichen Angebote

Zusatthemen	Lernangebote	Seite
Traditionelle Speisen aus verschiedenen Ländern	Zum Fest gibt es ...	39
Essgewohnheiten	Esskultur	41
Experiment	Experimente zu Inhaltsstoffen	43
Experiment	Was trinkst du da?	45
Saisonales Obst und Gemüse	Erdbeeren im Winter?	46
Lebensmittel-Allergien	Ich bin allergisch gegen ...	48
Konservierungsmethoden	Vorratshaltung früher und heute	49
Schimmel	Ist das Essen verdorben?	50
Geschmackstest	Was schmeckst du?	51
Konventionelle und Bio-Produkte	Ökologische Produkte	52
Kresse anbauen	Frische Kresse	54
Leben im Überfluss	Essen im Müll vermeiden	55
Leistungsüberprüfung	Was hast du behalten?	56

