

d. Wo liegen auf der Lebensmittelpyramide gesunde Lebensmittel?  
Nennt sie.



## 6 Frühstück in der großen Pause und zu Hause.

a. Essen oder trinken diese Kinder gesund?

1. Martin isst einen Apfel oder eine Banane.
2. Jörg isst Chips.
3. Anna isst jeden Tag Eis oder Schokolade.
4. Lisa isst Joghurt.
5. Jutta isst belegte Brote mit Käse oder Wurst.
6. Max trinkt Milch.

b.  Seht die Bilder an und lest die Texte. Wer isst welches Frühstück?



A Matthias isst Cornflakes mit Milch und trinkt eine Tasse Tee oder isst Spiegelei und Würstchen, aber kein Brot.

**B** Steffi isst Müsli mit Milch. Sie trinkt ein Glas Orangensaft oder eine Tasse Tee. Manchmal isst sie Toast und Brötchen mit Butter und dazu ein Ei.

**C** Otto isst Toast mit Spiegelei und Speck. Er isst auch manchmal Eierkuchen und eine Orange. Er trinkt Früchtetee oder ein Glas Orangensaft.

**D** Hans isst Müsli und trinkt ein Glas Milch oder ein Glas Orangensaft. Er isst Toast mit Butter, aber keine Marmelade oder Käse.

c. Frühstückt ihr auch in der Schule? Ist euer Frühstück gesund?

7



Mein Lieblingsessen.

a.   Lest, was die deutschen Kinder im Forum schreiben, und füllt die Tabelle aus. (Macht zuerst die Tabelle in euren Heften.)

Name	isst gern	trinkt gern
Jens		
Lara		



Hallo! Ich bin Jens. Mein Lieblingsessen ist Kartoffelpuffer mit Apfelmus. Das Rezept ist typisch deutsch. Man braucht Kartoffeln, Zwiebeln, Eier, Salz und Öl zum Braten. Das schmeckt sooo gut!



Hallo! Mein Name ist Lara. Mein Lieblingsessen ist Gemüsesuppe. Diese Suppe ist gesund. Man braucht für Gemüsesuppe zwei Zwiebeln, einen Kohlrabi, drei Tomaten, vier Karotten, Salz und Pfeffer.