

Punkte:

/ 25

Prozent

Unterschrift

Gelingensnachweis

① Nenne **8 Regeln** für das Arbeiten in der Küche.

/ 4

1) _____

2) _____

3) _____

4) _____

5) _____

6) _____

7) _____

8) _____

② Zeichne und beschrifte die **Ernährungspyramide** des Bundeszentrum für Ernährung.

/ 6

③ *Erkläre* Folgendes in Bezug zur Ernährungspyramide:

○ / 5

- Die **Farben**
- Die **Portionen**

⋮④ *Plane* die **Mahlzeiten** an einem Beispieltag, die insgesamt die **gesamte Pyramide** abdecken.

○ / 6

Tip: Du kannst 3 Hauptmahlzeiten und 2 Zwischenmahlzeiten beschreiben.

- ⑤ Beurteile die folgende **Aussage** zur Ernährungspyramide. Finde Argumente, die der Aussage **zustimmen** und welche, die die Aussage **ablehnen**. Begründe deine eigene Meinung. / 4

Die Ernährungspyramide des BZfEs ist zu einfach gestaltet.