

## ① die Mahlzeiten

- das Frühstück
- das Mittagessen
- das Abendessen
- der Snack

## ② das Obst

- der Apfel
- die Birne
- die Banane
- die Melone
- die Kiwi
- die Traube
- die Kirsche
- die Erdbeere
- die Himbeere
- die Ananas
- die Mango
- die Orange
- die Mandarine
- die Zitrone
- die Limette

## ③ das Gemüse

- die Paprika
- die Tomate
- die Gurke
- die Möhre
- der Mais
- die Aubergine
- die Zucchini
- der Spinat
- der Brokkoli
- der Kohl
- die Chili
- die Avocado
- die Erbse
- die Bohne
- die Zwiebel
- der Salat

## ④ Tierische Lebensmittel

- das Ei
- die Butter
- die Milch
- die Sahne
- der Joghurt
- der Käse
- das Fleisch
- die Salami
- der Schinken
- das Rind, das Schwein
- das Geflügel / Hähnchen
- die Muschel
- der Fisch

## ⑤ Getränke

- kohlen säurehaltig
- das Sprudelwasser
- die Limonade
- das Kaltgetränk
- das Wasser
- der Orangensaft
- der Milchshake
- das Heißgetränk
- der Kaffee
- der Tee
- alkoholische Getränke
- der Wein
- das Bier
- der Sekt

## ⑥ beliebte Gerichte

- Würstchen mit Kartoffelsalat
- Schnitzel mit Pommes
- der Döner
- die Pizza
- der Burger
- die Bratwurst
- die Suppe
- Indisch
- Italienisch
- Chinesisch
- Japanisch
- Thailändisch

## ⑦ Weitere Lebensmittel

- das Öl
- das Brot
- die Nudeln
- die Kartoffeln
- das Salz
- der Pfeffer
- der Kuchen
- das Erdbeereis
- der Zucker

## ⑧ Im Restaurant

- das Menu
- die Vorspeise
- die Hauptspeise
- das Dessert
- die Nachspeise
- die Karte
- die Bestellung
- der Kellner
- die Bedienung
- der Koch
- die Rechnung
  
- gute Tischmanieren
- schlechte Tischmanieren

## ⑨ In der Küche

- der Kühlschrank
- der Herd
- der Ofen
- die Mikrowelle
- die Spülmaschine
- das Geschirr
- der Teller
- die Schüssel
- die Tasse
- das Glas
- das Besteck
- das Messer
- die Gabel
- der Löffel
- der Topf
- die Pfanne

## ⑩ Beschreibung der Speisen

- mild, würzig, scharf
- salzig, süß, sauer, bitter
- lecker, köstlich ≠ ekelhaft, eklig
- frisch ≠ alt
- kalt ≠ heiß
- weich, labberig ≠ hart, knusprig
- riesig / enorm ≠ klein
- herzhaft

## ⑪ Einkaufen gehen

- im Supermarkt
- auf dem Markt
- die Einkaufsliste
- der Einkaufskorb
- die Kasse
- günstig ≠ teuer
- gesund ≠ ungesund

## ⑫ Mengenangabe

- das Stück
- die Packung
- das Kilo
- das Gramm
- der Liter
- das Dutzend
- das Paar
- die Flasche
- das Paket
- die Tüte

## Im Restaurant

---

**Sortiere das Gespräch aus dem Restaurant in die richtige Reihenfolge. (1-10)**

- Auf welchen Namen?
- Willkommen im Restaurant „Zum Dorfe“
- Hier...Müller. Dann kommen Sie mit. Wollen sie auf die Terrasse oder in den Innenraum.
- Müller.
- Auf die Terrasse bitte.
- Hallo, wir haben für vier Personen reserviert.
- Gerne, ich kann Ihnen diesen Tisch anbieten.
- Super, danke.
- Hier sind die Speisekarten. Wollen Sie schon ein Aperitif?
- Ohja, gerne. Wir hätten gern ein Sekt und einen Wein. Und eine große Flasche Sprudelwasser.

**Kellner oder Gast****Wer benutzt welche Redewendung? Markiere in zwei unterschiedlichen Farben.**

„Ich hätte gerne...“

„Sind Sie bereit, zu bestellen?“

„Möchten Sie noch Nachtisch?“

„Könnte ich bitte...?“

„Für mich bitte...“

„Könnten wir bestellen?“

„Kann ich Ihnen noch etwas bringen?“

„Ich nehme...“

„Könnten Sie mir empfehlen...?“

„Guten Abend, willkommen im Restaurant „Roma“.

„Gibt es heute eine besondere Empfehlung?“

„Könnten Sie das ohne Einmachen?“

„Ich habe eine Allergie gegen Fisch.“

„Haben Sie eine Reservierung?“

„Kann ich Ihnen bei der Auswahl behilflich sein?“

„Ist alles in Ordnung?“

„Könnte ich die Speisekarte sehen?“

„Was darf ich Ihnen zu trinken bringen?“

„Gibt es Allergien oder Unverträglichkeiten, auf die wir achten sollten?“

„Genießen Sie Ihre Mahlzeit!“

„Was ist in diesem Gericht enthalten?“

„Die Rechnung, bitte.“

## Eine ausgewogene Ernährung

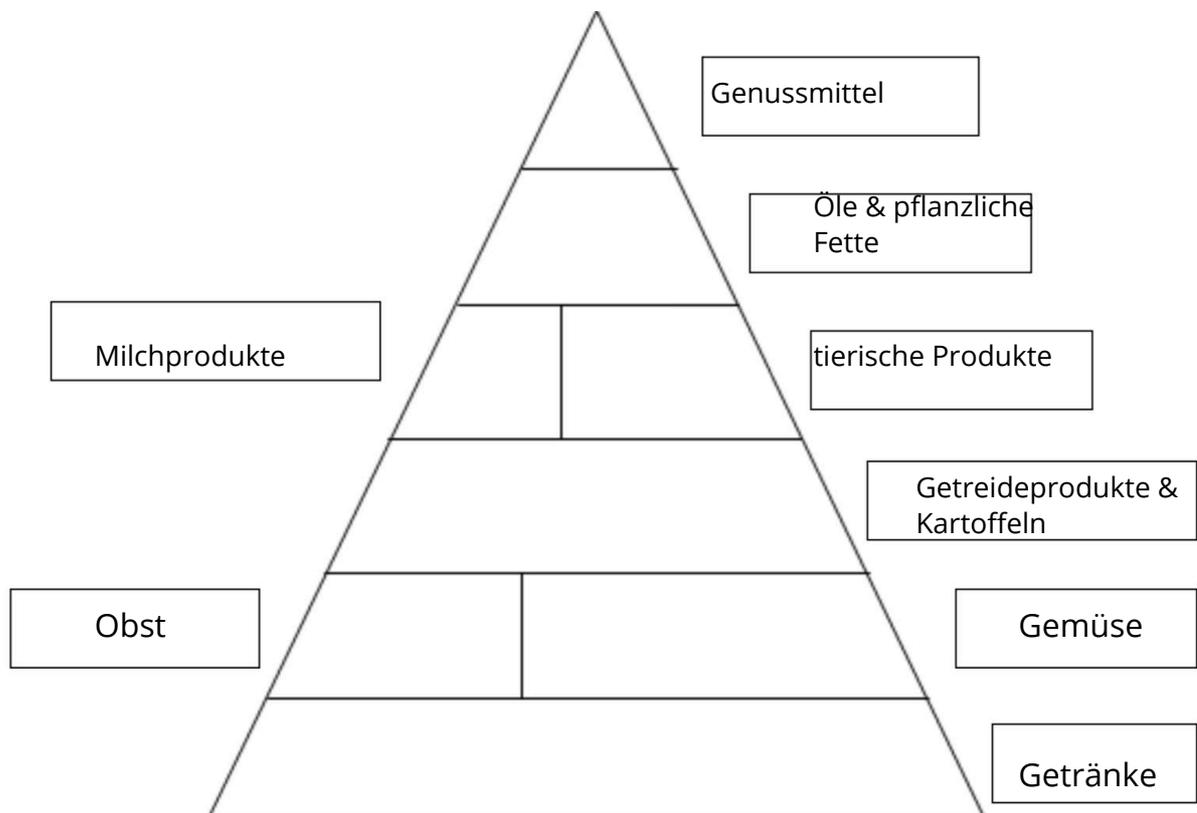
---

Eine ausgewogene Ernährung ist entscheidend für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. Sie beinhaltet eine Vielfalt an Lebensmitteln, um alle notwendigen Nährstoffe zu erhalten. Gemüse, Obst, Vollkornprodukte, mageres Protein (wie Hühnchen oder Tofu) und gesunde Fette sollten auf dem Teller landen. Eine ausgewogene Ernährung hilft nicht nur, die Energie zu steigern und das Immunsystem zu stärken, sondern auch das Risiko von Krankheiten wie Diabetes, Herzkrankheiten und Übergewicht zu verringern. Ein bewusstes Essverhalten trägt langfristig zu einem gesunden Lebensstil bei.

- ① Welche Art von Protein ist Teil einer ausgewogenen Ernährung?
- Schokolade
  - Hühnchen
  - Limonade
- ② Welche Lebensmittelgruppe sollte vermieden werden?
- Gemüse
  - Obst
  - Süßigkeiten
- ③ Warum ist eine ausgewogene Ernährung wichtig?
- Sie erhöht das Krankheitsrisiko.
  - Sie verringert das Risiko von Krankheiten.
  - Sie hat keinen Einfluss auf die Gesundheit.
- ④ Welches Getränk ist Teil einer ausgewogenen Ernährung?
- Fruchtsaft
  - Wasser
  - Limonade
- ⑤ Welche Lebensmittelgruppe sollte den größten Teil der Mahlzeiten ausmachen?
- Kohlenhydrate
  - Zucker
  - Proteine

## Die Ernährungspyramide

**Notiere zu jeder Kategorie mindestens 3 Nahrungsmittel.**





**Lies die kurzen Texte und beantworte dann die Fragen.**

1. Italienische Küche: Die Pizza aus Italien ist dünn und knusprig, während Pasta oft mit reichhaltigen Saucen serviert wird. Antipasti bieten eine Vielfalt von Vorspeisen, meistens mit Olivenöl und Knoblauch.
2. Indische Küche: Indische Gerichte sind bekannt für ihre Gewürze. Currys sind beliebt, oft begleitet von Reis oder Naan-Brot. Samosas und Pakoras sind köstliche Vorspeisen.
3. Chinesische Küche: Die chinesische Küche bietet eine Vielfalt von Gerichten, darunter gebratenes Gemüse und Fleisch. Dim Sum sind gedämpfte Teigtaschen, die als Snack serviert werden.
4. Mexikanische Küche: Tacos und Burritos sind ein Markenzeichen der mexikanischen Küche, gefüllt mit Fleisch, Bohnen und Gemüse. Guacamole und Salsa sind klassische Beilagen.
5. Französische Küche: Französische Küche ist für ihre Eleganz bekannt. Croissants zu

**Ja oder Nein? Antworte kurz (1-8)**

- Wird italienische Pizza oft dünn und knusprig gebacken?
- Ist die indische Küche für ihre Eleganz bekannt, mit Gerichten wie Coq au Vin und Crème ?
- Sind Antipasti Hauptspeisen, die oft mit Olivenöl und Knoblauch zubereitet werden?
- Werden in Italien oft reichhaltige Saucen mit Pasta serviert?
- Werden Currys in der indischen Küche oft mit Reis oder Naan-Brot serviert?
- Bietet die chinesische Küche eine breite Auswahl an gebratenem Gemüse und Fleisch?
- Sind Guacamole und Salsa klassische Beilagen in der italienischen Küche?
- Handelt es sich bei Dim Sum um gedämpfte Teigtaschen in der chinesischen Küche?

## Einkaufen auf dem Markt

### Setze das richtige Wort ein.

- Ein Ort, wo man Lebensmittel kauft, ist ein .
- Eine Person, die etwas verkauft ist ein .
- Lebensmittel, die direkt vom Feld kommen, sind .
- Eine Tüte, um Einkäufe zu tragen, ist eine .
- Essen wie Äpfel und Bananen ist .
- Eine Person, die etwas kauft, ist der .
- Was man bezahlen muss, um etwas zu kaufen, ist der .



### Schule

Obst - Marktstand - Einkaufstasche - Verkäufer - Preis - frisch - Kunde

### Richtig oder Falsch: Markiere „R“ für richtig und „F“ für falsch. (1-5)

- Eine Tasche ist nützlich, um Einkäufe zu tragen.
- Verhandeln bedeutet, den angegebenen Preis zu bezahlen.
- Obst und Gemüse sind oft frisch auf dem Markt.
- Ein Verkäufer verkauft Waren.
- Auf dem Markt kauft man nur Elektronik

**Verbinde die Mengenangabe und das Produkt. Notiere (1-8)**

<input type="checkbox"/>	Ein Dutzend	1. Limonade
<input type="checkbox"/>	Ein Paar	2. Nudeln
<input type="checkbox"/>	Eine Packung	3. Schuhe
<input type="checkbox"/>	Zwei Flaschen	4. Milch
<input type="checkbox"/>	Drei	5. Käse
<input type="checkbox"/>	500 Gramm	6. Eier
<input type="checkbox"/>	Ein Liter	7. Äpfel
<input type="checkbox"/>	Eine Tüte	8. Gummibärchen