

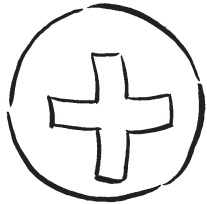
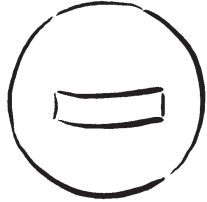


Wenn man im Supermarkt steht, hat man die Wahl.  
 Man bekommt alle Zutaten, um sich ein leckeres Essen zu kochen,  
 aber es gibt auch eine riesige Auswahl an Fertiggerichten.

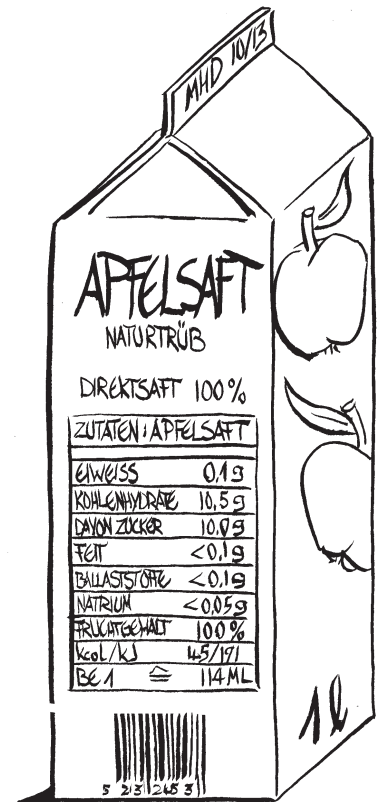


**1 Überlegt gemeinsam in eurer Gruppe:  
 Welche Vor- und Nachteile haben Fertiggerichte?  
 Welche Vor- und Nachteile hat selbstgekochtes Essen?  
 Beachtet auch folgende Aspekte:**

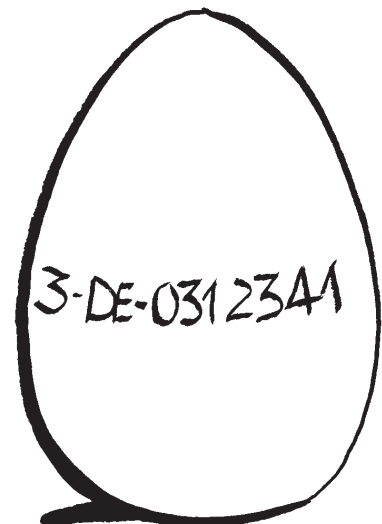
- Gesundheit/Nährwert
- Kosten
- Zeit
- Menge

	selbst gekocht 	Fertiggericht 
<b>Vorteile</b>  		
<b>Nachteile</b>  		

Ordne die Begriffe den Bildern zu!



Haltbarkeitsdatum  
 Legedatum  
 Menge  
 Nährwerttabelle  
 Güteklasse  
 Legeort  
 Herstellungsort  
 Strichcode,  
 Lagerungsart  
 Fruchtgehalt  
 Zutaten



# Zucker-Quiz



Zucker ist lecker und macht viele Speisen schön süß. Zucker in Maßen ist auch okay, aber zu viel davon ist sehr ungesund. Er macht die Zähne kaputt und lässt uns dick werden. Deshalb ist es wichtig, dass man weiß, wie viel Zucker in welchen Lebensmitteln enthalten ist.

Teste jetzt dein Wissen mit dem Zuckerquiz.

- Bildet eine Gruppe.
- Einer von euch ist Spielleiter und liest zunächst die Spielanleitung und später die Fragen vor.
- Die anderen Spieler nehmen sich je einen Zettel und einen Stift.

## Spielanleitung:

1. Der Spielleiter nennt Lebensmittel und die Spieler schätzen nun, wie viele Stücke Zucker in diesem Lebensmittel enthalten sind. Die Spieler schreiben ihre Schätzung auf.

Hier noch eine kleine Hilfe: Ein Stück Würfelzucker wiegt etwa 2,5 Gramm, d.h. dass ein Würfelzucker etwa 2,5 Gramm Zucker entspricht.

2. Anschließend nennt jeder Spieler sein Ergebnis. Dann nennt der Spielleiter das tatsächliche Ergebnis. Wer am dichtesten an der tatsächlichen Anzahl der Zuckerwürfel dran ist, bekommt einen Punkt.
3. Wer zum Schluss die meisten Punkte hat, hat gewonnen!

Viel Spaß!

