

6. Stegreifaufgabe Lösung**Gesund essen und trinken**

BIK · Lebensgestaltung · Mein Alltag

Name: _____

Klasse: _____

Datum: _____

Lehrkraft: _____

Zeit: 15 Minuten

Hilfsmittel: keine

Punkte: _____ / 15

Note: _____

Notenschlüssel (IHK):

1 15–14

2 13

3 12–11

4 10–8

5 7–5

6 4–0

Aufgabe 1.

Lies die Aussagen. Kreuze an: richtig oder falsch.

☐ / 3 P

richtig falsch

☐☒

a) Die leichteste Zutat steht in der Zutatenliste ganz vorne.

☒☐

b) Ungesüßter Tee löscht den Durst, ohne Zucker zu liefern.

☐☒

c) Fachleute empfehlen drei Portionen Gemüse und Obst am Tag.

Aufgabe 2.

Schreibe das passende Fachwort in die Lücke.

 / 3 Pa) Alle Zutaten eines Produkts stehen hinten auf der Packung in der Zutatenliste.b) Wer über den Tag Gemüse, Getreide, Eiweiß und Obst isst, isst ausgewogen.c) Länger als helles Weißbrot sättigt das Vollkornbrot.**Aufgabe 3.**Azubi Ben trinkt jeden Arbeitstag eine Dose Energydrink mit 27 Gramm Zucker. **Rechne** und schreibe die Zahl. / 3 Pa) An fünf Arbeitstagen trinkt Ben so 135 Gramm Zucker.b) 250 ml Schorle haben 12 Gramm Zucker. 750 ml haben 36 Gramm.c) Ben braucht 1,5 Liter, hat 0,5 Liter getrunken. Es fehlt 1 Liter.**Aufgabe 4.**Deine Kollegin Lea frühstückt nie, trinkt in der Pause Energydrinks und ist nachmittags müde. **Schreibe** ihr eine Nachricht mit drei Tipps. Begründe einen Tipp mit „weil“. / 6 P

Hallo Lea,

iss am Morgen ein Vollkornbrot, dann bleibst du länger satt. Trink in der Pause Wasser statt Energydrink, weil süße Getränke nur kurz wach machen. Lies beim Einkauf die Zutatenliste und achte darauf, ob Zucker weit vorne steht. Viele Grüße

Inhalt: je passender Tipp 1 P (höchstens 3) · Begründung mit „weil“ und Verb am Ende 1 P · Sprache: Anrede und Gruß 1 P, ganze Sätze 1 P