Arbeitsblatt

Fast food

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  | Beantworte folgende Fragen. feel-ok.at hilft dir dabei: [www.feel-ok.at/essen-fastfood](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/ernaehrung/themen/fast_food/tests_infos/fast_food-check.cfm) |  |
|  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Verschaff dir den Überblick | 1. Wer viel klassischen Fast Food isst, dessen Ernährung ist tendenziell... Klicke auf: [Was steckt in Fast Food?](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/ernaehrung/themen/fast_food/tests_infos/was_steckt_in_fast_food.cfm)
2. Fast Food kann auch gesund sein und dazu noch schmecken. Wie? Klicke auf: [Gesundes Fast Food](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/ernaehrung/themen/fast_food/tests_infos/gesundes_fast_food.cfm)
3. Mit dem Fast Food-Check findest du heraus, wo du bezüglich Fast Food stehst. Fasse deine Ergebnisse am Schluss zusammen.Klicke auf: [Fast Food Check](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/ernaehrung/themen/fast_food/tests_infos/fast_food-check.cfm)
4. Es gibt Gerüchte und Mythen zum Thema Fast Food. Doch welche stimmen? Teste dein Wissen. Klicke auf: [Fast Food Quiz](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/ernaehrung/themen/fast_food/tests_infos/fast_food_quiz.cfm)
5. Hast du Lust bekommen, gesundes Fast Food selber zuzubereiten? Wir haben ein paar Rezeptideen für dich.

Klicke auf: [Rezepte](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/ernaehrung/themen/fast_food/tests_infos/rezepte.cfm) |
|  |
| Lebensmittel-Pyramide | 1. Teste dein Wissen beim Spiel der Lebensmittelpyramide.

Klicke auf: [www.feel-ok.at/essen-ep](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/ernaehrung/start/spiel_der_schweizer_lebensmittelpyramide/spiel-lebensmittelpyramide.cfm) |
|  |

