



Arbeitsblatt

## FAST FOOD

Beantworte folgende Fragen. *feel-ok.at* hilft dir dabei:  
[www.feel-ok.at/essen-fastfood](http://www.feel-ok.at/essen-fastfood)

### Verschaff dir den Überblick

1. Wer viel klassischen Fast Food isst, dessen Ernährung ist tendenziell...  
Klicke auf: [Was steckt in Fast Food?](#)
2. Fast Food kann auch gesund sein und dazu noch schmecken. Wie? Klicke auf: [Gesundes Fast Food](#)
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](#)
4. Es gibt Gerüchte und Mythen zum Thema Fast Food. Doch welche stimmen? Teste dein Wissen.  
Klicke auf: [Fast Food Quiz](#)
5. Hast du Lust bekommen, gesundes Fast Food selber zuzubereiten? Wir haben ein paar Rezeptideen für dich.  
Klicke auf: [Rezepte](#)

### Lebensmittel-Pyramide

6. Teste dein Wissen beim Spiel der Lebensmittelpyramide.  
Klicke auf: [www.feel-ok.at/essen-ep](http://www.feel-ok.at/essen-ep)

