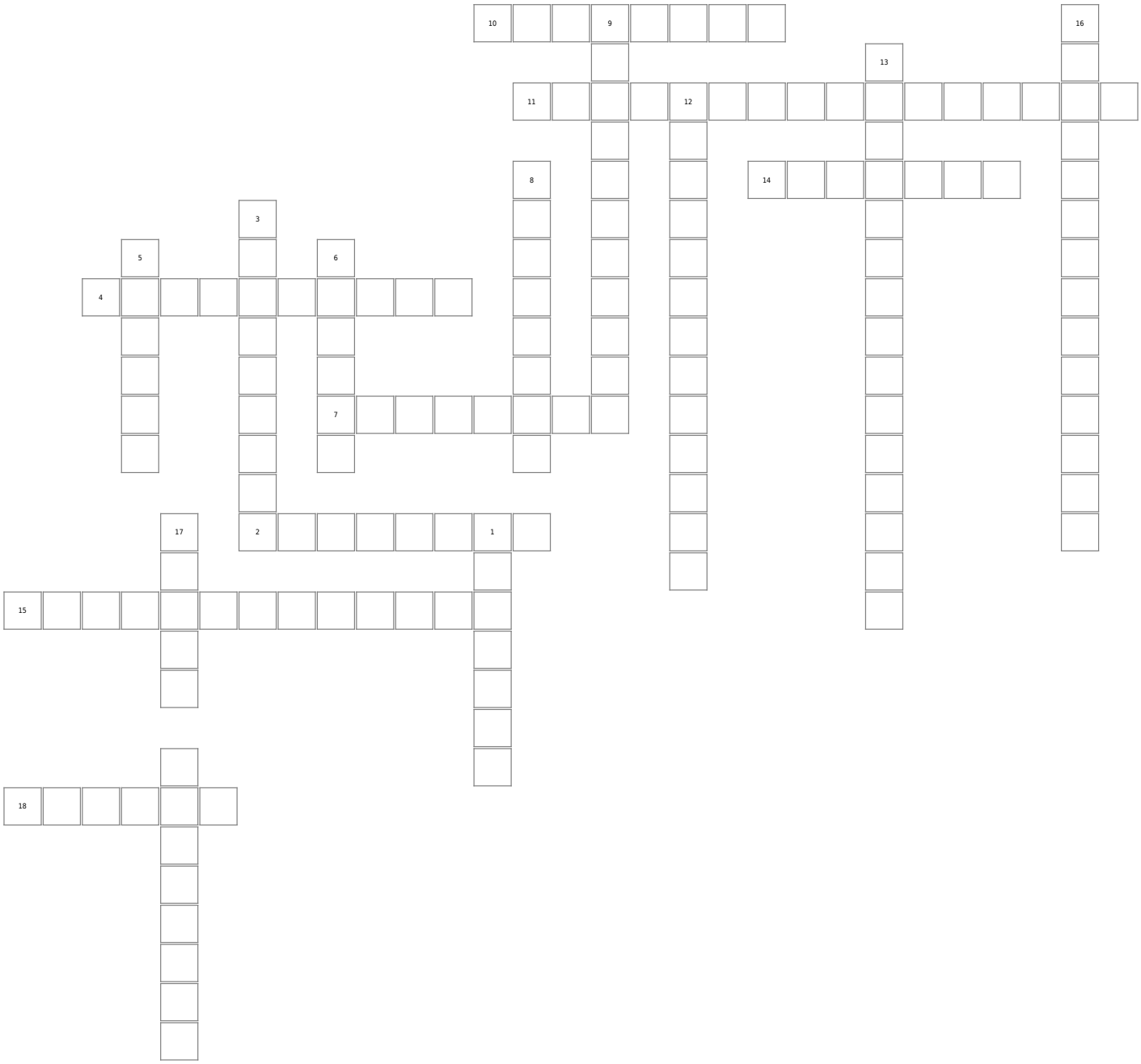
Nährstoffe

Beantworte die Fragen und trage die Antworten in die davor vorgesehenen Kästchen ein.



Horizontal →

2: Welche Kohlenhydrate werden schnell aufgenommen?

4: Welche Lebensmittel sollte man möglichst vermeiden?

7: Was ist das deutsche Wort für

10: Welche Kohlenhydrate gehen langsam ins Blut?

11: Den Großteil an Vitaminen erhält er Körper durch die Aufnahme von ...

14: In welchem Brotaufstrich befindet sich viel Fett?

15: Worin sind viele Vitamine enthalten?

18: Nenne ein Beispiel für Streichfett.

Vertikal ↓

1: Gar- udn Streichfett sollten nicht mehr als die ... der täglichen Fettzufuhr ausmachen

3: Wovon sollte man täglich nicht mehr als 20 bis 30 g essen?

5: Aus welchem Land kommt die Papaya?

6: Wie viele Gruppen hat der Ernährungskreis?

8: Wie lautet der Fachbegriff für eine abwechslungsreiche Kost?

9: Welche Fette sind besonders gesund?

12: Was sind die wichtigsten Energielieferanten des Körpers?

13: Welches Risiko entsteht durch eine zu fettreiche Ernährung?

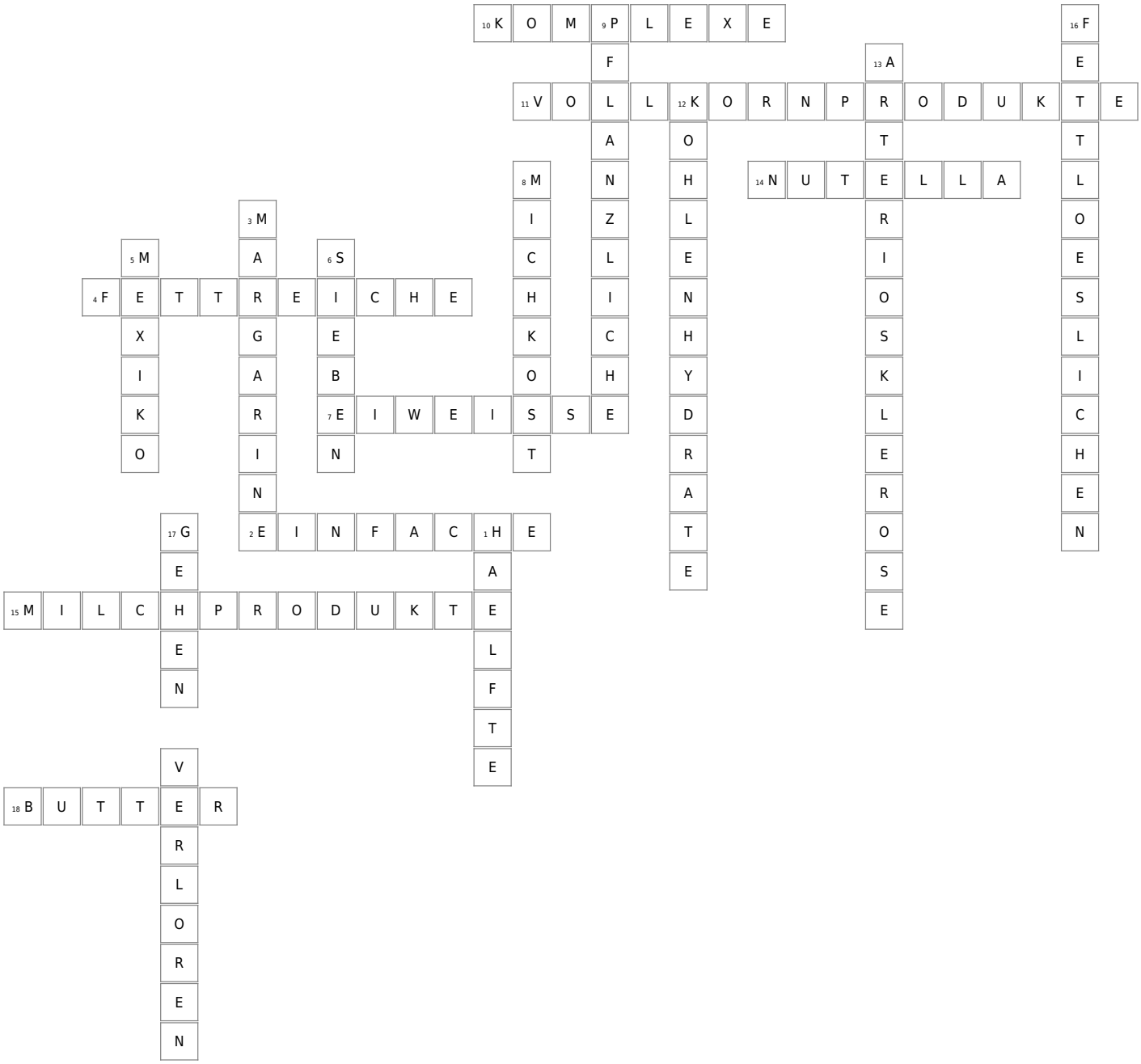
16: Fetter sind Träger von ... Vitaminen.

17: Was kann bei der Zubereitung von Obst und Gemüse mit Vitaminen passieren?

Kostenlos eigene Kreuzworträtsel erstellen auf www.schulraetsel.de

Nährstoffe | LÖSUNG

Beantworte die Fragen und trage die Antworten in die davor vorgesehenen Kästchen ein.



Horizontal →

2: Welche Kohlenhydrate werden schnell aufgenommen?

4: Welche Lebensmittel sollte man möglichst vermeiden?

7: Was ist das deutsche Wort für

10: Welche Kohlenhydrate gehen langsam ins Blut?

11: Den Großteil an Vitaminen erhält er Körper durch die Aufnahme von ...

14: In welchem Brotaufstrich befindet sich viel Fett?

15: Worin sind viele Vitamine enthalten?

18: Nenne ein Beispiel für Streichfett.

Vertikal ↓

1: Gar- udn Streichfett sollten nicht mehr als die ... der täglichen Fettzufuhr ausmachen

3: Wovon sollte man täglich nicht mehr als 20 bis 30 g essen?

5: Aus welchem Land kommt die Papaya?

6: Wie viele Gruppen hat der Ernährungskreis?

8: Wie lautet der Fachbegriff für eine abwechslungsreiche Kost?

9: Welche Fette sind besonders gesund?

12: Was sind die wichtigsten Energielieferanten des Körpers?

13: Welches Risiko entsteht durch eine zu fettreiche Ernährung?

16: Fetter sind Träger von ... Vitaminen.

17: Was kann bei der Zubereitung von Obst und Gemüse mit Vitaminen passieren?

Kostenlos eigene Kreuzworträtsel erstellen auf www.schulraetsel.de