

Trink dich fit

- denn Durst macht schlapp -

Arbeitsblatt für die Klassen 5. und 6. zur Einführungsstunde

Die Getränkeampel

Besprecht zusammen in eurer Klasse die Getränkeampel. Wusstet ihr schon welche Getränke gut und welche schlecht sind?

Getränke-Ampel

sparsam



Cola, Limonade,
Fruchtsaftgetränk,
Fruchtnektare, Eistee



mäßig



Fruchtsaft pur



reichlich



Leitungswasser, Mineralwasser,
ungesüßter Früchte- oder
Kräutertee,
stark verdünnte Fruchtsaft-
schorlen (mind. 1/2)

