

Wie groß ist eine Portion?

Schau dir die Fotos genau an. Wie groß sind deine Portionen? Kreuze an.

Getränke



- etwa gleich groß
 größer
 kleiner

Obst



- etwa gleich groß
 größer
 kleiner

Gemüse und Salat



- etwa gleich groß
 größer
 kleiner

Brot



- etwa gleich groß
 größer
 kleiner

Kartoffeln, Reis, Nudeln, ...



- etwa gleich groß
 größer
 kleiner

Milch und Milchprodukte



- etwa gleich groß
 größer
 kleiner

Fleisch, Fisch, Wurst, Eier



- etwa gleich groß
 größer
 kleiner

Fette und Öle



- etwa gleich groß
 größer
 kleiner

Extras: Knabbergebäck, Süßes, fette Snacks



- etwa gleich groß
 größer
 kleiner