



Vorlage digitales
Mindmap
«Eigene
Essensplanung»

**Aufgabe E2, S. 105/106: Vorlieben,
Abneigungen und Einschränkungen**

.....

.....

.....

Aufgabe E4, S. 126/127: Energiebalance

.....

.....

.....

**Aufgabe E6, S. 136–139: Haltbarkeits-
datum**

.....

.....

.....

Aufgabe E1, S. 104: Rezeptdarstellung:

.....

.....

.....

**Aufgabe E3, S. 107 – 125: Nahrungs-
bedarf, Nahrungszufuhr, Nährstoffe:**

.....

.....

.....

**Aufgabe E5, S. 128 – 135: Ernährungs-
empfehlung:**

.....

.....

.....

Aufgabe E7, S. 140: Labeldschungel:

.....

.....

.....

SICH INFORMIEREN

**PLANEN UND
ENTSCHEIDEN**

AUSFÜHREN

BEURTEILEN

EVALUIEREN

Aufgabe C1, S. 102 – Esssituation:.....

Aufgabe C1, S. 102 – Begründung Essensplanung:.....

Aufgabe D, S. 103 – Unsere zwei Gerichte inkl. Rezeptangaben:.....

.....

.....

.....

☐ **GESELLSCHAFT**

☐ **ÖKOLOGIE**

☐ **ÖKONOMIE**

☐ **HANDWERK**

☐ **KULTUREN**

☐ **GESUNDHEIT**

☐ **GENUSS**

**Aufgabe C2, S. 102: Bestimmt die zwei Perspektiven (S. 96), die ihr bei der Essensplanung berücksichtigen möchtet, und kreuzt diese an.
Beschreibt mithilfe der Leitfragen (S. 97 – 100) eure gewählten Perspektiven.**

.....

.....

.....