
















Lernfeld LF5	Materialien/Titel Alternative Kostformen: Vegetarismus Unterrichtsarrangement Schülerinnen und Schüler	Ernährung und Gastronomie
Kompetenzbereiche: <ul style="list-style-type: none"> - Ich kann Aufgaben unterschiedlicher Nährstoffe im menschlichen Körper benennen. - Ich kann Lebensmittel zu unterschiedlichen vegetarischen Kostformen auswählen. - Ich kann den Nährstoffgehalt eines Lebensmittels berechnen. 		Lernsituation Lernthema Lernschritt
Was ich hier lernen kann: <ul style="list-style-type: none"> - Ich kann Lebensmitteln in einer Nährstofftabelle finden. - Ich kann einzelne Nährstoffgehalte eines Lebensmittels herauslesen. - Ich kann den Nährstoffgehalt einer Portionsgröße eines Lebensmittels berechnen. 		Was Sie schon können sollten: <ul style="list-style-type: none"> - Ich kann eine Aufgabe erfassen und eigenständig lösen. - Ich kann Rechnungen nach dem Dreisatz lösen. - Ich kann Arbeitsergebnisse mit meinem Partner abgleichen. - Ich verstehe die Angaben einer Nährwerttabelle. Wie Sie Ihr Können prüfen können: <ul style="list-style-type: none"> - Klassenarbeit

Lernsituation:

Dem allgemeinen Trend, mehr vegetarische Angebote in den Speiseplan einzubauen folgend, möchte das Wellnesshotel, in dem Sie arbeiten, ein vegetarisches Frühstücksbuffet anbieten. Dabei soll den Gästen ermöglicht werden, unterschiedliche vegetarische Lebensmittel mit ihren für die menschliche Ernährung wichtigen Inhaltsstoffen kennenzulernen.

Nr.	Mit wem?	Aufgabe	Hinweise
1	5 Min. 	Lesen Sie die Aufgaben auf dem Arbeitsblatt. Stellen Sie noch offene Fragen.	Arbeitsblatt 3:  Nährstoff- berechnungen ausgewählter Lebensmittel 
2	5 Min. 	Ergänzen Sie die Lücken im Arbeitsblatt und lösen Sie mit Ihrer Partnerin oder Ihrem Partner die Arbeitsaufgaben 1 bis 8 für das Lebensmittel Kuhmilch mit Hilfe der Nährwerttabelle. Überprüfen Sie die Lösung.	Lösungsblatt zur Überprüfung 
3	30 Min. 	Lösen Sie die weiteren Aufgaben des Arbeitsblattes alleine.	Arbeitsblatt Nährstoff- berechnungen ausgewählter Lebensmittel 
4	5 Min. 	Vergleichen Sie die Ergebnisse mit Ihrer Partnerin oder Ihrem Partner.	
5	5 Min. 	Notieren Sie Sie weitere vegetarische und vegane Lebensmittel, die auf ein Frühstücksbüffet passen. Ergänzen Sie das Arbeitsblatt 3  mit den entsprechenden Lebensmitteln.	
6.	10 Min. 	Berechnen Sie auch diese Lebensmittel in Einzelarbeit wenn Sie vor der Zeit mit  fertig sind.	
7	5 Min. 	Stellen Sie Ihre Ergebnisse in der Klasse vor. Notieren Sie Lebensmittel, die besonders eiweiß-, calcium- oder eisenhaltig und für eine vegetarische Ernährung geeignet sind.	