# Arbeitsblatt: Quiz-Antworten

# Ernährungsempfehlungen

1. Wahr
2. Eine Portion enthält durchschnittlich 100 g eines Lebensmittels.
3. Weißkohl
4. 300-600 g/Woche
5. Zartbitter- statt Vollmilchschokolade
6. Falsch

# Ausreichend trinken

* + 1. mind. 1,5 l
		2. körperlich schwer arbeitende Beschäftigte
		3. Falsch
		4. Starkes Schwitzen
		5. Muskulöse Männer
		6. Falsch
		7. Lebensmittel

|  |
| --- |
| „Gesund genießen am Arbeitsplatz“ von Prof. Dr. Anne Flothow ist lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/). |