Lesen Sie den Zeitungsartikel über Kinder-Lebensmittel und beantworten Sie kurz die Fragen. Schreiben Sie zu jedem Punkt nur eine Information. (0) ist ein Beispiel für Sie.

Kinder-Lebensmittel

Kinder-Lebensmittel – mit ihnen könnte man einen ganzen Supermarkt füllen. Es gibt heute dreimal so viel solcher Produkte als noch vor 1990. Eine Untersuchung in Dortmund ergab, dass besonders in den letzten Jahren die Anzahl an Kinderlebensmitteln geradezu explodiert ist. Am meisten werden Süßigkeiten wie Vitaminbonbons, Schokoriegel, Frühstückssnacks und Brotaufstriche mit diesem Namen angeboten. Wenn man sich die Verpackungen der Kinder-Lebensmittel anschaut, dann meint man, seinem Kind damit etwas besonders Gutes zu tun. Diese Produkte enthalten besonders viel Milch, Vitamin A, D, E und Kalzium. Und da sich das unglaublich gesund anhört, landen sie im Einkaufswagen. Dass die Kinder-Lebensmittel voll von Zucker und Fett sind, wird nicht erwähnt. Auf keiner Verpackung finden die Verbraucher Informationen über einen erhöhten Fett- und Zuckergehalt.

Die Kinder-Lebensmittel sind oft als Zwischenmahlzeiten gedacht. In Wirklichkeit sind sie allerdings regelrechte Kalorienbomben! Sie sind auf Dauer für Kinder nicht zu empfehlen. Obwohl die Kinder-Lebensmittel häufig mit Vitaminen und Mineralstoffen angereichert sind, sind sie nicht gesünder. Eine extreme Dose an Vitamin A kann zu trockener Haut, Kopfschmerzen und Erbrechen führen. In der Regel sollte es also für Kinder genau das zu essen geben, was es für Mama und Papa gibt. Auch die Experten betonen, dass Kinder nach dem ersten Lebensjahr das Gleiche essen sollen wie Erwachsene. Ernährungsberater empfehlen deshalb, Kinder-Lebensmittel wie Süßigkeiten zu behandeln: Etwas schadet nicht, wenn die sonstige Ernährung gesund und ausgewogen ist. Bei Zwischenmahlzeiten und Pausensnacks sollten Eltern deshalb auf dem Klassiker Obst zurückgreifen: Das schmeckt und ist gesund!

Quelle: http://heute-gesund-leben.de/Ernahrung/kinder-lebensmittel-nicht-das-was-sie-eigentlich-sein-sollen.html

FRAGEN

Wie entwickelte sich die Zahl der Kinder-Lebensmittel in der letzten Zeit?
0. es gibt dreimal so viel / sie explodierte

Zu welcher Lebensmittelkategorie gehören die meisten Kinderlebensmittel?

Was versprechen die Verpackungen der Kinder-Lebensmittel?

Worüber kann man auf den Verpackungen nichts lesen?

Warum sind Kinder-Lebensmittel auf Dauer nicht gesund? z. B.:

Was sollen Kinder nach dem ersten Lebensjahr essen?

Was sollte man als Pausensnack wählen?

LIVEWORKSHEETS