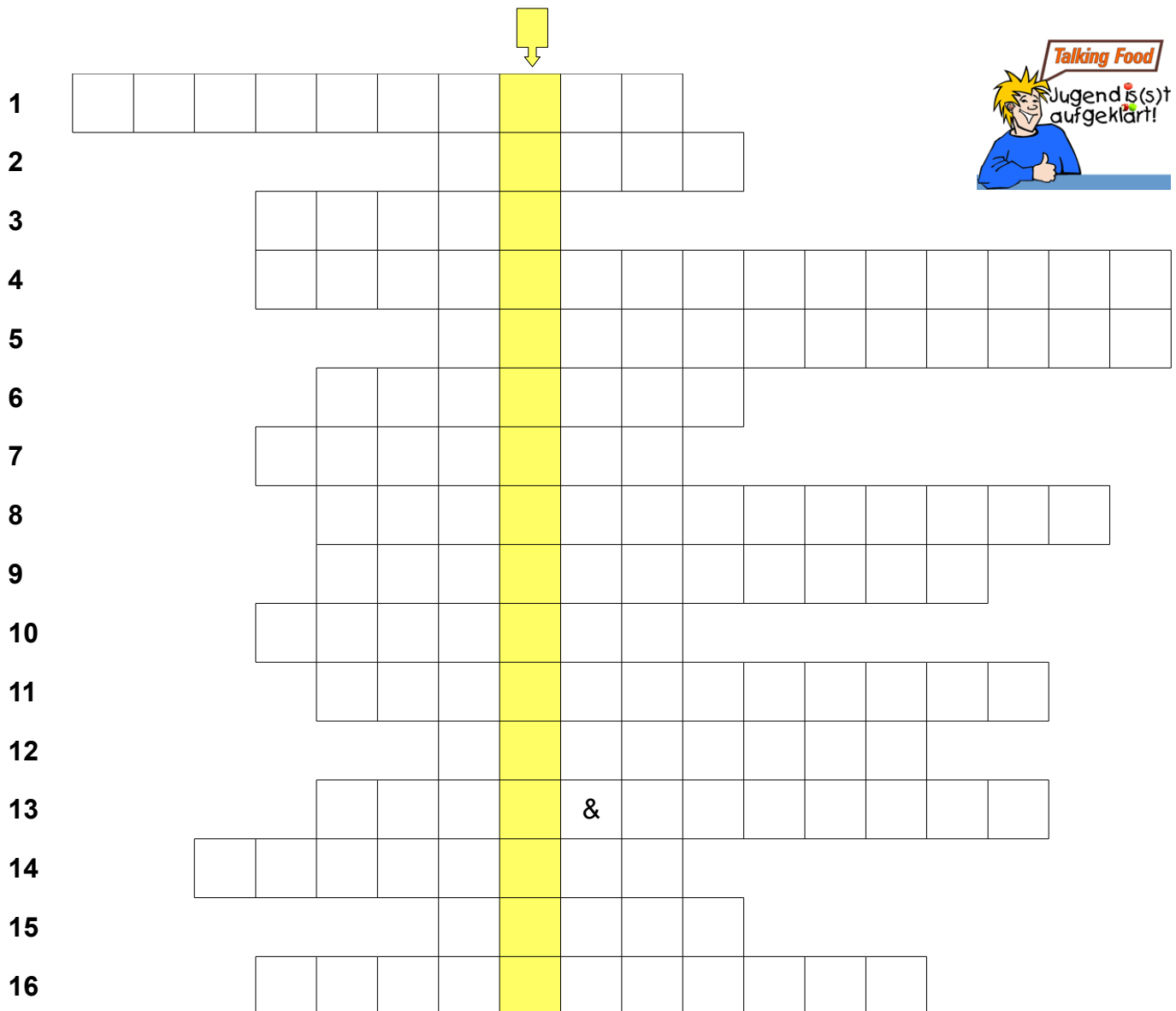


Talking Food-Vitaminrätsel



1. Wie heißt Vitamin B₂ auch?
2. In welchem Lebensmittel ist Vitamin B₂ besonders reichlich vorhanden?
3. Was braucht der Körper, um Vitamin D selbst bilden zu können?
4. In welcher Zeit sollte eine Frau ganz besonders auf ihre Folsäureversorgung achten?
5. Für den Auf-, Ab- und Umbau welcher Stoffe ist Vitamin B₆ zuständig?
6. In welchen Lebensmitteln kommt Vitamin B₁₂ in bedeutsamer Menge vor?
7. Welche Bevölkerungsgruppe ist besonders gefährdet für einen Vitamin B₁₂-Mangel?
8. Wofür ist Vitamin K wichtig?
9. Wie heißt die Vorstufe von Vitamin A?
10. Wie heißt die Vitamin C-Mangelkrankheit?
11. Welches Lebensmittel ist besonders reich an Vitamin B₁?
12. Wie heißt die Vitamin B₁-Mangelkrankheit?
13. Welche Lebensmittel liefern besonders viel Vitamin C?
14. Zur Vorbeugung welcher Krankheit erhalten Säuglinge im ersten Lebensjahr Vitamin D-Präparate?
15. Welches tierische Lebensmittel enthält besonders hohe Konzentrationen an Vitamin A?
16. Was stärkt Vitamin C?

Tipps zum Lösungswort: Bei einer ausgewogenen Ernährung brauchst du diese nicht!
 Alle Antworten findest du auf der Internetseite www.talkingfood.de in der Rubrik Ernährungswissen.

Lösung zum Talking Food-Vitaminrätsel



1	R	I	B	O	F	L	A	V	I	N													
2							M	I	L	C	H												
3			L	I	C	H	T																
4		S	C	H	W	A	N	G	E	R	S	C	H	A	F	T							
5					A	M	I	N	O	S	A	E	U	R	E	N							
6			F	L	E	I	S	C	H														
7		V	E	G	A	N	E	R															
8			B	L	U	T	G	E	R	I	N	N	U	N	G								
9			B	E	T	A	C	A	R	O	T	I	N										
10		S	K	O	R	B	U	T															
11			V	O	L	L	K	O	R	N	B	R	O	T									
12					B	E	R	I	B	E	R	I											
13				O	B	S	T	&	G	E	M	U	E	S	E								
14	R	A	C	H	I	T	I	S															
15					L	E	B	E	R														
16		I	M	M	U	N	S	Y	S	T	E	M											

Weitere Kreuzworträtsel und Quizspiele für den Unterricht gibt es auf www.talkingfood.de im Lehrer-Special.

