

Arbeitsblatt 1: Quiz-Antworten

1. Falsch
2. Heimische Beeren und Kohl zählen zu den regionalen „Superfoods“.
3. Stabiler Blutzuckerspiegel
4. Falsch
5. Pesco-Vegetarier essen pflanzliche Lebensmittel sowie Eier, Milch (-produkte) und Fisch.
6. Sie sind für Menschen gedacht, die an einer Zöliakie leiden (0,5-1 % der Deutschen).
7. Bei einer veganen Ernährungsweise ist für eine ausreichende Vitamin-B12-Versorgung die Einnahme eines Präparats notwendig.



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