

# Werkblad

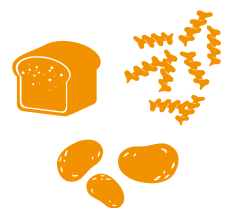
## Gezond eten: Staat het in de Schijf van Vijf?

Naam student (1): .....

Naam student (2): .....

Bij deze opdracht zoek je informatie op over 6 voedingsmiddelen.  
Vorm duo's en *verdeel de taken eerlijk* wat betreft opzoeken en opschrijven.

**A.** Van welke voedingsmiddelen gaan jullie informatie opzoeken?  
Voeg eigen voedingsmiddelen toe en kruis er 6 aan.



- |                                       |   |                                |                                |
|---------------------------------------|---|--------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Energiedrank | <input type="checkbox"/> Pizza            | <input type="checkbox"/> Drop  | <input type="checkbox"/> Appel |
| <input type="checkbox"/> Cola         | <input type="checkbox"/> Zilvervliesrijst | <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> .....        | <input type="checkbox"/> .....            | <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |

**B.** Ga naar [www.voedingscentrum.nl/gezondkiezen](http://www.voedingscentrum.nl/gezondkiezen) en gebruik de tool 'Staat dit in de Schijf?'  
Noteer de informatie die je vindt in het schema hierna. Noteer in kolom 1 het voedingsmiddel, in kolom 2 of het wel of niet in de Schijf van Vijf staat, in kolom 3 de hoeveelheid en in kolom 4 verdere informatie (bijvoorbeeld dag- of weekkeuze en waarom)

Voedingsmiddel	Wel of niet Schijf van Vijf?	Hoeveelheid	Als het niet in de Schijf van Vijf staat: is het een dag- of weekkeuze?
1. ....	.....	.....	.....
2. ....	.....	.....	.....
3. ....	.....	.....	.....
4. ....	.....	.....	.....
5. ....	.....	.....	.....
6. ....	.....	.....	.....