WAS HABE ICH GESTERN GEGESSEN UND GETRUNKEN?

Tragen Sie bitte in die Tabelle Ihre Speisen bzw. deren Bestandteile ein, die Sie gestern im Laufe des Tages gegessen und getrunken haben. Schätzen Sie damit Ihre Ernährung im Sinne eines zukunftsfähigen Ernährungsstils ein. Folgende Angaben sind möglich:

+ trifft zu **0** liegt dazwischen **–** trifft nicht zu **?** weiß ich nicht

Viel Spaß beim Ausfüllen!

Produkt	Einkaufsstätte	überwiegend pflanzlich	ökologisch erzeugt	regional produziert	saisonal produziert	gering verarbeitet	umweltverträgl. verpackt	fair gehandelt	genussvoll, bekömmlich