



Arbeitsauftrag

Bereite Dich auf eine 15-minütige Diskussionsrunde vor, in der Du eifrig die Ernährungsweise mit Fast-Food vertrittst. Dazu musst Du Dir einige Stichpunkte zurechtlegen, mit denen Du die Vorteile verteidigst und die Nachteile nach Möglichkeit abschmetterst. Die Vor- und Nachteile sammelt Ihr in Eurer Expertengruppe in einer Tabelle. So kannst Du in der Diskussionsrunde schlagfertig argumentieren. Informiert Euch, tragt dann die **Vor- und Nachteile in einer Liste ohne Dopplungen** zusammen.

Informationsquellen

Aufzeichnungen der letzten Stunden, Poster, Experten der Poster, Informationsblätter, die zur Postererstellung ausgegeben wurden, Buch, unten aufgeführter Informationstext, euer Wissen aus Zeitschriften, Fernsehen, ...

Informationstext

Die Fast-Food-Kette Mc Donalds geht mit den neusten Trends mit. Einer der Trends ist sicherlich neben neuen Kleidermoden, Musikrichtungen und Designergetränken das Fast-Food-Essen und die damit verbundenen Geschmacksrichtungen. Hierzu sind moderne Geschmacksstoffe unumgänglich. Mc Donalds wird scharf von den Behörden kontrolliert und geht mit den in allen Filialen ausgehängten Nährstoff- und Nährwerttabellen den gesetzlichen Vorgaben nach. Mit den Aushängen wird außerdem allen Kunden ermöglicht, sich individuell eine Nährstoffkombination auszusuchen. Über die Homepage des Unternehmens kann man sich sogar über Bau, Funktion und Vorkommen der Nährstoffe informieren. Mit Hilfe dieser Informationen können sich die Kunden aus beispielsweise Weißmehlbrötchen, Rind-, Schweine-, Fisch- und Hühnchenfleisch, Kartoffelprodukten, mineralstoffhaltigen Getränken sowie Salaten, Obst und Yoghurtspeisen ihre individuelle Nahrung zusammenstellen. Welche Produkte sich nun die Kunden aussuchen, möchte die Kette nicht vorgeben. Die Menschen sind letztendlich selbst für ihre Ernährung und Gesundheit verantwortlich. Frittiert wird übrigens mit Pflanzenöl.

Ferner schlägt die Fast-Food-Kette auf ihrer Homepage Sportübungen vor, um gegen Übergewicht anzukämpfen. Ein gesunder erwachsener Mann benötigt pro Tag eine Energiezufuhr von ca. 8000 kJ, bei harter Arbeit bis zu 15000 kJ. Diese Information kennt schließlich jeder Mensch. Und mit Hilfe der Nährstofftabellen kann sich jeder selbst ausrechnen, wie viele Mc Donalds-Mahlzeiten pro Tag gegessen werden können, ohne übermäßig viel Energie zu sich genommen zu haben.

Über die Haltung der Schlachttiere oder die Beziehungsquellen der pflanzlichen Produkte erhält man keine genaue Auskunft. Auch über den Einsatz von Geschmacksstoffen, die den Appetit unnatürlich stark anregen, äußert sich Mc Donalds nicht. An Konservierungs-, Farb- und

Duftstoffen werden die vorgeschriebenen Grenzwerte (zulässige Maximalkonzentrationen) eingehalten. Insofern entzieht sich Mc Donalds jeglicher Verantwortung, handelt im gesetzlichen Rahmen und bietet weltweit beliebte Produkte an.

<p>Chicken McNuggets (6er-Pack) - Zerkleinertes Hähnchenbrustfleisch mit Haut, Salz und Gewürzen, geformt, paniert. Zusätzliche Saucen: Süßsaure Sauce, Barbecue-Sauce, Currysauce frittiert in Pflanzenöl; Portionsgröße: 113 g</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>100 g l</th> <th>Portion</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Brennwert KJ</td> <td>1001</td> <td>1131</td> </tr> <tr> <td>Brennwert Kcal</td> <td>239</td> <td>270</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß (g)</td> <td>15</td> <td>17</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate (g)</td> <td>15</td> <td>17</td> </tr> <tr> <td>Fett (g)</td> <td>13</td> <td>15</td> </tr> </tbody> </table>		100 g l	Portion	Brennwert KJ	1001	1131	Brennwert Kcal	239	270	Eiweiß (g)	15	17	Kohlenhydrate (g)	15	17	Fett (g)	13	15	<p>Big Mac - Weizenbrötchen mit Sesam bestreut, 100 % Rinderhackfleisch, Zwiebeln, Salzgurkenscheiben, Eisbergsalat, Chester-Schmelzkäsezubereitung und Big Mac-Sauce; Portionsgröße: 211 g</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>100 g l</th> <th>Portion</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Brennwert KJ</td> <td>999</td> <td>2107</td> </tr> <tr> <td>Brennwert Kcal</td> <td>238</td> <td>503</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß (g)</td> <td>12</td> <td>26</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate (g)</td> <td>21</td> <td>44</td> </tr> <tr> <td>Fett (g)</td> <td>12</td> <td>25</td> </tr> </tbody> </table>		100 g l	Portion	Brennwert KJ	999	2107	Brennwert Kcal	238	503	Eiweiß (g)	12	26	Kohlenhydrate (g)	21	44	Fett (g)	12	25	<p>Fischmac - Weizenbrötchen, Portion aus Seefischfilet, paniert, Fischmac-Sauce mit Dill-Gurken-Relish und Chester-Schmelzkäsezubereitung frittiert in Pflanzenöl; Portionsgröße: 146 g</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>100 g l</th> <th>Portion</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Brennwert KJ</td> <td>1029</td> <td>1505</td> </tr> <tr> <td>Brennwert Kcal</td> <td>245</td> <td>359</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß (g)</td> <td>10</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate (g)</td> <td>27</td> <td>39</td> </tr> <tr> <td>Fett (g)</td> <td>11</td> <td>16</td> </tr> </tbody> </table>		100 g l	Portion	Brennwert KJ	1029	1505	Brennwert Kcal	245	359	Eiweiß (g)	10	14	Kohlenhydrate (g)	27	39	Fett (g)	11	16
	100 g l	Portion																																																						
Brennwert KJ	1001	1131																																																						
Brennwert Kcal	239	270																																																						
Eiweiß (g)	15	17																																																						
Kohlenhydrate (g)	15	17																																																						
Fett (g)	13	15																																																						
	100 g l	Portion																																																						
Brennwert KJ	999	2107																																																						
Brennwert Kcal	238	503																																																						
Eiweiß (g)	12	26																																																						
Kohlenhydrate (g)	21	44																																																						
Fett (g)	12	25																																																						
	100 g l	Portion																																																						
Brennwert KJ	1029	1505																																																						
Brennwert Kcal	245	359																																																						
Eiweiß (g)	10	14																																																						
Kohlenhydrate (g)	27	39																																																						
Fett (g)	11	16																																																						
<p>Pommes (klein) - Kartoffelprodukt frittiert in Pflanzenöl; Portionsgröße: 76 g</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>100 g l</th> <th>Portion</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Brennwert KJ</td> <td>1292</td> <td>982</td> </tr> <tr> <td>Brennwert Kcal</td> <td>308</td> <td>234</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß (g)</td> <td>4</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate (g)</td> <td>38</td> <td>29</td> </tr> <tr> <td>Fett (g)</td> <td>16</td> <td>12</td> </tr> </tbody> </table>		100 g l	Portion	Brennwert KJ	1292	982	Brennwert Kcal	308	234	Eiweiß (g)	4	3	Kohlenhydrate (g)	38	29	Fett (g)	16	12	<p>Garten Salat - Gemischter Salat mit Karotten und Kirschtomaten; Portionsgröße: 90 g</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>100 g l</th> <th>Portion</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Brennwert KJ</td> <td>51</td> <td>46</td> </tr> <tr> <td>Brennwert Kcal</td> <td>12</td> <td>11</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß (g)</td> <td>1</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate (g)</td> <td>2</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>Fett (g)</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table>		100 g l	Portion	Brennwert KJ	51	46	Brennwert Kcal	12	11	Eiweiß (g)	1	1	Kohlenhydrate (g)	2	1	Fett (g)	0	0	<p>Royal TS - Weizenbrötchen mit Sesam bestreut, 100% Rinderhackfleisch, Chester-Schmelzkäsezubereitung, frische Zwiebeln, Tomaten, Eisbergsalat, Würzcreme; Portionsgröße: 250 g</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>100 g l</th> <th>Portion</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Brennwert KJ</td> <td>947</td> <td>2368</td> </tr> <tr> <td>Brennwert Kcal</td> <td>226</td> <td>566</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß (g)</td> <td>12</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate (g)</td> <td>14</td> <td>35</td> </tr> <tr> <td>Fett (g)</td> <td>14</td> <td>35</td> </tr> </tbody> </table>		100 g l	Portion	Brennwert KJ	947	2368	Brennwert Kcal	226	566	Eiweiß (g)	12	30	Kohlenhydrate (g)	14	35	Fett (g)	14	35
	100 g l	Portion																																																						
Brennwert KJ	1292	982																																																						
Brennwert Kcal	308	234																																																						
Eiweiß (g)	4	3																																																						
Kohlenhydrate (g)	38	29																																																						
Fett (g)	16	12																																																						
	100 g l	Portion																																																						
Brennwert KJ	51	46																																																						
Brennwert Kcal	12	11																																																						
Eiweiß (g)	1	1																																																						
Kohlenhydrate (g)	2	1																																																						
Fett (g)	0	0																																																						
	100 g l	Portion																																																						
Brennwert KJ	947	2368																																																						
Brennwert Kcal	226	566																																																						
Eiweiß (g)	12	30																																																						
Kohlenhydrate (g)	14	35																																																						
Fett (g)	14	35																																																						

Beispiele aus den aushängenden Nährstofftabellen