

Nur bedingt ein Gewinn

Sportlerlebensmittel

Modul 5



Bewertung von Sportlerlebensmitteln

Bitte wählen Sie ein Produkt aus und bewerten Sie es mithilfe der Fragestellungen:

Produktname:

- Ist auf dem Produkt zu erkennen, zu welchem Zweck es eingesetzt werden soll?

- Welche drei Hauptzutaten sind enthalten?

- Wie viel Energie und welche Mengen an Nährstoffen enthält eine Portion des Produkts?

| | |
|-----------|--|
| Brennwert | |
|-----------|--|

| | |
|--------|--|
| Eiweiß | |
|--------|--|

| | |
|---------------|--|
| Kohlenhydrate | |
|---------------|--|

davon Zucker

| | |
|------|--|
| Fett | |
|------|--|

| | |
|------------------|--|
| Weitere/Sonstige | |
|------------------|--|

- Vergleichen Sie Zutaten, Nährwerte und den aus- gelobten Verwendungszweck. Wird der ausgelobte Zweck des Produktes erfüllt?

- Wenn Sie an Ihren eigenen Sportverein denken, ist der Verzehr des Produktes in Ihrer Sportart und bei den üblichen Belastungen sinnvoll?

- Bitte begründen Sie Ihre Meinung.
