



1. *Aufgaben und Grundlagen der Ernährung* :
Ernährungs-Pyramiden, Gesundheit; Umwelt u. Interessen der Lebensmittelindustrie, Marketing u. Wertigkeit von Inhaltsstoffen
2. *KH – Kohlenhydrate* :
Stoffe Aufbau, Einteilung, Funktionen u. Ernährung
(Bedarf/Überschuss/Mangel)
3. *LIP - Speisefette & Öle* :
Stoffe Aufbau, Einteilung, Funktionen u. Ernährung
(Bedarf/Überschuss/Mangel)
4. *PROT - Eiweiß* :
Stoffe Aufbau, Einteilung, Funktionen u. Ernährung
(Bedarf/Überschuss/Mangel)
5. *Stoffwechsel* :
Hormone, Enzyme, Zellaufbau, Verdauung, Makronährstoffe
6. *VITAMINE u. Mineralien* :
Wasser-/ Fettlöslich , Übersicht Mängelercheinungen, Bedarf u. Zufuhr
7. *Lebensmittel zur Grundversorgung* :
Haltbarmachung, Konservierung u. Lagerung, Logistik
8. *Regionale & Internationale Speisen* :
Nahrungsmittel, Zubereitungsarten, Gewürze u. Aromen
9. *Moderne Ernährungsformen* :
Junk Food, Design Food, Super Food, Health Food, Molecular Kitchen
10. *Ernährungsbedingte Krankheiten* :
Symptome, Ursachen u. Therapien, Moderne Medizin
11. *Heilmittel & Ernährung* :
Berühmte Forscher/Innen, Medikamente u. Therapien
12. *Gifte & Ernährung* :
Pflanzlich/tierische, terrane/marine Stoffe, Struktur u. Wirkung,
Gegenmittel u. Heilung

Lit.: Ernährung : bewusst-aktuell-lebensnah AHS 6.Kl., Trauner Vlg. 2023
EL-MO Chemie AHS 7.+8.Kl., Kap. 9. Ernährung, ÖBV Vlg, 2020
Biologie AHS 5., 6.-8.Kl.