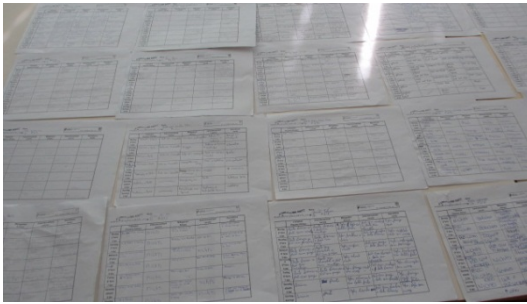


Insgesamt haben 46 Schüler der 7. bis 9. Klasse die Tagebücher für die Zeit 3. Bis 9. Dezember ausgeführt. Die



erste Arbeitsgruppe hat sich am 11. Dezember zusammengesetzt, alle Tagebücher durchgelesen und 3 Beispiele ausgesucht – ein schlechtes Beispiel, ein mittelmäßiges Beispiel und ein gutes Beispiel.

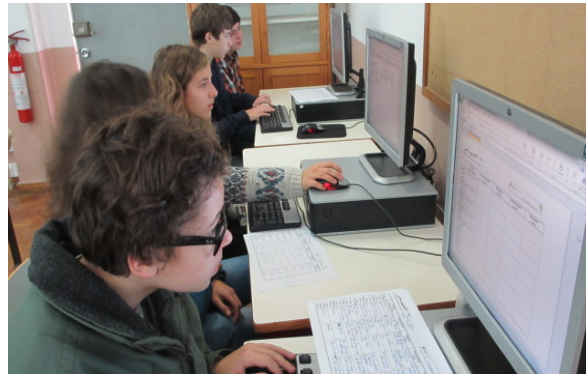
Viele Schüler verbringen lange Pausen ohne etwas zu essen. Oft kommen sie ohne Frühstück zur Schule. *Fast Food*, wie Pizza ist sehr beliebt.

Das Tagebuch – *schlechtes Beispiel* wurde ausgewählt, weil die Schülerin nie eine kleine Zwischenmahlzeit vormittags zu sich nahm,

und abends nichts aß.

Das Tagebuch – *gutes Beispiel* zeigt, wie eine Schülerin sich gut ernährt. In ihrer Diät ist alles was gesund ist drin - Gemüse, Fleisch, Fisch, Obst,...

Es gehört zu den portugiesischen Essensgewohnheiten, dass man auch abends eine warme Mahlzeit zu sich nimmt.



Einige typische Speisen, die die Schüler essen:

Cozido à Portuguesa - Eintopf – gekochte Gemüse und verschiedene Fleisch Sorten



Bacalhau à Brás- Stockfisch nach Brás Art



Arroz de marisco – Meeresfrüchte Reis

