



Doelstellingen

- © De leerlingen kunnen verschillende melkproducten opsommen.
- © De leerlingen kennen het verschil tussen een product dat tot de groep van de melkproducten behoort en producten die van of met melk worden bereid maar tot een andere voedselgroep behoren.

In de zuivelfabriek wordt niet alleen melk verpakt in pakken of flessen. Er worden van melk ook melkproducten gemaakt zoals yoghurt, karnemelk, chocolademelk en vla of pudding. In de kaasfabriek wordt van melk kaas gemaakt.

Om goed te groeien en gezond te blijven moeten we elke dag voldoende melk drinken (3 tot 4 glazen of in totaal ongeveer 500 ml). Een glas melk mag je vervangen door bijvoorbeeld een potje yoghurt, een glas karnemelk of chocolademelk of eens een schaalje vla, pudding of rijstpap. Je vindt deze producten, samen met kaas, in de actieve voedingsdriehoek terug in de groep van de melkproducten.

Wat met ijs, room en boter? Zij worden toch ook van melk gemaakt? Ja, maar omdat ijs veel vet en suiker bevat behoort het tot de restgroep. Room en boter bevatten ook zeer veel vet en weinig of geen calcium. Calcium is noodzakelijk voor een stel sterke botten. Room en boter behoren daarom respectievelijk tot de restgroep en de groep van smeer- en bereidingsvet.

Sommige gerechten worden bereid met melk maar kunnen een glas melk evenmin vervangen, bijvoorbeeld pannenkoeken en melkchocolade. Chocomousse is een dessert en geen melkproduct.



■ **Materiaal**

- **Kaartjes met melkproducten en producten die van of met melk worden gemaakt maar niet tot de voedselgroep van de melkproducten behoren**
(zie kopieerblad bij infofiche 2)
- **Per leerling of per groep een blad met 2 kolommen: de ene kolom heeft als titel "Voedselgroep melkproducten", de andere kolom heeft als titel "Andere voedselgroep"**

■ **Hoe gaan we te werk?**

Neem de kaartjes met de tekeningen en het blad met de 2 kolommen.

Leg de kaartjes in de juiste kolom.

Kan je nog andere melkproducten opsommen?

■ **Waar kunnen we ook aan denken?**

- Je kan de kaartjes met tekeningen vervangen door verpakkingen van producten.
- Je kan een memoriespel maken met deze kaartjes. Voorzie daarvoor dan ook voldoende kaartjes met enerzijds "voedselgroep melkproducten" en anderzijds "andere voedselgroep". De leerlingen moeten dan de juiste duo's zoeken. Werk met zelfcorrectie zodat de leerlingen zelf kunnen controleren of de duo's juist zijn. Geef de kaartjes "voedselgroep melkproducten" en "andere voedselgroep" daartoe elk een andere kleur

en vermeld op de kaartjes met de tekeningen ook telkens de kleur van de overeenkomstige groep.


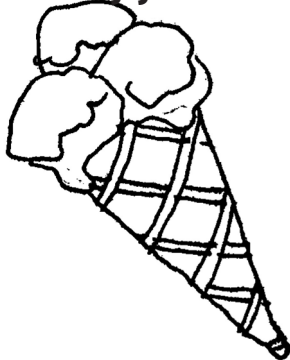
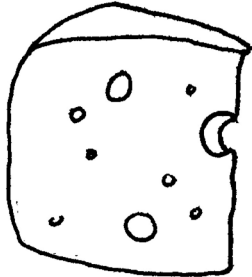
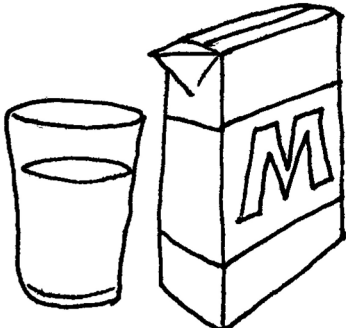
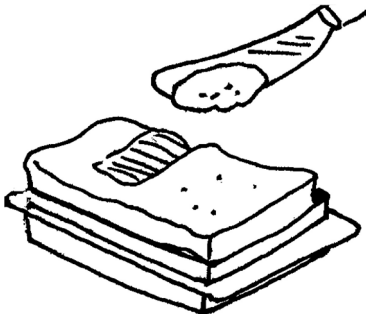
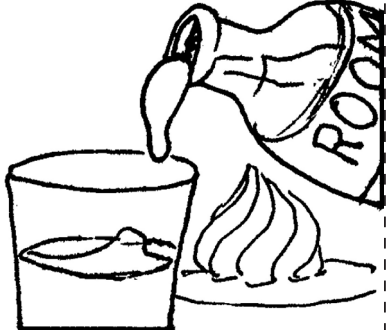

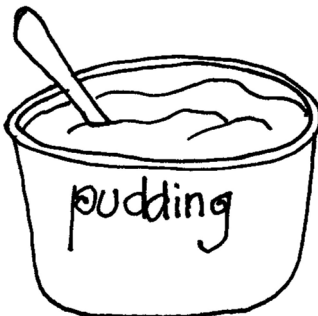

■ **Klasbespreking**

Bespreek met de kinderen wat ze geleerd hebben. Vestig nogmaals de aandacht op het verschil tussen een melkproduct (zij kunnen melk vervangen) en een product waarin melk zit maar dat tot een andere voedselgroep behoort (zij kunnen melk niet vervangen).




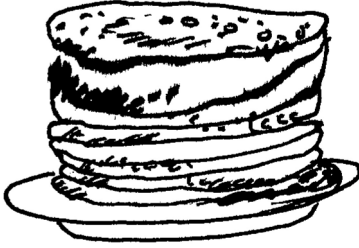

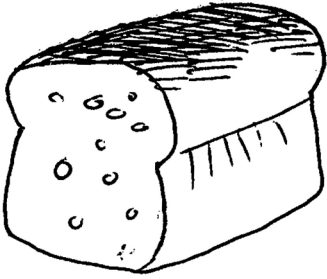
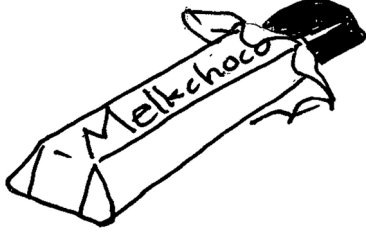

Kopieerblad bij infofiche 2

■ Kaartjes met melkproducten en producten die van of met melk worden gemaakt maar niet tot de voedselgroep van de melkproducten behoren

<p>yoghurt</p> 	<p>ijsje</p> 	<p>kaas</p> 
<p>melk</p> 	<p>boter</p> 	<p>room</p> 
<p>plattekaas</p> 	<p>pudding</p> 	<p>milkshake</p> 



Kopieerblad bij infofiche 2

 <p>chocolademelk</p>	 <p>pannenkoeken</p>	 <p>rijstpap</p>
 <p>melkbrood</p>	 <p>melkchocolade</p>	 <p>chocomousse</p>