



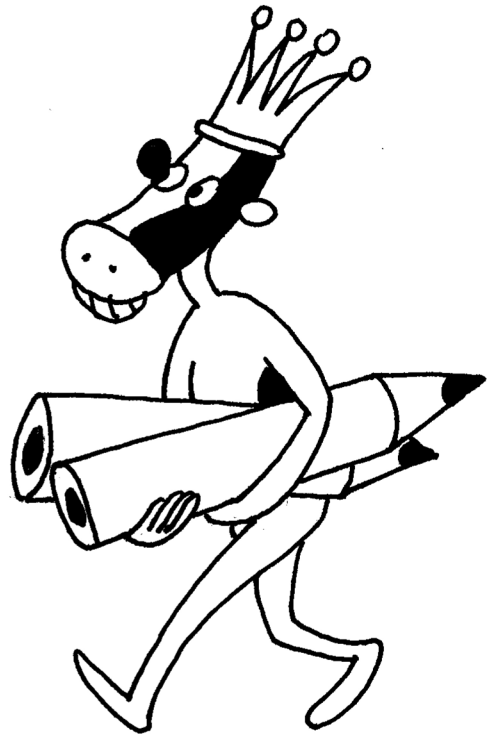
### ■ Materiaal

- Schrijfgerief en kleurpotloden

### ■ Hoe gaan we te werk?

#### Opdracht 1

Wordt er bij de bereiding van de volgende gerechten melk of een melkproduct gebruikt? Zo ja, kleur het vakje dan groen. Indien neen, kleur het vakje dan rood.



tomatensoep	stoofvlees	yoghurt met bosbessen
mattentaart	pannenkoeken	fruitsla
rijstpap	botercake	béchamelsaus
spaghetti bolognaise	volkoren brood	bananenmilkshake

Welke van de gerechten bereid met melk of een melkproduct horen in de actieve voedingsdriehoek thuis in de voedselgroep "Melk en melkproducten"?

---



---



---



---



---



Waarom horen de andere gerechten niet thuis in de voedselgroep "Melk en melkproducten"?

---



---



---



---



---

### Opdracht 2

Kleur de vakjes met informatie die samen horen in dezelfde kleur.

yoghurt		Melk waaruit het water is weggehaald.
		Het wordt bereid door aan volle of magere melk twee soorten melkzuurbacteriën toe te voegen.
magere melk		Het wordt alleen maar van bruine koeien gemaakt.
		Het verteert gemakkelijk en houdt de darmflora gezond.
karnemelk		Het bevat evenveel eiwitten en calcium maar minder vet dan volle melk.
		Als je het aanmengt met water bekom je melk.
melkpoeder		Het blijft over na de bereiding van boter.
		Het bevat ook veel suiker. We mogen er dus niet mee overdrijven.
chocolademelk		Het is zeer lang houdbaar zonder verlies van kwaliteit.



### Opdracht 3

Leg met je eigen woorden uit.

melk: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

melkproducten: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Boter en ijs behoren in de actieve voedingsdriehoek niet tot de voedselgroep "Melk en melkproducten":

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Opdracht 4

Doorstreep sommige woorden zodat je uiteindelijk een zin bekomt die bij jou past en geef een antwoord op de bijkomende vraag.

- Ik lust niet/wel graag melk. Melk als drank neem ik vooral bij mijn ontbijt, middagmaal en/of avondmaal en/of als tussendoortje. Mijn voorkeur gaat uit naar koude/warme melk.
- Wat zijn jouw lievelingsgerechten bereid met melk?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





## Correctiesleutel bij het werkblad

### Opdracht 1

In de volgende gerechten wordt melk of een melkproduct gebruikt:  
**mattentaart, rijstpap, pannenkoeken, yoghurt met bosbessen, béchamelsaus, bananenmilkshake**

De volgende gerechten bereid met melk of een melkproduct horen in de actieve voedingsdriehoek thuis in de voedselgroep "Melk en melkproducten":  
**rijstpap, yoghurt met bosbessen, bananenmilkshake**

De andere gerechten horen niet thuis in de voedselgroep "Melk en melkproducten" omdat ze geen glas melk kunnen vervangen.

### Opdracht 2

Deze informatie hoort samen:

<b>yoghurt</b>	Het wordt bereid door aan volle of magere melk twee soorten melkzuurbacteriën toe te voegen.
	Het verteert gemakkelijk en houdt de darmflora gezond.
<b>magere melk</b>	Het bevat evenveel eiwitten en calcium maar minder vet dan volle melk.
<b>karnemelk</b>	Het bevat evenveel eiwitten en calcium maar minder vet dan volle melk.
	Het blijft over na de bereiding van boter.
<b>melkpoeder</b>	Melk waaruit het water is weggehaald.
	Als je het aanmengt met water bekom je melk.
	Het is zeer lang houdbaar zonder verlies van kwaliteit.
<b>chocolademelk</b>	Het bevat ook veel suiker. We mogen er dus niet mee overdrijven.
-	Het wordt alleen maar van bruine koeien gemaakt.