



5 am Tag – Ich mach' mit...

1. Was war Ihr Lieblingsgemüse als Kind? ... und was ist es heute?

Gurken

2. Was ist Ihr Lieblingsobst und zu welcher Gelegenheit snacken Sie es am liebsten?

Erdbeere, auf/in meinem Müsli

3. Gab's für Sie in jüngster Zeit Neuentdeckungen in Sachen Obst oder Gemüse?

Obst: Klementine

Gemüse: Mini-Möhre

4. 5 mal am Tag Obst und Gemüse verzehren – wie motivieren Sie einen Obst- und Gemüsebuffet zuzugreifen?

Durch Frische, das Auge isst immer mit.

5. Obst, Gemüse oder Saft – was wählen Sie, um voller Power in den Tag zu starten?

Ein großes Glas frisch gepresster Orangensaft

6. Kommt garantiert an: Ihr Lieblingsrezept mit Obst oder Gemüse?

Obst: Obstsalat

Gemüse: Gemüse-/Nudelplatte

7. Konserven und Tiefkühlware – wer ist Ihr Retter in der schnellen Küche?

Konserven

Tiefkühlware

8. Hand aufs Herz – wie viele Portionen Obst und Gemüse haben Sie gestern gegessen?

1

2

3

4

5

mehr

9. Mit welchem Obst oder Gemüse würden Sie sich im Moment vergleichen und warum?

Eher Obstsalat, abwechslungsreiches und vielfältiges Essen

10. Könnten Sie uns das auch noch aufmalen?

Geme :-)



Fax: 06 21 / 3 38 40 10

Absender:

Name

Roughani, Amir

Servicebüro

5 am Tag e.V.

Käfertaler Straße 190

68167 Mannheim

Telefon: 06 21 / 3 38 40 14

E-Mail: info@5amtag.de

Mehr Informationen über 5 am Tag finden Sie im Internet unter: www.5amtag.de