Mineralstoffe

Beschreibe kurz den Weg der Mineralstoffe, bis sie in unserem Körper angekommen sind.

|  |
| --- |
|  |
|  |

Unterteile die Mineralstoffe in Mengenelemente und Spurenelemente.

(Zink, Magnesium, Eisen, Jodid, Natrium, Schwefel, Mangan, Selen, Chrom, Chlorid, Phosphat, Kobalt, Kupfer, Calcium, Fluorid, Molybdän, Kalium)

|  |  |
| --- | --- |
| **Mengenelemente** | **Spurenelemente** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

Nenne die Aufgaben der Mineralstoffe im Körper.

|  |  |
| --- | --- |
| ➀ | C:\Users\Stefanie\Desktop\Bilder_Handy\CAM00862.jpg |
| ➁ |
| ➂ |
| ➃ |
| ➄ |
| ➅ |
| ➆ |

Wie kann ich den Bedarf an Mineralstoffen am besten decken?

Wer hat einen erhöhten Bedarf an bestimmten Mineralstoffen?