

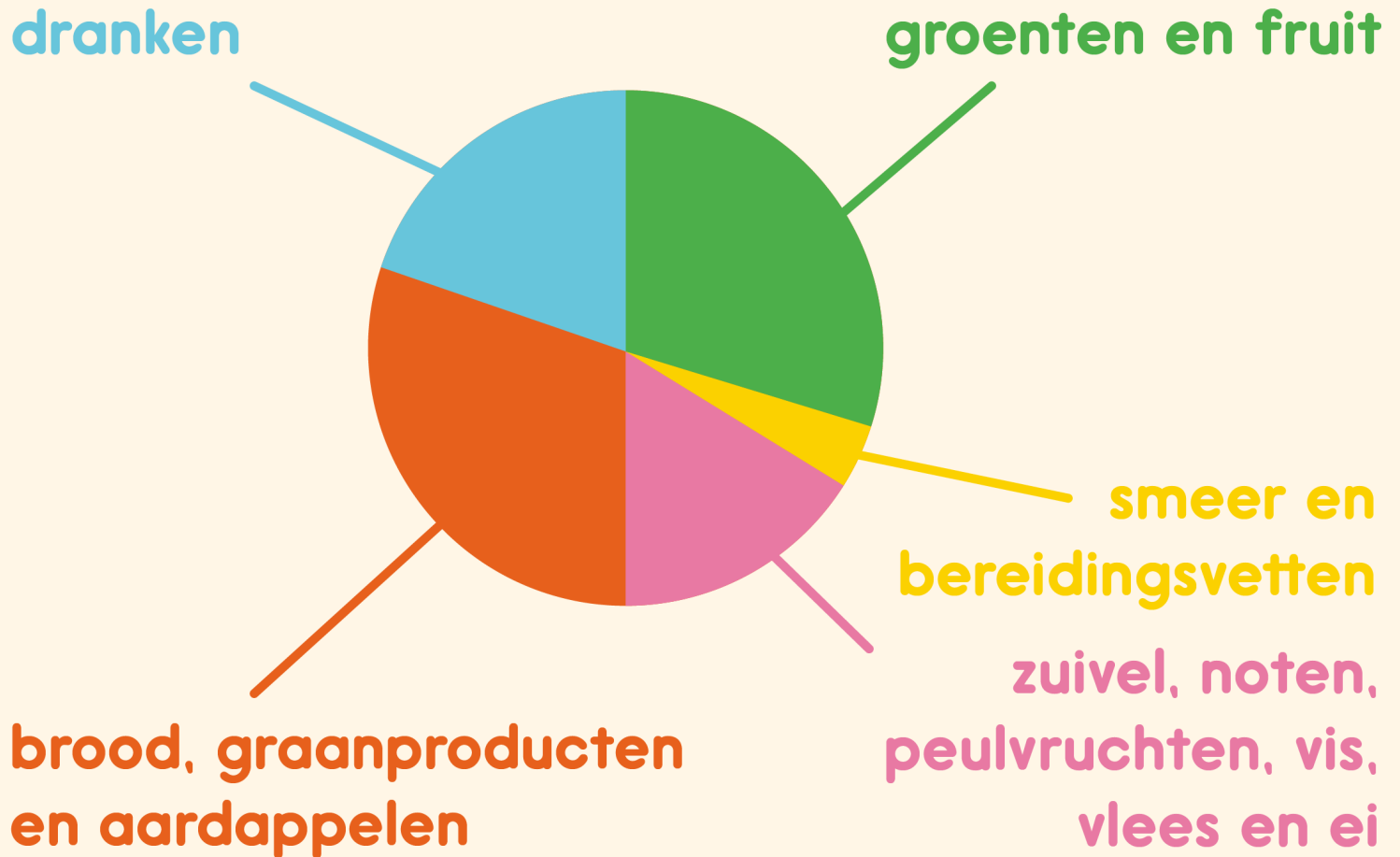


de Schijf van Vijf quiz

1. Welke vijf vakken zitten er in de Schijf van Vijf?



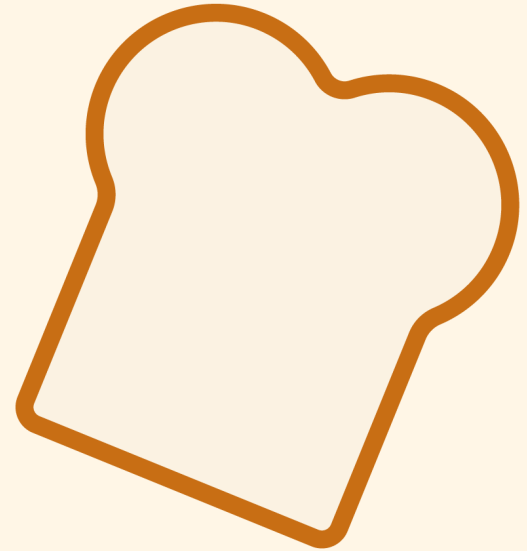
1. Welke vijf vakken zitten er in de Schijf van Vijf?



**2. Waarom staat witbrood
niet in de Schijf van Vijf?**

**A. Omdat bruinbrood en
volkorenbrood gezonder zijn**

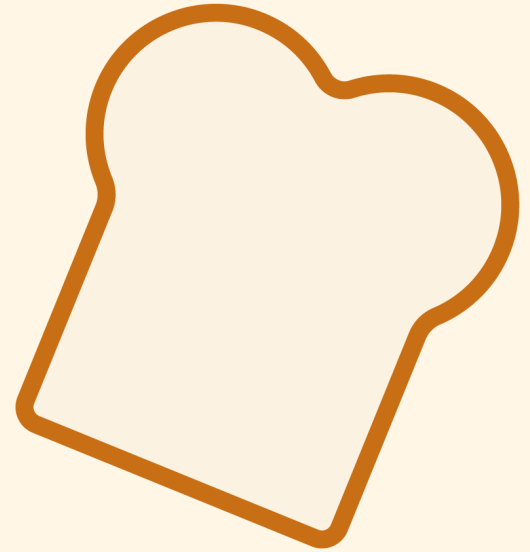
B. Omdat het niet lekker is



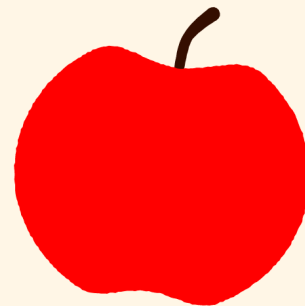
2. Waarom staat witbrood
niet in de Schijf van Vijf?

A. Omdat bruinbrood en
volkorenbrood gezonder zijn

B. Omdat het niet lekker is



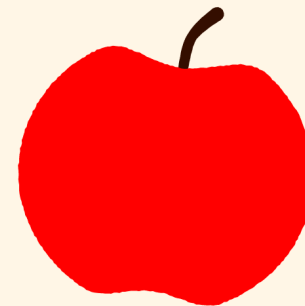
**3. Wat staat er in de Schijf van Vijf:
appelsap of een appel?**



**A. Appel, want al het onbewerkt fruit
staat in de Schijf van Vijf**

**B. Appelsap, want dat is ook gewoon
van appels gemaakt**

**3. Wat staat er in de Schijf van Vijf:
appelsap of een appel?**



**A. Appel, want al het onbewerkt fruit
staat in de Schijf van Vijf**

**B. Appelsap, want dat is ook gewoon
van appels gemaakt**

4. Halvarine op je brood is ongezond



A. Klopt, want van vet word je dik

B. Niet waar, gezonde vetten heb je nodig voor een gezonde groei

4. Halvarine op je brood is **ongezond**



A. Klopt, want van vet word je dik

B. Niet waar, gezonde vetten heb je
nodig voor een gezonde groei

5. Als iets niet in de Schijf van Vijf staat kun je er beter niet te veel en niet te vaak van eten

A. Dat klopt helemaal

B. Nee hoor, dat is niet waar

5. Als iets niet in de Schijf van Vijf staat kun je er beter niet te veel en niet te vaak van eten

A. Dat klopt helemaal

B. Nee hoor, dat is niet waar

6. Limonade staat in de Schijf van Vijf

A. Ja, want dat mag best elke dag

B. Nee, want er zit veel suiker in

6. Limonade staat in de Schijf van Vijf

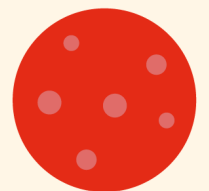
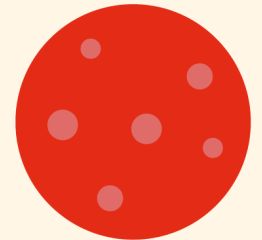
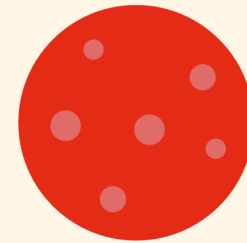
A. Ja, want dat mag best elke dag

B. Nee, want er zit veel suiker in

7. De meeste vleeswaren staan in de Schijf van Vijf

A. Ja, want vlees is gezond

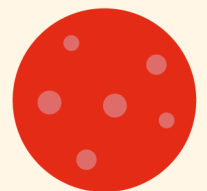
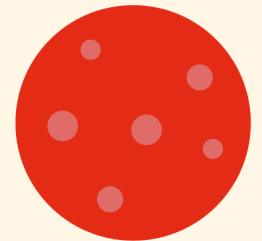
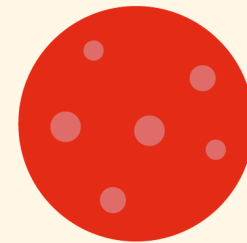
B. Nee, want vleeswaren zijn vaak te zout of er zit te veel ongezond vet in



7. De meeste vleeswaren staan in de Schijf van Vijf

A. Ja, want vlees is gezond

B. Nee, want vleeswaren zijn vaak te zout of er zit te veel ongezond vet in



8. Thee met melk en suiker staat in de Schijf van Vijf

A. Nee, want er zit suiker in

B. Ja, want er zit melk in



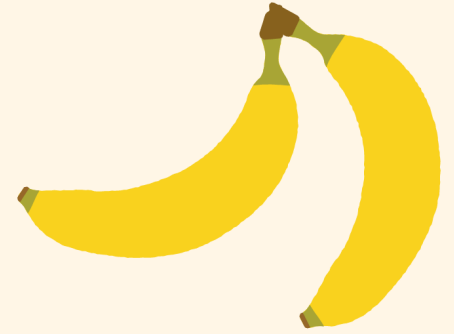
8. Thee met melk en suiker staat in de Schijf van Vijf

A. Nee, want er zit suiker in

B. Ja, want er zit melk in



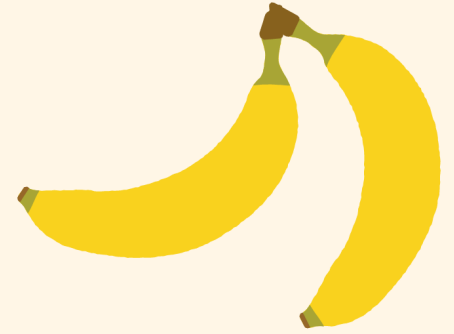
9. Elke dag **4** bananen eten is gezond



A. Ja, want dat is lekker veel fruit

B. Nee, want dat is te veel fruit
en niet gevarieerd

9. Elke dag **4** bananen eten is gezond

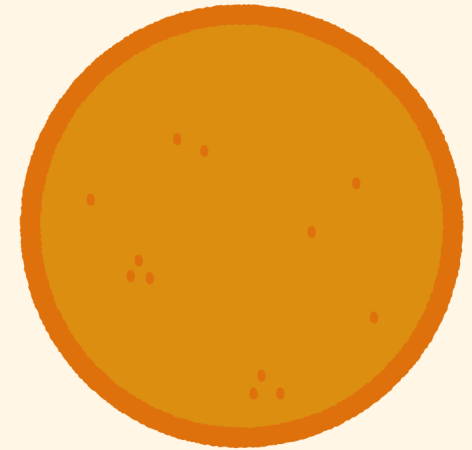


A. Ja, want dat is lekker veel fruit

B. Nee, want dat is te veel fruit
en niet gevarieerd

**10. Een eierkoek is ook een soort brood,
dus staat in de Schijf van Vijf**

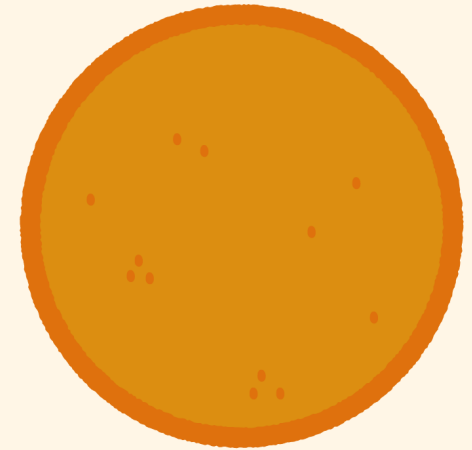
A. Ja, dat klopt



B. Nee, want het bevat veel suiker

**10. Een eierkoek is ook een soort brood,
dus staat in de Schijf van Vijf**

A. Ja, dat klopt



B. Nee, want het bevat veel suiker