

In diesem Aufsatz werde ich darüber schreiben, wie wichtig eine gesunde Lebensweise für mich ist. Ich denke dass eine gesunde Lebensweise wichtig für mich ist, weil man aktiver ist und gesünder isst. Ich esse gesund wie zum Beispiel ich esse oft Reis und Wurst, weil es sehr lecker ist. Ich esse nicht ~~oft~~ so oft Bonbons oder ^{Kekse} Kekse, weil sie ungesund sind. Es mir nicht schmeckt. Ich trinke oft Apfelsaft und Wein, weil es sehr lecker ist obwohl ich sollte keinen Alkohol trinken. Ich trinke nicht oft Kaffee und Tomatensaft. Ich habe in der Schule gelernt dass Fisch viel Eiweiß und gesunde Omega drei Öle enthält aber ich esse Fisch. Für mich ist es Fisch lecker. Normalerweise zum Frühstück esse ich regelmäßig Getreide mit warmer Milch. Das ist gut für mich. Zum Mittagessen esse ich Pizza und zum Abendessen esse ich Chips und Pommes, das ist nicht so gut aber ich liebe es. Ich versuche gesund zu essen aber als ich jung war habe ich viel Fastfood gegessen. Ich habe Burger und Pommes jeden Tag gegessen, das war nicht gut für meine Gesundheit. In der Zukunft werde ich noch weniger Fastfood essen.

Word count - 193

