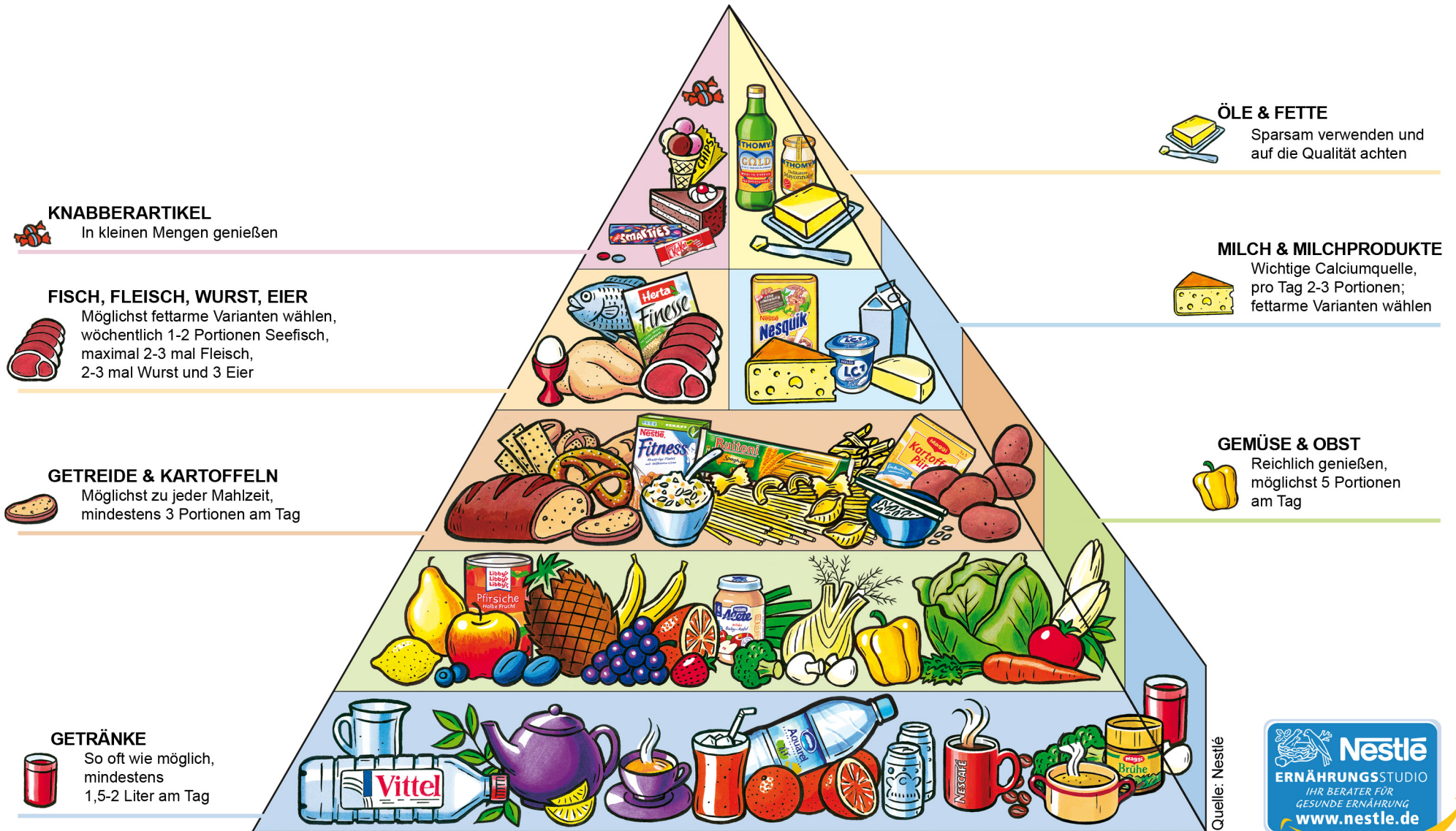


# ERNÄHRUNGSPYRAMIDE



Die Ernährungspyramide zeigt auf einen Blick, wie eine genussvolle, gesunde Ernährung aussehen soll. Das große Lebensmittelangebot ist in sieben unterschiedlich große Lebensmittelgruppen eingeteilt. Je größer ein Segment ist, umso häufiger und reichlicher sollten Lebensmittel aus dieser Gruppe gegessen werden.

