



<https://www.bzfe.de/>



Ernährungspyramide

<https://www.bzfe.de/ernaehrung/die-ernaehrungspyramide/die-ernaehrungspyramide-eine-fuer-alle/>



Medien zu Ernährung

<https://www.ble-medien-service.de/ernaehrung.html>



Ernährungsprotokoll Obst & Gemüse

<https://www.ble-medien-service.de/0689-1-dl-obst-und-gemueseprotokoll.html>



Saisonkalender Obst & Gemüse

[Saisonzeiten bei Obst und Gemüse](#)



Trinkprotokoll

<https://www.ble-medien-service.de/0690-1-dl-trinkprotokoll.html>



Ernährung & Klimaschutz

<https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/orientierung-beim-einkauf/ernaehrung-und-klimaschutz/>



Infoblätter & Videos zu Lebensmittel

<https://www.bzfe.de/lebensmittel/zubereitung/infoblaetter-lebensmittel/>



Planetary Health Diet

<https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/lagern-kochen-essen-teilen/planetary-health-diet/>



Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.

Der Wissenschaft verpflichtet – Ihr Partner für Essen und Trinken



<https://www.dge.de/>

10 Regeln - Gesund essen und trinken

<https://www.dge.de/ernaehrungspraxis/vollwertige-ernaehrung/10-regeln-der-dge/leichte-sprache/>



Ernährungstagebuch

<https://www.dge-medien-service.de/mein-ernaehrungstagebuch.html>



DGE - Planetary Health Diet

<https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/nachhaltigkeit/planetary-health-diet/>





STIFTUNG
GESUNDHEITS
WISSEN

Ernährung & Lebensweise

<https://www.stiftung-gesundheitswissen.de/gesund-leben/ernaehrung-lebensweise>



Videos zu Ernährung

<https://stiftung-gesundheitswissen.de/mediathek/videos/ernaehrung-lebensweise>



Ernährungstherapie – welche Lebensmittel helfen?

<https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/die-ernaehrungsdocs/therapien/index.html>



Nordische Ernährung

<https://www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/Nordische-Ernaehrung-Wie-sie-funktioniert-was-sie-bringt,nordischeernaehrung100.html>



Rezepte nach Erkrankung

<https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/die-ernaehrungsdocs/rezepte/index.html>



Mediterrane Ernährung

<https://www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/Mediterrane-Kueche-Leckere-und-gesunde-Ernaehrung,mittelmeerkost102.html>



Planetary Health

<https://www.klimawandel-gesundheit.de/planetary-health/ernaehrung/>



Planetary Health Diet für die Hosentasche

https://klimawandel-gesundheit.de/wp-content/uploads/2022/12/2022_Planetary-Health-Diet-fuer-die-Hosentasche_Helen.jpg



Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

Broschüre Überblick gesunde Ernährung

<https://www.ble-medienservice.de/6661-2-gesund-genießen.html>

