

## Literaturtipps: Ernährungsempfehlungen

### Fachliche Grundlagen

Autor/Herausgeber	Titel	Jahr	ISBN 10	Preis
Bisalski, H.-K. Grimm, P., Nowitzki-Grimm, S Thieme	Taschenatlas Ernährung. 8., vollständig überarbeitete Edition	2020	3132426075	39,99
Aktuell nur als Download: <a href="https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/ernaehrungsreport-2021.html">https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/ernaehrungsreport-2021.html</a>	Deutschland, wie es isst – Der BMEL- Ernährungsreport 2021.	2021		
Mahdavi, T., Michel, M. Deutsche Gesellschaft für Ernährung	Die Nährstoffe. Bausteine für ihre Gesundheit	2020	978-3-88749- 223-6	8,50
DK Dorling Kindersley Verlag	Was wir essen: Alles über unsere Nahrung	2018	3831033048	19,95
Elmadfa, I. UTB	Ernährungslehre	2019	978- 3825242404	26,99
Elmadfa, I. Leitzmann, C. UTB	Ernährung des Menschen	2019	978- 3825285524	64,00
Leitzmann, C., Keller, M. UTB	Vegetarische und vegane Ernährung	2020	3825250237	35,00
Richter, R. Europa Lehrmittel	Kreativ Ernährung entdecken	2018	978-3-8085- 6739-5	34,70
Schlieper, C. Verlag Handwerk und Technik	Grundfragen der Ernährung	2019	3582644278	

### Für die Praxis

Autor/Herausgeber	Titel	Jahr	ISBN 10	Preis
Elmadfa, I., Muskat I., Fritsche, D., Meyer, A. Gräfe und Unzer Verlag	Die große GU Nährwert- Kalorien-Tabelle.	2021	3833879815	14,99
KErn	Hülsenfrüchte: Kleine Kraftpakete – vielfältig und zeitgemäß	2018		10,00
KErn	Unser täglich Korn: Vielfältig. Wertvoll. Schmackhaft.	2017		10,00
Verbraucherzentrale NRW	Achtung, Zucker! Die schlimmsten Zuckerfallen und die besten Alternativen	2016	978- 3863360719	14,90