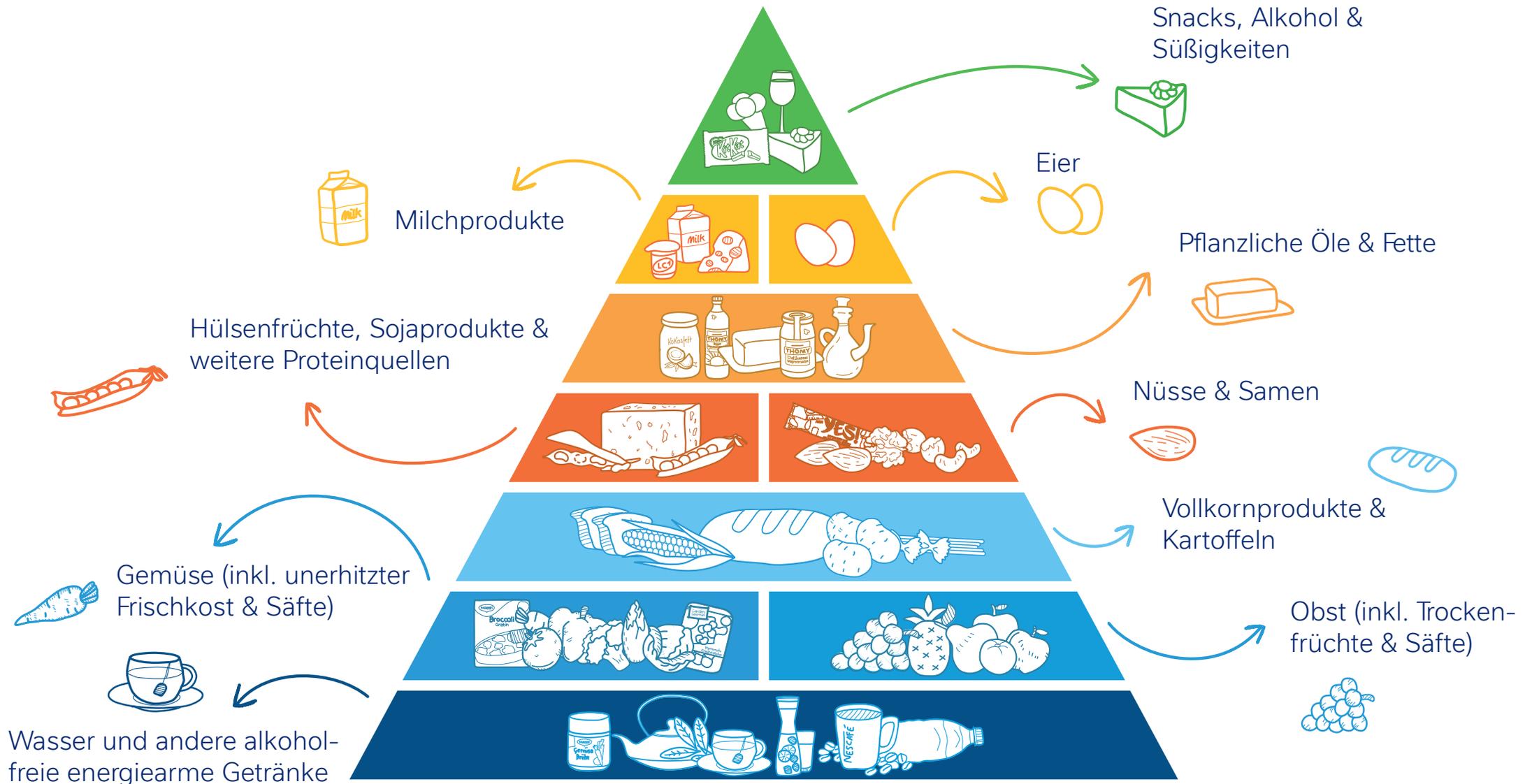


Vegetarische Ernährungspyramide



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