

Grundlagen

- Kapitel 1** **Die Geschichte naturheilkundlicher Ernährungskonzepte – 3**
Claus Leitzmann, Rainer Stange
- Kapitel 2** **Ernährungsphysiologische Grundlagen und Prinzipien vollwertiger Ernährung – 13**
Helmut Oberritter
- Kapitel 3** **Ernährungsberatung – 29**
Marion Burkard, Karl Huth, Ulrike Rötten
- Kapitel 4** **Ernährung in Deutschland: Situation, Trends – 51**
Ulrike Becker, Claus Leitzmann