Ernährung

In dieser Rubrik geht es vorrangig um Informationen für eine gesunde Ernährung. Nicht zu kurz kommen soll auch meine ökologisch nachhaltige Motivation, welche sich stets dem regionalem Kontext und den Jahreszeiten verpflichtet fühlt.

In dieser virtuellen Ecke für eine bewusstseinsbildende Ernährungslehre warten viele interessante Tabellen, Erläuterungen und von mir ausprogrammierte Formeln aus dem Gesundheitswesen auf Sie.

Grundlegende Berechnungen zur Ernährungslehre

- Ihr Body-Mass-Index
- Ihr täglicher Kalorienbedarf

Tabellen und Kalender zur Ernährung

- Saisonkalender

Von:
https://kochwiki.familie-dieckmann.com/ - **Rund ums Kochen und Backen**

Dauerhafter Link:
https://kochwiki.familie-dieckmann.com/doku.php?id=wissenswertes:ernaehrung

Letzte Aktualisierung: **18.10.2015 14:28**