

10/2012 | 08. Mai

## Die Nährwerttabelle der DGE

### 2., vollständig überarbeitete Auflage

(dge) Uns steht heute ein vielfältiges und nahezu unüberschaubar großes Angebot an Lebensmitteln und Gerichten zur Verfügung, aus dem wir wählen können. Darüber hinaus unterliegen das Lebensmittelangebot und unsere Verzehrsgewohnheiten einem ständigen Wandel. So werden vielfach neue Lebensmittel oder altbekannte Lebensmittel in neuer Zusammensetzung angeboten. Eine aktuelle Nährwerttabelle, die alle häufig verzehrten Lebensmittel und Gerichte enthält, ist daher sehr hilfreich für die Auswahl und Beurteilung von Lebensmitteln.

„Die Nährwerttabelle“, die der Neue Umschau Buchverlag in Kooperation mit der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) vertreibt, hat sich in kürzester Zeit als Standardwerk für Schüler, Studenten, Ernährungsfachkräfte und Ernährungsmediziner etabliert. Aktuell ist die 2., vollständig überarbeitete Auflage der Tabelle von DGE-Präsident Prof. Dr. Helmut Heseke und Dipl. oec. troph. Beate Heseke erschienen. „Die Nährwerttabelle“ liefert umfassende Daten zu den in Deutschland am häufigsten verzehrten ca. 1 300 Lebensmitteln und Gerichten. Neben den Gehalten an Energie, Fett, Fettsäuren, Protein, Kohlenhydraten, Ballaststoffen, Mineralstoffen, Vitaminen und Cholesterol finden sich zusätzlich Übersichtstabellen zu Fructose-, Lactose-, Kochsalz- und Jodgehalten ausgewählter Lebensmittel. Ergänzend sind die Aussagen der DGE sowie Ratschläge für die Umsetzung einer bedarfsgerechten Ernährung aufgeführt. Für die 2. Auflage der Tabelle wurden alle Nährstoffangaben aktualisiert und um einige Lebensmittel erweitert.

Die 144-seitige Publikation kann ab sofort zum Preis von 9,90 EUR zzgl. 3,00 EUR Versandkosten unter der Artikel-Nr. 120240 beim DGE-MedienService unter [www.dge-medien-service.de](http://www.dge-medien-service.de), Tel.: 0228 9092626, Fax: 0228 9092610, [info@dge-medien-service.de](mailto:info@dge-medien-service.de) bestellt werden.

1 885 Zeichen (mit Leerzeichen)

### Kontakt

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.  
Referat Öffentlichkeitsarbeit, Silke Restemeyer  
Tel.: 0228 3776-640 | Fax: 0228 3776-800 | E-Mail: [restemeyer@dge.de](mailto:restemeyer@dge.de)  
DGE-Presseinfos im Internet: [www.dge.de](http://www.dge.de)



Eine druckfähige Abbildung erhalten Sie unter:

<http://www.dge.de/rd/naehrwert-tabelle>

Herausgeber:

Deutsche Gesellschaft  
für Ernährung e.V. (DGE)

Godesberger Allee 18  
53175 Bonn

Tel.: 0228 3776-600  
Fax: 0228 3776-800

E-Mail: [webmaster@dge.de](mailto:webmaster@dge.de)  
Internet: [www.dge.de](http://www.dge.de)

Nachdruck honorarfrei,  
Quellenangabe (DGE)  
erwünscht.  
Belegexemplar erbeten.