# SO GESUND UND BUNT!

**Im DGE-Ernährungskreis® sind die Lebensmittel in sieben Gruppen eingeteilt:**
(Copyright: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., Bonn)

1. Kartoffeln, Brot, Nudeln, Reis, Haferflocken und andere Getreideerzeugnisse
2. Gemüse, Salate, Gemüsesäfte und Hülsenfrüchte
3. Obst
4. Milch und Milchprodukte
5. Fleisch, Wurst, Fisch und Eier
6. Fette und Öle
7. Getränke

www.ctw-jena.de