Grundlagen der Ernährung
Empfehlenswerte Bücher und Broschüren zum Thema Ernährung

Stand: Dezember 2017

Biesalski, H.K., Grimm, P.: Taschenatlas der Ernährung. 440 S., 6. Auflage, Thieme, Stuttgart 2015, EUR 34,99, ISBN: 978-3131153562

- verständliches Nachschlagewerk über physiologische Aspekte sowie neueste Erkenntnisse aus dem Bereich Ernährung

DGE, ÖGE, SGE, SVE (Hrsg.): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr.
2. Auflage, 3. Aktualisierte Ausgabe 2017, EUR 35,00

- Zufuhrempfehlungen für die Nährstoffversorgung mit wissenschaftlichen Begründungen

Elmadfa, I. et al.: Die große GU Nährwert-Kalorien-Tabelle**.** 128 S.,2. Auflage, Gräfe und Unzer Verlag GmbH, München 2016, EUR 14,99, ISBN 978-3833847974

- Umfangreiche Zusammenstellung des Energiegehaltes und der Menge der wichtigsten Nährstoffe für viele Lebensmittel

Elmadfa, I.; Leitzmann C.: Ernährung des Menschen. 788 S., 5. Auflage, Eugen Ulmer KG, Stuttgart 2015, EUR 59,00, ISBN: 978-3825285524

- Lehrbuch der Ernährungslehre mit Schwerpunkt auf dem Bedarf, Funktionen und Stoffwechsel der Nährstoffe

Elmadfa I, Ebermann R.: Lehrbuch Lebensmittelchemie und Ernährung. 806 S., 2. Auflage, Springer-Verlag Wien 2011, EUR 63,18, ISBN: 978-3-7091-0210-7

- Dieses Lehrbuch gibt Studierenden der Ernährungswissenschaften, der Lebensmittelwissenschaften und verwandter Disziplinen einen umfassenden Überblick über alle relevanten Themengebiete.

Hahn, A. u.a.: Ernährung. Physiologische Grundlagen, Prävention, Therapie, 1182 S., 3. Auflage, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, Stuttgart 2016, ISBN:, 978-3804728790 EUR 88,90

- ernährungsbedingte Erkrankungen, deren Entstehung und die Rolle der Ernährung in Prävention und Therapie

Kasper, H., Burghardt W.: Ernährungsmedizin und Diätetik. 672 S., 12. Auflage, Urban und Fischer/Elsevier GmbH, München 2014, EUR 49,99, ISBN: 978-3-437420139

- Grundlagen der Krankheitsentstehung, Prävention und Therapie der wichtigsten ernährungsbeeinflussten Krankheiten

Koerber, K.v.; Männle, T.; Leitzmann, C.: Vollwert-Ernährung: Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung. 456 S., 11. Auflage, Haug-Verlag, Heidelberg 2013, EUR 49,99, ISBN: 978-3-830477990

- Detailliertes Grundlagenwerk

© UGB-Akademie, Wettenberg

Sandusweg 3, D-35435 Wettenberg,
Tel.: 0641-80896-0, Fax 0641-80896-50

Koerber, K.v.; Hohler, H.: Nachhaltig genießen. Rezeptbuch für unsere Zukunft. 164 S., Trias Verlag, Stuttgart 2012, ISBN: 978-3-8304-6053-4, EUR 19,99

- Vollwertige Rezeptideen, Inspiration für eine gesündere, umweltlverträgliche Lebensweise

Leitzmann, C. u.a.: Ernährung in Prävention und Therapie. 584 S., 3. Auflage, Hippokrates, Stuttgart 2009, EUR 59,95, ISBN: 978-3-8304-5325-3

- Grundlagen zu Bedarf, Funktionen und Stoffwechsel der Nährstoffe sowie Ernährungsempfehlungen für verschiedene Bevölkerungsgruppen und zur Ernährungstherapie der wichtigsten ernährungsbeeinflussten Krankheiten

Leitzmann, C.: Die 101 wichtigsten Fragen. Gesunde Ernährung. 154 S., 2. Auflage, C.H. Beck, München 2013, EUR 10,95, ISBN: 3978-3-406654510

- Beantwortung der wichtigsten Fragen rund um Gesunde Ernährung, sowie Aufklärung von verbreiteten Ernährungs-Mythen

Menzel, P.; D'Aluisio, F.: So isst der Mensch – Familien in aller Welt zeigen, was sie ernährt. 287 S., 1.Auflage, Gruner & Jahr, Hamburg 2005, EUR 65,57, ISBN: 3570195015

- Gobaler Ernährungsbericht über 30 Familien aus 24 Ländern mit 600 verschiedenen Mahlzeiten

Schek, A.: Ernährungslehre kompakt. 287 S., 5., aktualisierte und ergänzte Auflage, Neuer Umschau Buchverlag, Neustadt an der Weinstraße 2013, EUR 29,80, ISBN: 978-3-930007-33-2

- umfassendes Nachschlagewerk zu Lebensmittelinhaltsstoffen, Physiologie und Diätetik ergänzt durch zahlreiche Übungsaufgaben

Schlieper, C. A.: Ernährung heute. 368 S., 15. Auflage, Verlag Handwerk und Technik, Hamburg 2014, EUR 35,90, ISBN: 978-3-582-04474-7

- Arbeitsbuch zur Ernährungs- und Gesundheitserziehung mit Versuchen und Aufgaben

Schwedt , G.: Taschenatlas der Lebensmittelchemie. 250 S., 2. Auflage, Wiley-VCH, Stuttgart 2005, EUR 44,90, ISBN: 978-3-527-31207-8

- Umfassende Grundlagen der Lebensmittelchemie und allgemeinen Lebensmittelwissenschaft mit Farbtafeln

© UGB-Akademie, Wettenberg

Sandusweg 3, D-35435 Wettenberg,
Tel.: 0641-80896-0, Fax 0641-80896-50