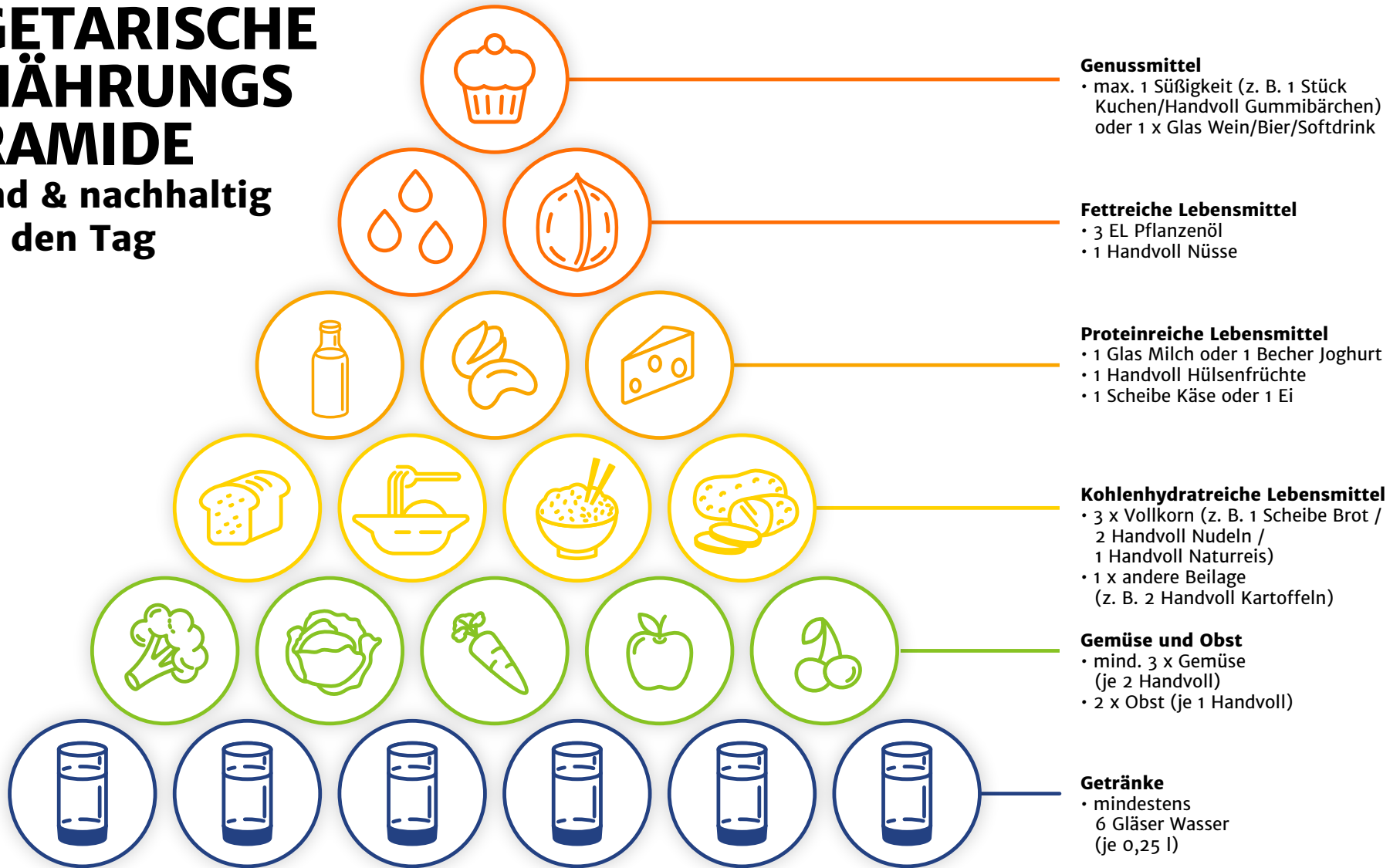


VEGETARISCHE ERNÄHRUNGS PYRAMIDE

Gesund & nachhaltig durch den Tag



Zusätzlich: 2000 IU Vitamin D
(außer bei ausreichender Mittagssonne im Sommer)