



## Literatur- und Bildverzeichnis zur Publikation „GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN – Essen und Trinken für die Obst- und Gemüsetiger von morgen

5. Auflage, September 2022

Herausgeber: Gesundheitsfonds Steiermark, Herrngasse 28, 8010 Graz

### Literaturverzeichnis zur Publikation

- ◆ AGES – Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH: Richtig essen von Anfang an! Praktische Umsetzung der Portionsgrößen zu den lebensmittelbasierten Empfehlungen für Ein- bis Dreijährige, © AGES, BMSGPK & DVSV April 2020. Im Internet unter: [www.richtigessenvonanfangan.at/download/0/0/41775d1cbe61830b7cbbb0fc916d38c4eafb42de/fileadmin/Redakteure\\_REVAN/user\\_upload/2020-04-14\\_praktische\\_Umsetzung\\_der\\_Portionsgr%C3%B6%C3%9Fen\\_final.pdf](http://www.richtigessenvonanfangan.at/download/0/0/41775d1cbe61830b7cbbb0fc916d38c4eafb42de/fileadmin/Redakteure_REVAN/user_upload/2020-04-14_praktische_Umsetzung_der_Portionsgr%C3%B6%C3%9Fen_final.pdf)
- ◆ AGES – Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH: Richtig essen von Anfang an! Babys erstes Löffelchen, © AGES, BMSGPK & DVSV Mai 2020. Im Internet unter: [www.richtigessenvonanfangan.at/download/0/0/e2c7d75c747aeea124690daa1e97bcb84dff28e5/fileadmin/Redakteure\\_REVAN/user\\_upload/2020.05.11\\_REVAN\\_Babys\\_erstes\\_L%C3%B6ffelchen\\_web.pdf](http://www.richtigessenvonanfangan.at/download/0/0/e2c7d75c747aeea124690daa1e97bcb84dff28e5/fileadmin/Redakteure_REVAN/user_upload/2020.05.11_REVAN_Babys_erstes_L%C3%B6ffelchen_web.pdf)
- ◆ AGES – Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH. Richtig essen von Anfang an! So schmeckt´s uns allen! Richtig essen für 4-10-Jährige, Juni 2020. Im Internet unter: [www.richtigessenvonanfangan.at/download/0/0/96fbd0d9ff55a00619851957bae657901b0c7e6/fileadmin/Redakteure\\_REVAN/user\\_upload/AGES\\_Broschure\\_So-schmeckts-uns-allen\\_4-10\\_2020\\_final.pdf](http://www.richtigessenvonanfangan.at/download/0/0/96fbd0d9ff55a00619851957bae657901b0c7e6/fileadmin/Redakteure_REVAN/user_upload/AGES_Broschure_So-schmeckts-uns-allen_4-10_2020_final.pdf)
- ◆ AGES – Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH: Richtig essen von Anfang an! Jetzt ess ich mit den Großen! Richtig essen für Ein- bis Dreijährige © AGES, BMSGPK & DVSV Juni 2020, Im Internet unter: [www.richtigessenvonanfangan.at/download/0/0/2353618d42fd7a6a429ba051b5db13cd6cc7b9f2/fileadmin/Redakteure\\_REVAN/user\\_upload/AGES\\_Jetzt-ess-ich\\_1-3\\_deutsch2020\\_final.pdf](http://www.richtigessenvonanfangan.at/download/0/0/2353618d42fd7a6a429ba051b5db13cd6cc7b9f2/fileadmin/Redakteure_REVAN/user_upload/AGES_Jetzt-ess-ich_1-3_deutsch2020_final.pdf)
- ◆ AGES – Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH: So bleibt dein Lebensmittel sicher. Im Internet unter: [www.ages.at/mensch/ernaehrung-lebensmittel/ernaehrungsempfehlungen/sicher-kochen](http://www.ages.at/mensch/ernaehrung-lebensmittel/ernaehrungsempfehlungen/sicher-kochen) (Zugriff am: 09.09.2022)
- ◆ AGES, BMG & HVB: Richtig essen von Anfang an! Basisliteraturbericht zur Ernährung für ein – bis dreijährige Kinder, September 2014. Im Internet unter: [www.richtigessenvonanfangan.at/fileadmin/Redakteure\\_REVAN/user\\_upload/Basisliteraturbericht\\_Ern%C3%A4hrungsempfehlungen\\_1-3\\_Jahre.pdf](http://www.richtigessenvonanfangan.at/fileadmin/Redakteure_REVAN/user_upload/Basisliteraturbericht_Ern%C3%A4hrungsempfehlungen_1-3_Jahre.pdf)
- ◆ Albert Schweitzer Stiftung für unsere Mitwelt: Ernährungsphysiologische Bewertung von konventionell und ökologisch erzeugten vegetarischen und veganen Fleisch- und Wurсталternativen. Eine Untersuchung im Auftrag der Albert Schweitzer Stiftung für unsere



Mitwelt. Jänner 2017 (aktualisiert 20.03.2017). Im Internet unter: [https://albert-schweitzer-stiftung.de/wp-content/uploads/fleischalternativenstudie\\_170320.pdf](https://albert-schweitzer-stiftung.de/wp-content/uploads/fleischalternativenstudie_170320.pdf)

- ◆ Alexy U, Clausen K, Kersting M: Die Ernährung gesunder Kinder und Jugendlicher nach dem Konzept der Optimalen Mischkost. Ernährungs Umschau 2008; 55(3):168-177. Im Internet unter: [www.ernaehrungs-umschau.de/media/pdf/pdf\\_2008/03\\_08/EU03\\_168\\_177.qxd](http://www.ernaehrungs-umschau.de/media/pdf/pdf_2008/03_08/EU03_168_177.qxd)
- ◆ Arbeiterkammer Steiermark: Das gehört aufs Etikett, Stand: 2017. Im Internet unter: [https://stmk.arbeiterkammer.at/service/broschuerenundratgeber/konsument/20180614\\_Das\\_gehoert\\_aufs\\_Etikett17\\_barrf.pdf](https://stmk.arbeiterkammer.at/service/broschuerenundratgeber/konsument/20180614_Das_gehoert_aufs_Etikett17_barrf.pdf)
- ◆ Ärztliches Journal. Dicke Kinder – adipöse Erwachsene, Oktober 2018. Im Internet unter: [www.aerztliches-journal.de/medizin/allgemein-medicin/paediatric/adipositas/dicke-kinder-adipoese-erwachsene/b0f31ec094cd69e517e941726014d89e/](http://www.aerztliches-journal.de/medizin/allgemein-medicin/paediatric/adipositas/dicke-kinder-adipoese-erwachsene/b0f31ec094cd69e517e941726014d89e/)
- ◆ Barański M et al: Higher antioxidant and lower cadmium concentrations and lower incidence of pesticide residues in organically grown crops: a systematic literature review and meta-analyses.. Published online by Cambridge University Press: 15 July 2014. Im Internet unter: [www.cambridge.org/core/journals/british-journal-of-nutrition/article/higher-antioxidant-and-lower-cadmium-concentrations-and-lower-incidence-of-pesticide-residues-in-organically-grown-crops-a-systematic-literature-review-and-metaanalyses/33F09637EAE6C4ED119E0C4BFFE2D5B1](http://www.cambridge.org/core/journals/british-journal-of-nutrition/article/higher-antioxidant-and-lower-cadmium-concentrations-and-lower-incidence-of-pesticide-residues-in-organically-grown-crops-a-systematic-literature-review-and-metaanalyses/33F09637EAE6C4ED119E0C4BFFE2D5B1)
- ◆ Bundesärztekammer (Arbeitsgemeinschaft der deutschen Ärztekammern) und Kassenärztliche Bundesvereinigung. Deutsche Ärzteblatt: Arteriosklerose: Adipöse Kinder weisen Gefäßveränderungen auf. Im Internet unter: [www.aerzteblatt.de/archiv/172002/Arteriosklerose-Adipoese-Kinder-weisen-Gefaessveraenderungen-auf](http://www.aerzteblatt.de/archiv/172002/Arteriosklerose-Adipoese-Kinder-weisen-Gefaessveraenderungen-auf) (Zugriff am 09.09.2022)
- ◆ Bundesinstitut für Risikobewertung: Sicher verpflegt. Besonders empfindliche Personengruppen in Gemeinschaftseinrichtungen, Berlin 2021. Im Internet unter: [www.bfr.bund.de/cm/350/sicher-verpflegt-besonders-empfindliche-personengruppen-in-gemeinschaftseinrichtungen.pdf](http://www.bfr.bund.de/cm/350/sicher-verpflegt-besonders-empfindliche-personengruppen-in-gemeinschaftseinrichtungen.pdf)
- ◆ Bundesministerium für Gesundheit: Richtige Ernährung für mein Kind leicht gemacht. Rezepte speziell für Kinder von vier bis zehn Jahren. 6/2009. Im Internet unter: <https://broschuerenservice.sozialministerium.at/Home/Download?publicationId=627>
- ◆ Bundesministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität, Innovation und Technologie: Strategie zur Vermeidung von Lebensmittelabfällen Gemeinsam für ein Ziel, Wien 2021. Download unter: [www.bmk.gv.at/themen/klima\\_umwelt/abfall/abfallvermeidung/publikationen/strategie-vermeidung.html](http://www.bmk.gv.at/themen/klima_umwelt/abfall/abfallvermeidung/publikationen/strategie-vermeidung.html)
- ◆ Bundesministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität, Innovation und Technologie: Auswertung der Restmüllzusammensetzung in Österreich 2018/2019. Download unter: [www.bmk.gv.at/dam/jcr:c034808f-c67d-4eab-b2a3-30a6bcd6d0eb/Restmuell-Zusammensetzung-2018-19.pdf](http://www.bmk.gv.at/dam/jcr:c034808f-c67d-4eab-b2a3-30a6bcd6d0eb/Restmuell-Zusammensetzung-2018-19.pdf); Zugriff: 05.08.2022.
- ◆ Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz: Empfehlung der Nationalen Ernährungskommission, Arbeitsgruppe Ernährungsempfehlungen und Ernährungskommunikation: Vegane Ernährung. Beschlossen in der Plenarsitzung am 03.11.2016 Download unter: [www.sozialministerium.at/dam/jcr:f9f2ea88-13ae-498b-a5a3-d33f67d242f7/NEK\\_Empfehlung\\_zur\\_veganen\\_Ern%C3%A4hrung\\_\(03.11.2016\)\\_BMSGPK\\_CD.pdf](http://www.sozialministerium.at/dam/jcr:f9f2ea88-13ae-498b-a5a3-d33f67d242f7/NEK_Empfehlung_zur_veganen_Ern%C3%A4hrung_(03.11.2016)_BMSGPK_CD.pdf)



- ◆ Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz: Die Österreichische Ernährungspyramide. Im Internet unter: [www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Lebensmittel-Ernaehrung/Ern%C3%A4hrungsempfehlungen/Ern%C3%A4hrungspyramide0.html](http://www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Lebensmittel-Ernaehrung/Ern%C3%A4hrungsempfehlungen/Ern%C3%A4hrungspyramide0.html)
- ◆ Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK). Gesundheit.gv.at. Öffentliche Gesundheitsportal Österreichs: Unnötige Kinderlebensmittel. Im Internet unter: [www.gesundheit.gv.at/leben/eltern/kinderernaehrung/kinderlebensmittel](http://www.gesundheit.gv.at/leben/eltern/kinderernaehrung/kinderlebensmittel) (Zugriff am 09.09.2022)
- ◆ Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK). Öffentliches Gesundheitsportal Österreichs: Gesundheit.gv.at: Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Im Internet unter: [www.gesundheit.gv.at/krankheiten/stoffwechsel/nahrungsmittelunvertraeglichkeit.html](http://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/stoffwechsel/nahrungsmittelunvertraeglichkeit.html) (Zugriff am 09.09.2022)
- ◆ Bundeszentrum für Ernährung. Kartoffeln: Verbraucherschutz: Unerwünschte Stoffe in Kartoffeln. Im Internet unter: [www.bzfe.de/lebensmittel/vom-acker-bis-zum-teller/kartoffeln/kartoffeln-verbraucherschutz/](http://www.bzfe.de/lebensmittel/vom-acker-bis-zum-teller/kartoffeln/kartoffeln-verbraucherschutz/) (Zugriff am 09.09.2022)
- ◆ Bundeszentrum für Ernährung: Bio-Lebensmittel. Welche Zusatzstoffe sind erlaubt? Im Internet unter: <https://www.bzfe.de/service/news/aktuelle-meldungen/news-archiv/meldungen-2022/juni/bio-lebensmittel/> (Zugriff am 15.09.2022)
- ◆ Dachverband der Sozialversicherungsträger, 1. Auflage 2020. Ratgeber Gesunde Jause von zu Hause. Mit praktischen Tipps zu jedem Rezept. Download unter: [https://kinderessengesund.at/sites/kinderessengesund.at/files/2020-06/Gesunde\\_Jause\\_von\\_zu\\_Hause.pdf](https://kinderessengesund.at/sites/kinderessengesund.at/files/2020-06/Gesunde_Jause_von_zu_Hause.pdf)
- ◆ DGE Deutsche Gesellschaft für Ernährung: Ausgewählte Fragen und Antworten zur veganen Ernährung, März 2022. Im Internet unter: [www.dge.de/wissenschaft/faqs/vegane-ernaehrung/](http://www.dge.de/wissenschaft/faqs/vegane-ernaehrung/)
- ◆ DGE Deutsche Gesellschaft für Ernährung: Prävention chronischer Erkrankungen durch Ernährung. Gemüse-, Obst- und Fleischverzehr und das Risiko für ausgewählte ernährungsmitbedingte Erkrankungen: Ein Umbrella Review von Metaanalysen. Download unter: [www.dge.de/fileadmin/public/doc/pm/2021/jsem/DGE-14-EB-Kapitel-5-5.1-Gemuese-Obst-Fleischverzehr.pdf](http://www.dge.de/fileadmin/public/doc/pm/2021/jsem/DGE-14-EB-Kapitel-5-5.1-Gemuese-Obst-Fleischverzehr.pdf)
- ◆ Elmadfa I, Freisling H, Nowak V, Hofstädter D et al.: Österreichischer Ernährungsbericht 2008. 1. Auflage, Wien, 2009. Download unter: [https://ernaehrungsbericht.univie.ac.at/fileadmin/user\\_upload/dep\\_ernaehrung/forschung/ernaehrungsberichte/oesterr\\_ernaehrungsbericht\\_2008.pdf](https://ernaehrungsbericht.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/dep_ernaehrung/forschung/ernaehrungsberichte/oesterr_ernaehrungsbericht_2008.pdf)
- ◆ Expertenkreis Kleinkinderernährung: Expertenposition. Ernährung von 1- bis 3-jährigen. State-of-the-Art & Praxisempfehlungen, April 2011. Im Internet unter: [www.forum-ernaehrung.at/fileadmin/user\\_upload/expertenposition.pdf](http://www.forum-ernaehrung.at/fileadmin/user_upload/expertenposition.pdf)
- ◆ Gesundheitsfonds Steiermark: Die Steirische Ernährungspyramide in einfacherer Sprache, <https://gesundheitsfonds-steiermark.at/gesunde-ernaehrung/die-steirische-ernaehrungspyramide/> (Zugriff am 09.09.2022)



- ✦ Gesundheitsfonds Steiermark: GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN in der Gemeinschaftsverpflegung. Leitfaden zur Umsetzung der steirischen Mindeststandards, 3. Auflage April 2021. Download unter: [www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/2021/03/Leitfaden-zur-Umsetzung-der-steirischen-Mindeststandards-3.-Auflage.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/2021/03/Leitfaden-zur-Umsetzung-der-steirischen-Mindeststandards-3.-Auflage.pdf)
- ✦ Gesundheitsfonds Steiermark: Steirischer-Ernährungskompass, Jänner 2022. Download unter: [www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/2020/08/Ernaehrungskompass.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/2020/08/Ernaehrungskompass.pdf)
- ✦ Greenpeace. Studie "Klimaschutz & Ernährung" Wie Treibhausgasemissionen durch fleischreduzierte, biologische, regionale und gesunde Ernährung eingespart werden können. Inhalt basierend auf Zamecnik, G., Schweiger, S., Lindenthal, T., Himmelfreundpointner, E., Schlatzer, M. (2021) "Klimaschutz und Ernährung – Darstellung und Reduktionsmöglichkeiten der Treibhausgasemissionen von verschiedenen Lebensmitteln und Ernährungsstilen", Studie erstellt vom Forschungsinstitut für biologischen Landbau (FiBL) im Auftrag von Greenpeace und Ja! Natürlich. Download unter: [https://lebensmittel.greenpeace.at/assets/uploads/pdf/Factsheet\\_Klimaschutz\\_und\\_Ernaehrung.pdf](https://lebensmittel.greenpeace.at/assets/uploads/pdf/Factsheet_Klimaschutz_und_Ernaehrung.pdf)
- ✦ Kammer für Arbeiter und Angestellte für Niederösterreich: Kinderernährung. Eine Herausforderung im Alltag. Im Internet unter: [https://noe.arbeiterkammer.at/beratung/konsumentenschutz/essenundtrinken/Gesunde\\_Kinderernaehrung.html](https://noe.arbeiterkammer.at/beratung/konsumentenschutz/essenundtrinken/Gesunde_Kinderernaehrung.html) (Zugriff am 09.09.2022)
- ✦ KErn Kompetenzzentrum für Ernährung: Freispruch für die Milch, Ein Überblick über die aktuelle wissenschaftliche Literatur. Download unter: [www.kern.bayern.de/mam/cms03/wissenschaft/dateien/freispruch\\_fuer\\_die\\_milch\\_download.pdf](http://www.kern.bayern.de/mam/cms03/wissenschaft/dateien/freispruch_fuer_die_milch_download.pdf)
- ✦ Land Salzburg: Kinderbetreuung Leitfaden. Gesundheit und Hygiene in Kinderbetreuungseinrichtungen, überarbeitete Auflage 2011. Download unter: [www.salzburg.gv.at/bildung\\_/Documents/0531\\_kn-gesundheit\\_hygiene-ohne\\_vw.pdf](http://www.salzburg.gv.at/bildung_/Documents/0531_kn-gesundheit_hygiene-ohne_vw.pdf)
- ✦ Land Steiermark. Ich tu´s: Steirischer Saisonkalender. Im Internet unter: [www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/2020/08/Steir-Saisonkalender.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/2020/08/Steir-Saisonkalender.pdf)
- ✦ Landwirtschaftskammer Steiermark: Die Steirische Ernährungspyramide. Im Internet unter: [www.gscheitessen.at/ernaehrungspyramide](http://www.gscheitessen.at/ernaehrungspyramide)
- ✦ ÖGE Österreichische Gesellschaft für Ernährung: „Was ist eine Lebensmittelallergie und wodurch wird sie verursacht?“, ÖGE, 2014. Im Internet unter: [www.oege.at/category/ernaehrung-von-a-z/](http://www.oege.at/category/ernaehrung-von-a-z/) (Zugriff am 15.09.2022)
- ✦ Smith-Spangler C et al: Are Organic Foods Safer or Healthier Than Conventional Alternatives? A Systematic Review. 4 September 2012 Im Internet unter: [www.acpjournals.org/doi/10.7326/0003-4819-157-5-201209040-00007?articleid=1355685](http://www.acpjournals.org/doi/10.7326/0003-4819-157-5-201209040-00007?articleid=1355685)
- ✦ Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen: Umgang mit Allergien, Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung NRW. Im Internet unter: [www.kita-schulverpflegung.nrw/umgang-mit-allergien-17712](http://www.kita-schulverpflegung.nrw/umgang-mit-allergien-17712).