

Kinder ernähren sich falsch, Klöckner sieht deshalb "Nachholbedarf" bei Lehrern und Pädagogen

Beitrag von „Anna Lisa“ vom 9. Juli 2019 18:12

Man müsste täglich 250 g Salami zu sich nehmen, um seinen Vitamin C Bedarf zu decken, also 850 Kalorien. Das entspricht wohl etwa einem Drittel des gesamten Tagesbedarfs von vielen Menschen (eventuell sogar mehr, aber auch weniger natürlich).

Das kriegst du besser mit einer halben Paprika + einer Kiwi hin, würde ich sagen.