

# Ernähre Dich gesund



Milch und Milchprodukte  
enthalten neben den Nährstoffen  
wertvollste Ergänzungsstoffe  
(Vitamine).



Der Kartoffel ist ein besonders hochwertiges Nahrungsmittel  
und muß Grundlage jeder gesunden Ernährung sein.

Milch- und besonders zureichend,  
haben leicht verdaulich.



Brot ist nicht gleich Brot.  
Je gröber und dunkler um so gesünder.

Die teuerste ist nicht  
die beste Ernährung.



Überwiegender Fleischgenuss ist Dir nicht zuträglich.

© Alfred Wegscheider Archiv