

# Ernährungspyramide

Die Ernährungspyramide hilft dir dabei zu sehen, was gesunde Ernährung ist. Ganz unten in der Pyramide ist ein großer Abschnitt. Darin sind die Lebensmittel, die du besonders viel essen solltest. Ganz oben ist nur wenig Platz. Dort sind die Süßigkeiten. Davon solltest du nur wenige essen.

