





Stoffwechsel						
Verarbeitung und Verwertung von Nährstoffen						
			Verdauung im Darm zu		Transport im Blut	Verwertung
N a h r u n g	→	Kohlenhydrate	→	Zucker	→	Energieförderant
	→	Fette	→	kleinere Fetteinheiten	→	Energieförderant
	→	Proteine	→	Aminosäuren	→	Baumaterial
	→	Mikronährstoffe	→	Mikronährstoffe	→	Helferstoffe

ERNÄHRUNGSPYRAMIDE

