

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>ALLGEMEINES ZU ERNÄHRUNG UND VERDAUUNG</b>	<b>7</b>
<b>ERNÄHRUNG BEI GASTRITIS UND MAGENGESCHWÜR</b>	<b>21</b>
<b>MAGENSCHONENDE ERNÄHRUNG</b>	<b>25</b>
<b>ESSEN GEHEN, FERTIGGERICHTE ODER SELBST KOCHEN?</b>	<b>37</b>
<b>REZEPTE</b>	<b>45</b>
<b>TEEPAUSE</b>	<b>57</b>
<b>ÜBERGANG TEEPAUSE–AUFBAUKOST</b>	<b>62</b>
<b>AUFBAUKOST</b>	<b>67</b>
<b>DAUERKOST</b>	<b>103</b>
<b>REZEPTLISTE</b>	<b>132</b>
<b>LEXIKON</b>	<b>136</b>
<b>EINKAUFSLISTE</b>	<b>138</b>