

---

Subject: wieder NEMS

Posted by [kkoo](#) on Fri, 26 May 2006 14:44:31 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mal zur Info, wen's interessiert: Von einer ADS-Seite eines Heilpraktikers (nicht kommerziell, <http://www.elmar-schuerr.de/ADS.htm>). Die erste Zahl betrifft Ernährung unserer Urahnen, die zweite betrifft uns. Ist schon krass, Zucker wird wohl wie Fett gestiegen sein...

Folsäure (µg/Tag) 360 170

Vitamin C (mg/Tag) 600 80

Vitamin A (µg/Tag) 17 7

Vitamin E (mg/Tag) 33 7

Zink (mg/Tag) 43 10

Calcium (mg/Tag) 2000 750

Kalium (g/Tag) 10,5 2,5

Natrium (g/Tag) 0,8 4

Ballaststoffe (g/Tag) 100 12

Gesamtfette (% der zugeführten Kalorien) 21 42

---