

1. Ellrott, T. (2013): Psychologische Aspekte der Ernährung. In: *Aktuel Ernährungsmed* 8 (06), R57-R70. DOI: 10.1055/s-0033-1356280.
2. DGE (2022): Vollwertige Ernährung. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. Online verfügbar unter <https://www.dge.de/ernaehrungspraxis/vollwertige-ernaehrung/>, zuletzt geprüft am 02.08.2022.
3. DGE (2020): DGE Beratungsstandards, 2.1 Lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlungen. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. 1. Auflage, Bonn.
4. DGE (2020): DGE Beratungsstandards, 2.2.1 Vollwert-Ernährung. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. 1. Auflage, Bonn.
5. Schauder, Peter; Ollenschläger, Günter (2011): Ernährungsmedizin. Prävention und Therapie. 3., völlig überarb. und erw. Aufl., [Nachdr.]. München: Elsevier Urban & Fischer. S. 559
6. Mensink, Gerd (2012): Übergewicht und Adipositas in Deutschland: Werden wir immer dicker? DEGS-Symposium. Robert-Koch-Institut Berlin, 14.06.2012. Online verfügbar unter https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Studien/Degs/degs_w1/Symposium/degs_uebergewicht_adipositas.pdf?__blob=publicationFile, zuletzt geprüft am 23.06.2021.
7. Schauder, Peter; Ollenschläger, Günter (2011): Ernährungsmedizin. Prävention und Therapie. 3., völlig überarb. und erw. Aufl., [Nachdr.]. München: Elsevier Urban & Fischer. S. 231f
8. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (24.06.2014): Blitzdiäten bleiben ohne dauerhaften Erfolg. Diätversprechen zur Bikinifigur haben Hochsaison. Referat Öffentlichkeitsarbeit. Online verfügbar unter [https://www.dge.de/index.php?id=197&tx_ttnews\[tt_news\]=186&cHash=ec8009c4a7c91fab89843cb8e1790687](https://www.dge.de/index.php?id=197&tx_ttnews[tt_news]=186&cHash=ec8009c4a7c91fab89843cb8e1790687), zuletzt geprüft am 28.06.2021.
9. Hajek-Lang, Brigitte; Albrecht, Marina; Hauner, Hans (2011): Handbuch Diäten. Adipositas und 40 weitere Krankheitsbilder individuell behandeln [mit dem Plus im Web; Zugangscode im Buch. 1. Aufl. München: Urban & Fischer in Elsevier. S.21-26
10. Hajek-Lang, Brigitte; Albrecht, Marina; Hauner, Hans (2011): Handbuch Diäten. Adipositas und 40 weitere Krankheitsbilder individuell behandeln [mit dem Plus im Web; Zugangscode im Buch. 1. Aufl. München: Urban & Fischer in Elsevier. S.59
11. Hajek-Lang, Brigitte; Albrecht, Marina; Hauner, Hans (2011): Handbuch Diäten. Adipositas und 40 weitere Krankheitsbilder individuell behandeln [mit dem Plus im Web; Zugangscode im Buch. 1. Aufl. München: Urban & Fischer in Elsevier. S.72f
12. Elmadfa, Ibrahim; Leitzmann, Claus (2019): Ernährung des Menschen. 6., überarbeitete und aktualisierte Auflage. Stuttgart: Verlag Eugen Ulmer (utb, 8036). S. 75ff
13. BLE (2017): Einschränkung der Energiezufuhr oder Lebensmittelauswahl. Ernährung und Bewegung von Säuglingen und stillenden Frauen - Handlungsempfehlungen. Hg. v. InForm. Bundesministerium für Landwirtschaft und Ernährung. Online verfügbar unter <https://www.gesund-ins-leben.de/fuer-fachkreise/bestens-unterstuetzt-durchs-1-lebensjahr/handlungsempfehlungen/empfehlungen-fuer-die-mutter/einschraenkung-der-energiezufuhr-oder-lebensmittelauswahl/>, zuletzt geprüft am 28.06.2021.

14. BLE (2018): Körpergewicht vor der Konzeption und Gewichtsentwicklung in der Schwangerschaft. Handlungsempfehlungen. Hg. v. InForm. Bundesministerium für Landwirtschaft und Ernährung. Online verfügbar unter <https://www.gesund-ins-leben.de/fuer-fachkreise/familien-vor-und-in-der-schwangerschaft/handlungsempfehlungen/koerpergewicht-vor-der-konzeption-und-gewichtsentwicklung-in-der-schwangerschaft/>, zuletzt geprüft am 28.06.2021.
15. Hauner, Hans; Beyer-Reiners, Evelyn; Bischoff, Gert; Breidenassel, Christina; Ferschke, Melanie; Gebhardt, Albrecht et al. (2019): Leitfaden Ernährungstherapie in Klinik und Praxis (LEKuP). In: *Aktuel Ernährungsmed* 44 (06), S. 384–419. DOI: 10.1055/a-1030-5207.
16. DAG; DDG; DGE; DGEM (2014): Interdisziplinäre Leitlinie der Qualität S3 zur „Prävention und Therapie der Adipositas“. Version 2.0 (April 2014). Deutsche Adipositas-Gesellschaft (DAG) e.V.; Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG); Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) e.V.; Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM) e.V. Online verfügbar unter https://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/050-001l_S3_Adipositas_Pr%C3%A4vention_Therapie_2014-11-abgelaufen.pdf.
17. BzgA: Mein Kind hat Übergewicht, was tun? Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Online verfügbar unter <https://www.uebergewicht-vorbeugen.de/wenn-es-schwerer-wird/uebergewicht/mein-kind-hat-uebergewicht-was-tun/>, zuletzt geprüft am 28.06.2021.
18. Basting, Horst (2021): Religiöses Fasten. Hg. v. Planet Wissen. Westdeutscher Rundfunk Köln. Online verfügbar unter <https://www.planet-wissen.de/gesellschaft/essen/fasten/pwiereligioesesfasten100.html>, zuletzt geprüft am 28.06.2021.
19. Chiappa, Andrea, Ciro (2015): Fasten – Moderne Aspekte eines klassischen Naturheilverfahrens. In: *Ernährung im Fokus - Online Spezial* (3), S. 1–5. Online verfügbar unter https://www.in-form.de/fileadmin/user_upload/PDF/aidonline_spezial_fasten.pdf, zuletzt geprüft am 28.06.2021.
20. Hajeck-Lang, Brigitte; Albrecht, Marina; Hauner, Hans (2011): Handbuch Diäten. Adipositas und 40 weitere Krankheitsbilder individuell behandeln [mit dem Plus im Web; Zugangscode im Buch. 1. Aufl. München: Urban & Fischer in Elsevier. S. 82f
21. Wilhelmi de Toledo, Françoise; Buchinger, Andreas; Burggrabe, Hilmar; Hölz, Gunter; Kuhn, Christian; Lischka, Eva et al. (2013): Fasting therapy - an expert panel update of the 2002 consensus guidelines. In: *Forschende Komplementärmedizin (2006)* 20 (6), S. 434–443. DOI: 10.1159/000357602.
22. Stange, Rainer (2017): Fasten – präventiv, therapeutisch, kontinuierlich, intermittierend? In: *Ernährungs Umschau* 64 (11), M630-M638. M.633
23. Backes; Gunda (2018): Heilfasten, Basenfasten, Intervallfasten - ein Überblick. In: *Ernährungs Umschau/DGEInfo* 65 (2), S. 18–25.
24. DGE (2020): DGE Beratungsstandards, 2.2.5 Intervallfasten. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. 1. Auflage, Bonn.
25. Hajeck-Lang, Brigitte; Albrecht, Marina; Hauner, Hans (2011): Handbuch Diäten. Adipositas und 40 weitere Krankheitsbilder individuell behandeln [mit dem Plus im Web; Zugangscode im Buch. 1. Aufl. München: Urban & Fischer in Elsevier. S. 183ff
26. Siener, Roswitha (2011): Säure-Basen-Haushalt und Ernährung. In: *Ernährungs Umschau* (10), S. 562–568. Online verfügbar unter https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2011/10_11/EU10_2011_562_568.qxd.pdf, zuletzt geprüft am 28.06.2021.

27. DGE (2020): DGE Beratungsstandards, 2.2.11 Original Haysche Trennkost. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. 1. Auflage, Bonn.
28. Hajeck-Lang, Brigitte; Albrecht, Marina; Hauner, Hans (2011): Handbuch Diäten. Adipositas und 40 weitere Krankheitsbilder individuell behandeln [mit dem Plus im Web; Zugangscode im Buch. 1. Aufl. München: Urban & Fischer in Elsevier. S. 185ff
29. Bollhöfer, Michaela (2012a): Vegetarismus (Teil 1). Bedeutung, Formen und ernährungsphysiologische Beurteilung. In: *Ernährungs Umschau* (3), B9-B12, zuletzt geprüft am 28.06.2021.
30. Bollhöfer, Michaela (2012b): Vegetarismus (Teil 2). Bedeutung, Formen und ernährungsphysiologische Beurteilung. In: *Ernährungs Umschau* (4), B13-B16. Online verfügbar unter https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2012/04_12/EU04_2012_B13_B16.qxd.pdf, zuletzt geprüft am 28.06.2021.
31. DGE (2020): Ausgewählte Fragen und Antworten zur Position der DGE zu veganer Ernährung. Hg. v. Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) e.V. Bonn. Online verfügbar unter https://www.dge.de/fileadmin/public/doc/ws/faq/FAQ-Vegane-Ernaehrung_2020.pdf, zuletzt geprüft am 23.09.2021.
32. DGE (2020): DGE Beratungsstandards, 2.2.2 Vegetarische und vegane Ernährung. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. 1. Auflage, Bonn.
33. Hajeck-Lang, Brigitte; Albrecht, Marina; Hauner, Hans (2011): Handbuch Diäten. Adipositas und 40 weitere Krankheitsbilder individuell behandeln [mit dem Plus im Web; Zugangscode im Buch. 1. Aufl. München: Urban & Fischer in Elsevier. S. 165ff
34. Rotermund, Sabine (2004): Ayurvedische Ernährung. In: *Ernährungs Umschau* 51 (10), S. 420–423. Online verfügbar unter Ayurvedische Ernährung, zuletzt geprüft am 28.06.2021.
35. Leitzmann, Claus; Keller, Markus; Hahn, Andreas (2005): Alternative Ernährungsformen. 55 Tabellen. 2., überarb. Aufl. Stuttgart: Hippokrates Verl. Hajeck-Lang, Brigitte; Albrecht, Marina; Hauner, Hans (2011): Handbuch Diäten. Adipositas und 40 weitere Krankheitsbilder individuell behandeln [mit dem Plus im Web; Zugangscode im Buch. 1. Aufl. München: Urban & Fischer in Elsevier. S. 173ff
36. Fankhänel, Sabine (2002): Mediterrane Ernährung. In: *Ernährungs Umschau* (6), S. 244–245. Online verfügbar unter <https://www.ernaehrungs-umschau.de/print-artikel/04-06-2002-mediterrane-ernaehrung/>, zuletzt geprüft am 28.06.2021.
37. DGE (2020): DGE Beratungsstandards, 2.2.3 Die mediterrane Ernährung. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. 1. Auflage, Bonn.
38. Hajeck-Lang, Brigitte; Albrecht, Marina; Hauner, Hans (2011): Handbuch Diäten. Adipositas und 40 weitere Krankheitsbilder individuell behandeln [mit dem Plus im Web; Zugangscode im Buch. 1. Aufl. München: Urban & Fischer in Elsevier. S. 181ff
39. Schiele, Karin (2007a): Traditionelle Chinesische Ernährung (Teil 1). Hintergründe und Prinzipien. In: *Ernährungs Umschau* 54 (1), S. 4–7. Online verfügbar unter <https://www.ernaehrungs-umschau.de/print-artikel/12-01-2007-traditionelle-chinesische-ernaehrung/>, zuletzt geprüft am 28.06.2021.
40. Schiele, Karin (2007b): Traditionelle Chinesische Ernährung (Teil 2). Nahrungsauswahl und ernährungsphysiologische Bewertung. In: *Ernährungs Umschau* 54 (2), S. 60–63. Online verfügbar unter <https://www.ernaehrungs-umschau.de/print-artikel/14-02-2007-traditionelle-chinesische-ernaehrung-ii/>, zuletzt geprüft am 28.06.2021.

41. DGE (2020): DGE Beratungsstandards, 2.2.10 Ernährung nach Traditioneller Chinesischer Medizin. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. 1. Auflage, Bonn.
42. Buchholz, Daniel (2017): Religion und Ernährung. Ernährungsvorschriften und -empfehlungen und ihre Bedeutung für ernährungsbezogene Maßnahmen. In: *Diät & Information* (1), S. 8–15. Online verfügbar unter https://www.vdd.de/fileadmin/downloads/D_I/D_I_Fokus_2017/D_u_I_1_2017_FOKUS_web.pdf, zuletzt geprüft am 28.06.2021.
43. Giesenkamp, Johanna-Elisabeth; Leicht-Eckhardt, Elisabeth; Nachtwey, Thomas; Böltz, Margit (2013): Inklusion durch Schulverpflegung. Wie die Berücksichtigung religiöser und ernährungsspezifischer Aspekte zur sozialen Inklusion im schulischen Alltag beitragen kann. Berlin, Münster: Lit (Interreligiöse Perspektiven, 6). S.14-16
44. Giesenkamp, Johanna-Elisabeth; Leicht-Eckhardt, Elisabeth; Nachtwey, Thomas; Böltz, Margit (2013): Inklusion durch Schulverpflegung. Wie die Berücksichtigung religiöser und ernährungsspezifischer Aspekte zur sozialen Inklusion im schulischen Alltag beitragen kann. Berlin, Münster: Lit (Interreligiöse Perspektiven, 6). S.20-30
45. Zentralrat der Juden in Deutschland: Kaschrut - Die jüdischen Speisevorschriften. Online verfügbar unter <https://www.zentralratderjuden.de/judentum/riten-und-gebraeuche/kaschrut-die-juedischen-speisevorschriften/>, zuletzt geprüft am 28.06.2021.
46. Zentralrat der Juden in Deutschland: Feiertage. Online verfügbar unter <https://www.zentralratderjuden.de/judentum/feiertage/>, zuletzt geprüft am 28.06.2021.
47. Klöcker, Michael; Tworuschka, Udo (2015): Ethik der Weltreligionen. Ein Handbuch. Sonderausgabe. Darmstadt: Wiss. Buchges. Abt. Verl. (WBG-Bibliothek). S. 87ff
48. Lück, ISabell (2019): Ernährung – auch eine Frage des Glaubens. Landeszentrum für Ernährung Baden-Württemberg. Online verfügbar unter https://landeszentrum-bw.de/,Lde_DE/wissen/Ernaehrungsinformation/Ernaehrungswissen/Ernaehrung+auch+eine+Frage+des+Glaubens, zuletzt geprüft am 28.06.2021.