

menuCH

Nationale Ernährungserhebung
Enquête nationale sur l'alimentation
Sondaggio nazionale sull'alimentazione



SCHWEIZERISCHES FOTOBUCH LIVRE PHOTO SUISSE MANUALE FOTOGRAFICO SVIZZERO



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Département fédéral de l'intérieur DFI
Dipartimento federale dell'interno DFI

Einführung

Nationale Ernährungserhebung

Die Nationale Ernährungserhebung hat zum Ziel die Nahrungsaufnahme in der Schweiz zu beurteilen. Mit dieser Befragung werden repräsentative Daten erhoben, die Auskunft geben über den Lebensmittelverzehr, die Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten sowie anthropometrische Masse (Körpergrösse und -gewicht, Bauch- und Hüftumfang) der Bevölkerung. Dank der gesammelten Daten können Strategien für eine gesunde und sichere Lebensmittelversorgung entwickelt werden, aber auch gezielt Präventionsprojekte geplant und umgesetzt, respektive bereits bestehende derartige Projekte evaluiert und angepasst werden.

Die Daten zum Lebensmittelverzehr werden unter Zuhilfenahme der Software EPIC-Soft erfragt. Diese Software wurde am Internationalen Krebsforschungszentrum (IARC) in Lyon entwickelt und wird in fast allen europäischen Ländern angewendet. Die Software wurde in Zusammenarbeit mit der IARC an die Bedürfnisse der Schweiz angepasst und ist in den drei Landessprachen verfügbar. Mit dieser Software können strukturiert alle Lebensmittel (einschliesslich Getränke) erfasst werden, die eine Person im Laufe der letzten 24 Stunden verzehrt hat (24-Stunden Recall).

Wichtiger Hinweis

Das vorliegende Fotobuch ist ein wichtiger Bestandteil der Nationalen Ernährungserhebung. Es ist für die erfolgreiche Durchführung des telefonischen Interviews notwendig.

Bewahren Sie dieses Fotobuch an einem sicheren Ort auf und halten Sie es am vereinbarten Tag für das telefonische Interview in der Nähe des Telefons bereit.

So wird das Fotobuch verwendet

Das Fotobuch ergänzt das Interview mit der Software EPIC-Soft. Es besteht aus 150 Zeichnungen und Fotoserien von Gefässen oder von portionierten Lebensmitteln, damit die befragte Person die Mengen der verzehrten Lebensmittel quantifizieren kann. Die Nummerierung der Fotoserien ist nicht fortlaufend. Sollte ein Lebensmittel nicht abgebildet sein, ist es relativ einfach, ein vergleichbares Lebensmittel zu finden.

Für einige Lebensmittel gibt es keine Fotoserien, da diese üblicherweise in Einheiten quantifiziert werden (zum Beispiel Becher Joghurt, Anzahl Eier, Anzahl Esslöffel, etc.)

Jede Fotoserie zeigt mehrere Fotos von Portionen eines Lebensmittels, die in aufsteigender Reihenfolge angeordnet sind. In bestimmten Fällen sind zwei verschiedene Arten der Präsentationen eines Lebensmittels gezeigt. Zum Beispiel für die Fotoserie 91 stellt das Foto 91-1 zwei Pilze dar, einmal als Ganzes (links) oder in 4 Scheiben aufgeschnitten (rechts). Die Fotoserie A1 bis C1 zeigen Fotos oder Zeichnungen von Gefässen, Brotscheiben und dergleichen. Für Getränke (Fotoserien A1-A7) nennt die befragte Person die Art des benutzten Glases und gibt anhand des Füllstandes an, wie viel des Getränkes sie konsumiert hat. Für die anderen Gefässe geht man identisch vor (Fotoserien A8-A11). Für Brot und dergleichen, nennt die befragte Person Form und Grösse der Scheibe (Zeichnungen B1-B19) sowie deren Dicke (Zeichnung C1). Ein Raster (C2, Blatt im Format A3 im Anhang) erlaubt es der befragten Person, die Dimensionen verschiedener Gefässe (Gläser, Schalen, Teller...) vor Ort auszumessen.

Bundesamt für Gesundheit (BAG)

Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV)

Institut Universitaire de Médecine Sociale et Préventive (IUMSP), Lausanne

Berner Fachhochschule, Fachbereich Gesundheit

Universität Bern, Institut für Sozial- und Präventivmedizin (ISPM)

Introduction

L'Enquête Nationale Alimentaire

L'Enquête Nationale Alimentaire a pour but d'évaluer la consommation alimentaire en Suisse. Cette enquête va récolter des données représentatives sur la consommation alimentaire, les habitudes en matière de nutrition et d'activité physique ainsi que des mesures anthropométriques (taille, poids, tour de taille et de hanches). Les données recueillies serviront à développer des stratégies en vue d'offrir des denrées alimentaires saines et sûres ainsi qu'à planifier et établir des projets de prévention ciblés, ou à évaluer et adapter ceux déjà existants.

Les données concernant la consommation alimentaire seront récoltées à l'aide du logiciel EPIC-Soft, développé à Lyon par le Centre international de recherche sur le cancer (CICR) et utilisé dans presque tous les pays européens. Le logiciel, disponible en trois langues, a été adapté aux besoins de la Suisse, en collaboration avec le CIRC. Il permet de saisir de manière structurée les denrées alimentaires (boissons incluses) consommées au cours des dernières 24 heures (rappel de 24 heures).

Note importante

Ce livre photo est un élément important de l'Enquête Nationale Alimentaire. Il est indispensable pour mener à bien les entretiens téléphoniques. S'il vous plaît gardez ce livre photo en lieu sûr et ayez-le à côté de votre téléphone le jour de l'entretien téléphonique.

Comment utiliser le livre photo

Le livre photo est complémentaire du logiciel EPIC-Soft. Il est composé de 150 schémas ou planches photographiques de portions, contenants ou aliments, permettant à la personne enquêtée de quantifier les denrées alimentaires consommées.

Le numéro des planches n'est pas continu. Si un aliment n'est pas représenté, il est relativement facile de trouver un aliment similaire en termes de volume ou densité.

Pour certains aliments, aucune planche n'est proposée car ces aliments sont normalement quantifiés en unités (par exemple pots de yaourt, nombre d'œufs, nombre de cuillerées, etc.).

Chaque planche présente plusieurs photographies de portions d'aliments disposées en ordre croissant. Dans certains cas, deux présentations possibles de l'aliment sont proposées. Par exemple pour la planche 91, la photographie 91-1 signifie soit 2 champignons entiers (à gauche), soit 2 champignons coupés en tranches (à droite), mais pas les deux à la fois.

Les planches A1 à C1 présentent des photographies ou schémas de contenants, de tranches de pain et d'autres éléments similaires. Pour les boissons (planches A1-A7), la personne enquêtée doit indiquer le type de verre et son niveau de remplissage. Il en est de même pour les autres contenants (planches A8-A11). Pour le pain et d'autres éléments similaires, la personne enquêtée doit indiquer la taille approximative de la tranche (planches B1-B19) ainsi que son épaisseur (planche C1). Une grille (planche C2, feuille A3 fournie en annexe) permet à la personne enquêtée de mesurer les dimensions des divers contenants (verres, bols, assiettes...).

Office Fédéral de la Santé Publique (OFSP)

Office Fédéral de la Sécurité Alimentaire et des Affaires Vétérinaires (OSAV)

Institut Universitaire de Médecine Sociale et Préventive (IUMSP), Lausanne

Haute école spécialisée bernoise, Section Santé

Universität Bern, Institut für Sozial- und Präventivmedizin (ISPM)

Introduzione

Sondaggio Nazionale sull'alimentazione

Il sondaggio nazionale sull'alimentazione è stato progettato per valutare il consumo di alimenti in Svizzera. Questa indagine raccoglierà dati rappresentativi sulle abitudini alimentari, e sull'attività fisica, insieme alle misure antropometriche (altezza, peso, vita e fianchi). I dati raccolti saranno utilizzati per sviluppare strategie per fornire alimenti sani e sicuri e per pianificare e sviluppare progetti di prevenzione mirati, o per valutare e adattare quelli esistenti.

I dati sul consumo di alimenti saranno raccolti utilizzando EPIC-Soft, realizzato dall'International Agency for Research on Cancer (IARC) e utilizzato in quasi tutti i paesi europei. Il software è disponibile in tre lingue, ed è stato adattato alle esigenze della Svizzera, in collaborazione con lo IARC. Permette di raccogliere in modo strutturato i cibi consumati (bevande incluse) nelle ultime 24 ore (24 ore di richiamo).

Nota importante

Questo manuale fotografico è un elemento importante del sondaggio nazionale sull'alimentazione. È essenziale per effettuare le interviste telefoniche. Conservare questo manuale fotografico in un luogo sicuro e averlo a portata di mano accanto al telefono il giorno dell'intervista telefonica.

Come utilizzare il manuale fotografico

Il manuale fotografico è il complemento del software EPIC-Soft. Si compone di 150 schede fotografiche di porzioni, contenitori per alimenti o alimenti, che consentono alla persona intervistata di quantificare il cibo consumato.

Il numero di schede non è continuo. Se un alimento non è mostrato, è relativamente facile trovare un alimento simile in termini di volume o densità.

Per alcuni alimenti non è proposta nessuna scheda perché questi alimenti sono normalmente quantificati in unità (ad esempio, vasetti di yogurt, numero di uova o di cucchiaini, ecc.).

Ogni scheda ha diverse fotografie di porzioni di alimenti disposte in ordine di quantità crescente. In alcuni casi, due possibili presentazioni di uno stesso alimento sono disponibili. Per esempio nella scheda 91, la fotografia 91-1 significa o 2 funghi (a sinistra) o 4 fette (a destra), ma non entrambi.

Le schede da A1 a C1 presentano fotografie o disegni di contenitori o fette di pane e simili. Per le bevande (schede A1-A7) l'intervistato deve indicare il tipo di bicchiere e il livello di riempimento. La stessa cosa vale per gli altri contenitori (schede A8-A11). Per il pane e simili, l'intervistato deve indicare la dimensione approssimativa della fetta (schede B1-B19) e il suo spessore (schede C1). Una guida (scheda C2, foglio nell'appendice A3) consente all'intervistato di misurare le diverse dimensioni e i contenitori (bicchieri, ciotole, piatti ...).

Ufficio Federale della Sanità Pubblica (UFSP)

Ufficio Federale della Sicurezza Alimentare e di Veterinaria (USAV)

Institut Universitaire de Médecine Sociale et Préventive (IUMSP), Lausanne

Scuola Universitaria Professionale Bernese, Sezione Salute

Universität Bern, Institut für Sozial- und Präventivmedizin (ISPM)

Index

Gefässe/Contenants/Contentitori

Nummer	Deutsch	Français	Italiano
A1	Gläser	Verres	Bicchieri
A2	Gläser	Verres	Bicchieri
A3	Gläser, Wein	Verres à vin	Bicchieri, vino
A4	Gläser	Verres	Bicchieri
A5	Gläser	Verres	Bicchieri
A6	Gläser, Bier	Verres à bière	Bicchieri, birra
A7	Tassen	Tasses	Tazze
A8	Auflaufformen	Ramequins	Pirofile
A9	Schalen, Glas	Bols en verre	Scodelle, vetro
A10	Schalen, Porzellan	Bols en porcelaine	Scodelle, porcellana
A11	Kännchen, Saucière	Pots, Saucière	Bricchetti, Salsiera
A12	Schöpflöffel	Louches	Mestoli

Zeichnungen/Schémas/Disegni

Nummer	Deutsch	Français	Italiano
B1	Brötchen, rund	Petit pain, rond	Panino, rotondo
B2	Tortenstück	Morceau de gâteau	Fetta di torta
B3	Tortenstück	Morceau de gâteau	Fetta di torta
B4	Tortenstück	Morceau de gâteau	Fetta di torta
B5	Brotscheibe	Tranche de pain	Fetta di pane
B6	Brotscheibe	Tranche de pain	Fetta di pane
B7	Brotscheibe	Tranche de pain	Fetta di pane
B8	Brotscheibe	Tranche de pain	Fetta di pane
B9	Brotscheibe	Tranche de pain	Fetta di pane
B10	Brotscheibe	Tranche de pain	Fetta di pane
B11	Brotscheibe	Tranche de pain	Fetta di pane
B12	Brotscheibe	Tranche de pain	Fetta di pane
B13	Brotscheibe	Tranche de pain	Fetta di pane
B14	Brotscheibe	Tranche de pain	Fetta di pane
B15	Cake, Terrine	Cake, terrine	Cake, terrina
B16	Gugelhupf	Kouglof	Gugelhupf, Ciambellone
B17	Gugelhupf	Kouglof	Gugelhupf, Ciambellone
B18	Zopf	Tresse	Treccia
B19	Zopf	Tresse	Treccia

Dicke, Höhe/Épaisseur, Hauteur/Spessore, Altezza

Nummer	Deutsch	Français	Italiano
C1	Dicke, Höhe	Épaisseur, Hauteur	Spessore, Altezza

Fotos/Photos/Foto

Nummer	Deutsch	Français	Italiano
1	Salzkartoffeln	Pommes de terre à l'eau	Patate lesse
2	Bratkartoffeln	Pommes de terre sautées	Patate arrostate
3	Pommes frites	Frites	Patatine fritte
4	Kartoffelstock	Purée de pommes de terre	Pure di patate
5	Pommes Chips	Chips	Patatine chips
7	Blattspinat	Epinards en branches	Spinaci
8	Grüner Salat	Salade verte	Insalata verde
9	Nüsslisalat	Doucette	Formentino
10	Grüne Bohnen	Haricots verts	Fagiolini
11	Zucchini	Courgettes	Zucchine
12	Gurke	Concombre	Cetriolo
13	Rüebli	Carottes	Carote
14	Peperoni	Poivrons	Peperoni
15	Tomate	Tomates	Pomodori
16	Rüebli, geraffelt	Carottes, râpées	Carote, grattugiate
17	Broccoli	Brocoli	Broccoli
18	Rosenkohl	Choux de Bruxelles	Cavolo di Bruxelles
19	Erbsen	Petits pois	Piselli
21	Hülsenfrüchte	Légumes secs	Legumi secchi
23	Tofu	Tofu	Tofu
24	Fruchtsalat	Salade de fruits	Insalata di frutta
25	Apfelkompott	Compote de pommes	Conserva di mela
26	Beeren	Baies	Bacche
27	Oliven	Olives	Olive
28/29	Nüsse - Pistazien	Noix - Pistache	Noci - Pistacchi
33	Streichkäse	Fromage à tartiner	Formaggio spalmabile
35	Ravioli	Ravioli	Ravioli
36	Reis	Riz	Riso
40	Cornflakes	Cornflakes	Cornflakes
41	Müeslimischung	Muesli	Muesli
43	Braten	Rôti	Arrosto
50	Rohschinken	Jambon cru	Prosciutto crudo
51	Fisch, Filet	Poisson, filet	Pesce, filetto
52	Fisch, Scheibe	Poisson, tranche	Pesce, fetta
54	Fisch, ganz	Poisson, entier	Pesce, intero
55	Thon	Thon	Tonno
57	Butter	Beurre	Burro
58	Butter auf Brot	Beurre tartiné sur pain	Burro spalmato sul pane
59	Konfitüre auf Brot	Confiture tartiné sur pain	Marmellata spalmata sul pane
64	Früchtekuchen	Gâteau aux fruits	Torta alla frutta
69	Streuselkuchen	Crumble aux fruits	Crostata ricoperta di mollica di pasta frolla
70	Kuchen, gedeckt	Tarte recouverte	Crostata, ricoperta
75	Spaghetti	Spaghetti	Spaghetti
76	Penne	Penne	Penne
77	Polenta, Würfel	Polenta en dés	Polenta, dadi
78	Polenta	Polenta	Polenta

Index

Fotos/Photos/Foto

Nummer	Deutsch	Français	Italiano
85	Speck, gebraten	Lard rôti	Lardo arrostito
88	Aufstrich aus Tube	Pâte à tartiner, tube	Paté da spalmare in tubetto
91	Pilze	Champignons	Funghi
92/93	Trauben - Kirschen	Raisin - Cerises	Uva - Ciliegia
101	Fleischterrine	Terrine de viande	Terrina di carne
102	Tartar	Tartare	Tartare
106	Hackfleisch in Sauce	Viande hachée en sauce	Carne macinata con salsa
107	Ragout mit Sauce	Ragoût en sauce	Ragù con salsa
108	Geschnetzeltes	Émincé	Sminuzzato
201	Tintenfisch, frittiert	Calmar frit	Calamari fritti
202	Fischeintopf	Potée de poisson	Piatto unico di pesce
302	Rührei	Œufs brouillés	Uovo strapazzato
401	Paëlla	Paëlla	Paella
406	Taboulé	Taboulé	Taboulé
501	Terrine (Fisch/Gemüse)	Terrine (poisson/légumes)	Terrina (pesce/verdure)
503	Kartoffelgratin	Gratin de pommes de terre	Gratin di patate
506	Gemüsegratin	Gratin de légumes	Gratin di verdure
507	Ratatouille	Ratatouille	Ratatouille
509	Chili con carne	Chili con carne	Chili con carne
515	Gemischter Salat	Salade de crudités	Insalata mista
516	Coleslaw mit Sauce	Coleslaw en sauce	Coleslaw con salsa
517	Rahmspinat	Epinards à la crème	Spinaci alla panna
801	Rösti	Rösti	Rösti
802	Kartoffelsalat	Salade de pommes de terre	Insalata di patate
803	Chicoréesalat	Salade d'endives	Insalata belga
804	Teigwarensalat	Salade de pâtes	Insalata di pasta
805	Wurst-Käsesalat	Salade de cervelas et fromage	Insalata di cervelat e formaggio
808	Kefen	Pois mange-tout	Taccole
809	Kohlrabi	Chou-rave	Rapa
810	Lauch	Poireau	Porro
811	Spargeln	Asperges	Asparagi
812	Käse, Raclette	Fromage à raclette	Formaggio, Raclette
813	Käse, Stücke	Fromage, morceaux	Formaggio, pezzi
815	Toast Hawaii	Toast Hawaii	Toast Hawaii
816	Cracker	Crackers salés	Cracker salati
817	Risotto	Risotto	Risotto
818	Riz Casimir	Riz Casimir	Riso Casimiro
819	Äplermagronen	Macaronis du chalet	Maccheroni dell'alpigliano
820	Lasagne	Lasagne	Lasagne
821	Spätzli	Spätzli	Spätzli
822	Teigwarenauflauf	Gratin de pâtes	Pasta gratinata
825	Brotwürfel	Dés de pain	Dadi di pane
826	Filet	Filet	Filetto
827	Kotelett	Côtelette	Cotoletta
828	Steak	Steak	Bistecca
829	Voressen	Ragoût	Spezzatino
830	Fondue chinoise	Fondue chinoise	Fondue chinoise
831	Trockenfleisch	Viande séchée	Carne secca

Fotos/Photos/Foto

Nummer	Deutsch	Français	Italiano
832	Schinken, gekocht	Jambon cuit	Prosciutto cotto
833	Rohessspeck	Lard cru	Pancetta
834	Salami	Salami	Salame
835	Blutwurst	Boudin noir	Sanguinaccio
836	Saucisson Vaudois	Saucisson Vaudois	Salsiccia
837	Hackfleischkugeln	Boules de viande hachée	Polpette
838	Chicken nuggets	Chicken nuggets	Chicken nuggets
839	Crevettencocktail	Cocktail de crevettes	Cocktail di gamberetti
840	Konfitüre	Confiture	Marmellata
841	Birchermüesli	Birchermuesli	Birchermuesli
842	Auflauf, süss	Gratin de fruits	Gratin, dolce
843	Tiramisù	Tiramisù	Tiramisù
844	Crèmetorte	Gâteau à la crème	Torta alla crema
845	Quarktorte mit Früchten	Gâteau au séré aux fruits	Torta di ricotta alla frutta
846	Schwarzwäldertorte	Forêt-Noire	Foresta Nera
849	Vermicelles	Vermicelles	Vermicelli di castagne
850	Schlagrahm	Crème Chantilly	Panna montata
900	Salat, gemischt (Sommer)	Salade mêlée (été)	Insalata mista (estate)
901	Salat, gemischt (Winter)	Salade mêlée (hiver)	Insalata mista (inverno)
902	Pastetli	Vol-au-vent	Vol-au-vent (pasta sfoglia)
903	Omelette	Omelette	Crespella
904	Caramelköpfl	Flan au caramel	Budino caramellato
905	Meringues / Baisers	Meringues	Meringa

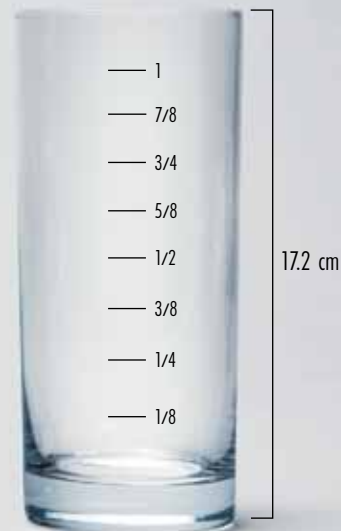
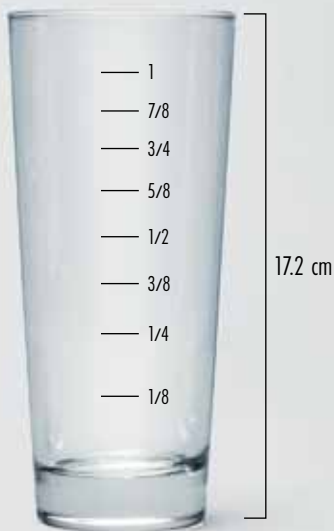
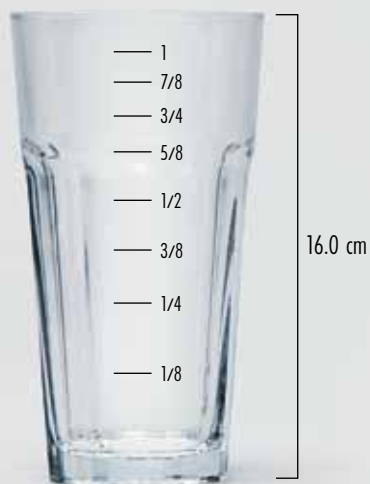
Masstab/Mesure/Metro

Nummer	Deutsch	Français	Italiano
C2	Masstab	Mesure	Metro

H = 7.5 / 9.2 / 12.1 / 16.0 cm

H = 9.0 / 14.2 / 15.2 / 17.2 cm

H = 12.3 / 15.0 / 17.3 cm



212 / 213 / 214 / **215**

220 / 221 / 222 / **223**

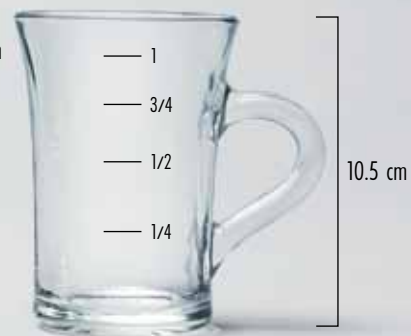
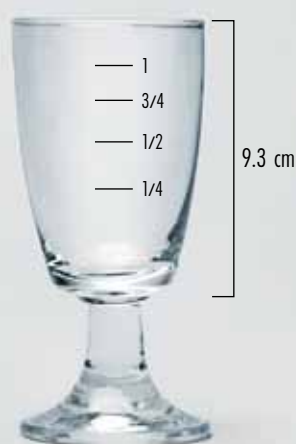
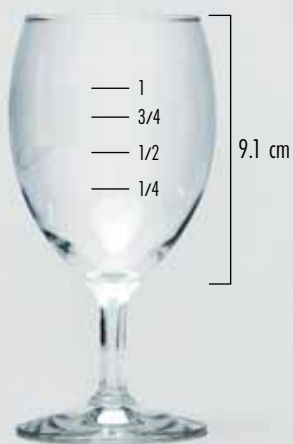
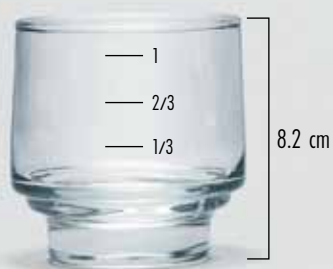
217 / 218 / **219**

H = 8.2 cm

H = 14.2 cm

H = 14.0 cm

H = 10.5 cm

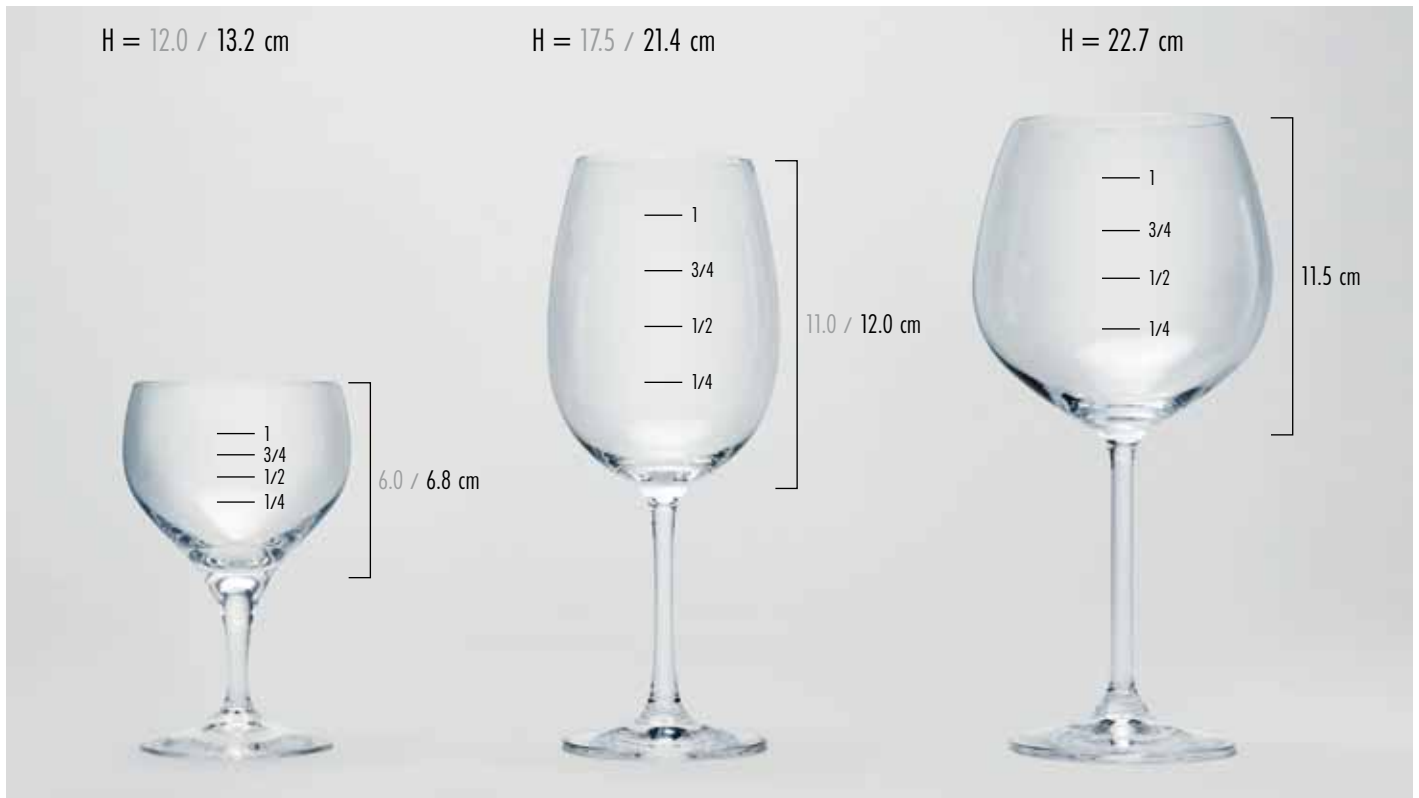


224

225

226

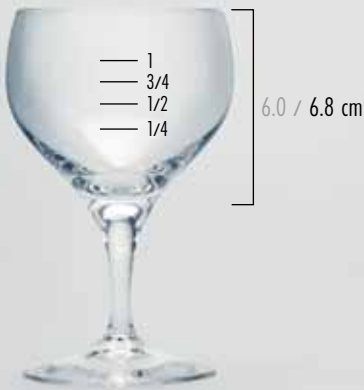
227



H = 12.0 / 13.2 cm

H = 17.5 / 21.4 cm

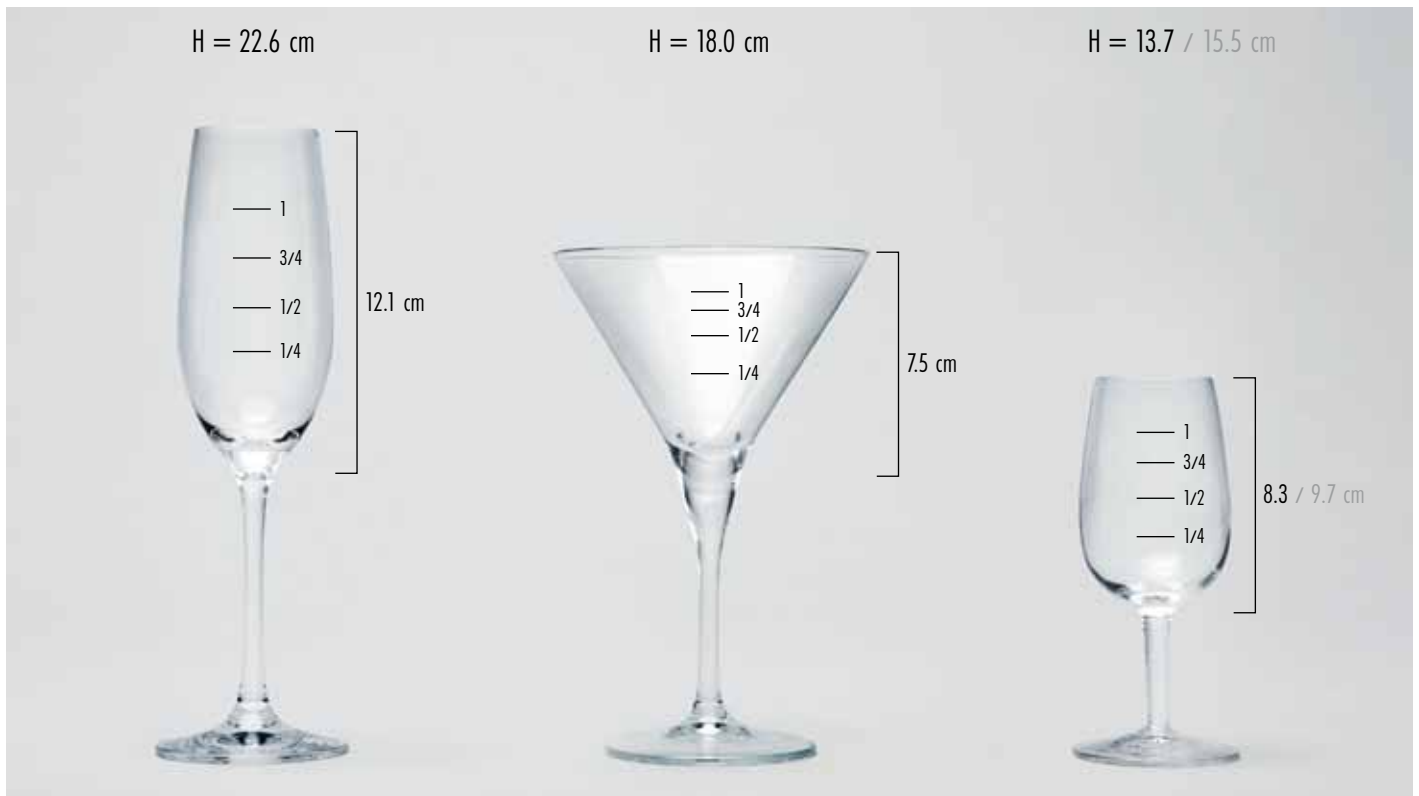
H = 22.7 cm



232 / 233

229 / 230

231



H = 22.6 cm

H = 18.0 cm

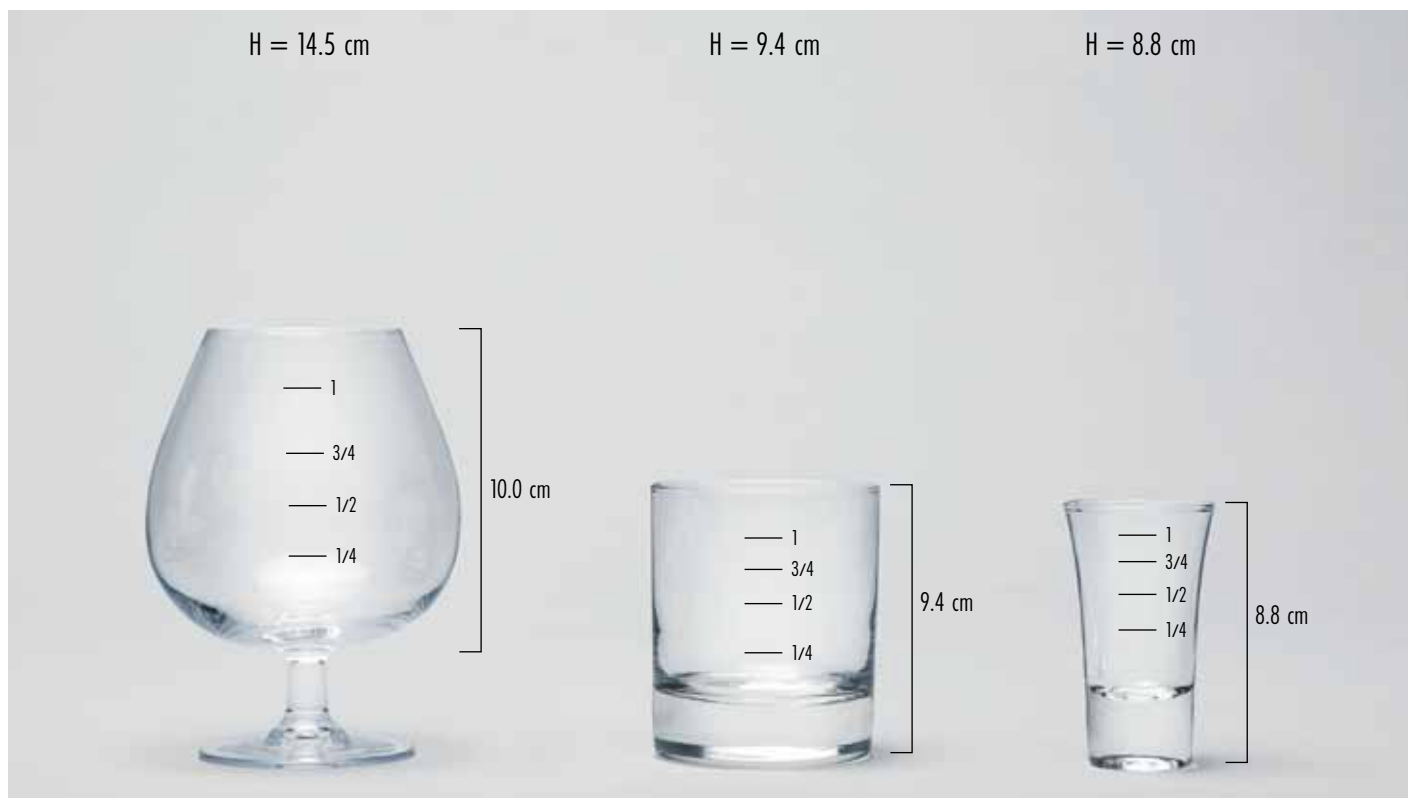
H = 13.7 / 15.5 cm



206

207

208 / 228



209

211

210

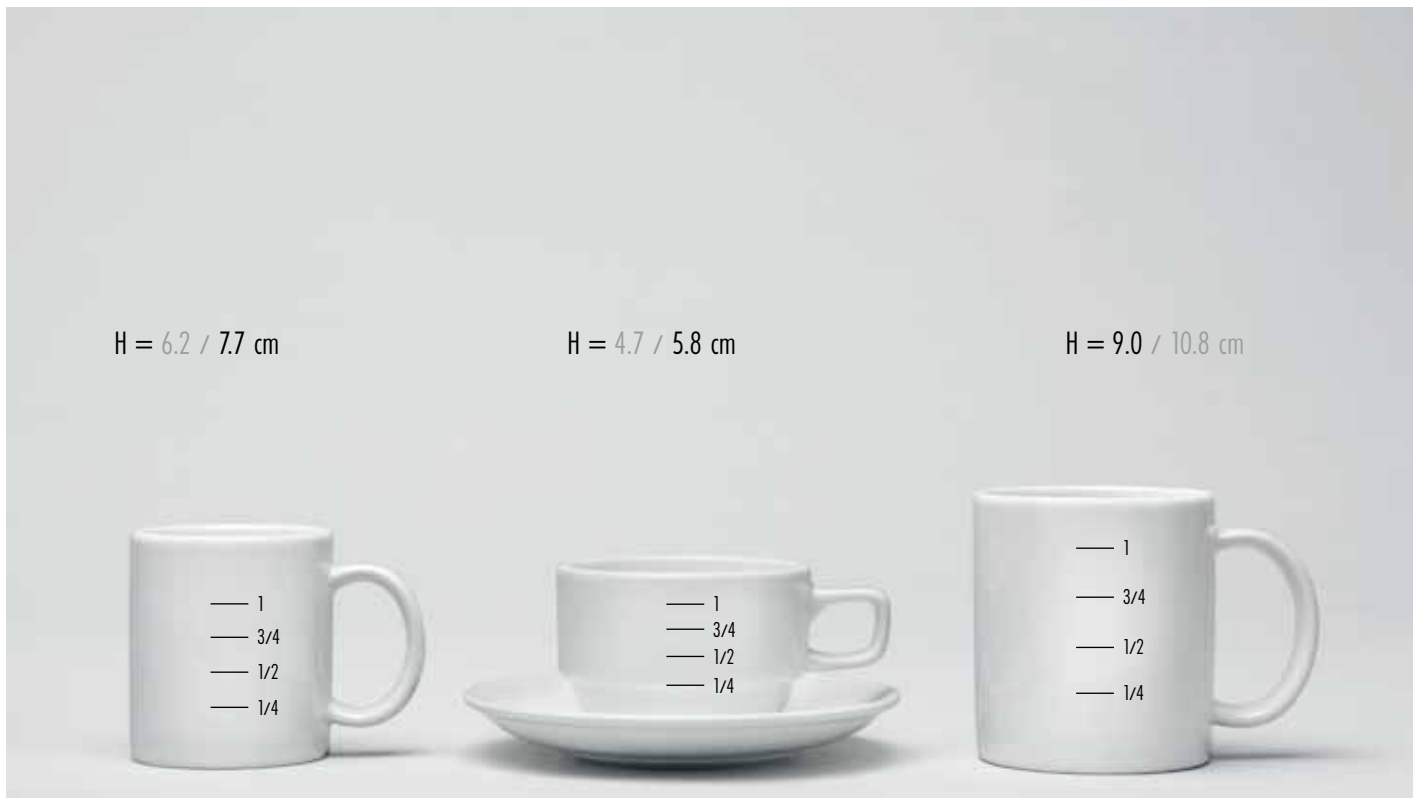


205

203

201 / 202

204



H = 6.2 / 7.7 cm

H = 4.7 / 5.8 cm

H = 9.0 / 10.8 cm

303 / 304

301 / 302

305 / 307



D = 9.2 cm

H = 5.0 cm

D = 9.2 cm

H = 6.5 cm

D = 12.4 cm

H = 4.5 cm

401

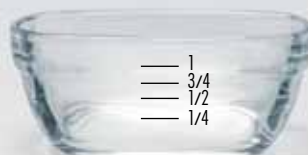
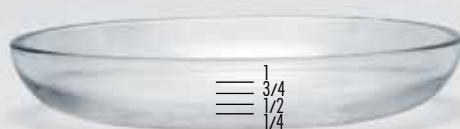
402

403

D = 16.0 cm
H = 3.0 cm

D = 10.6 cm
H = 4.5 cm

D = 11.4 / 13.2 cm
H = 6.0 / 8.0 cm



404

405

406 / 407

D = 13.0 cm
H = 4.0 cm

D = 9.2 cm
H = 6.0 cm

D = 23.0 / 15.5 cm
H = 3.0 cm



408

409

501

D = 4.2 / 5.0 cm
H = 4.0 / 4.5 cm

D = 5.0 cm
H = 6.5 cm

D = 10.5 x 5.5 cm
H = 5.2 cm



601 / 602

603

604

107



D = 10.0 cm
T = 5.0 cm

106



D = 8.0 cm
T = 3.8 cm

105

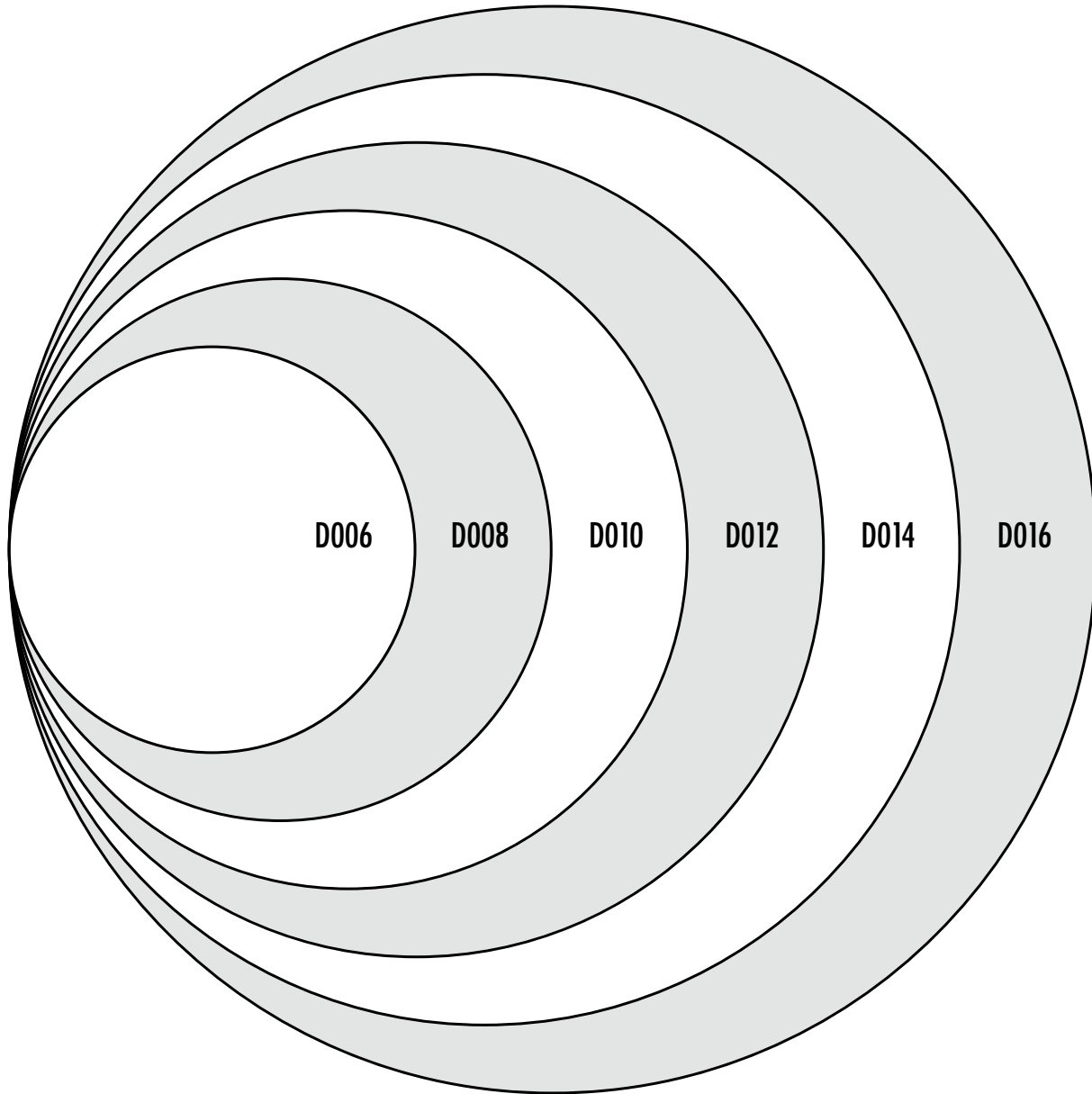


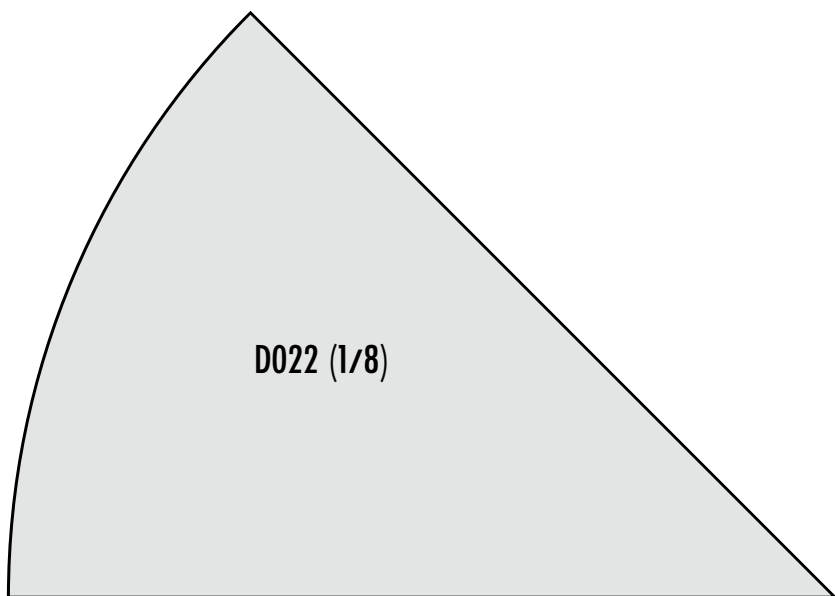
D = 6.0 cm
T = 3.2 cm

104

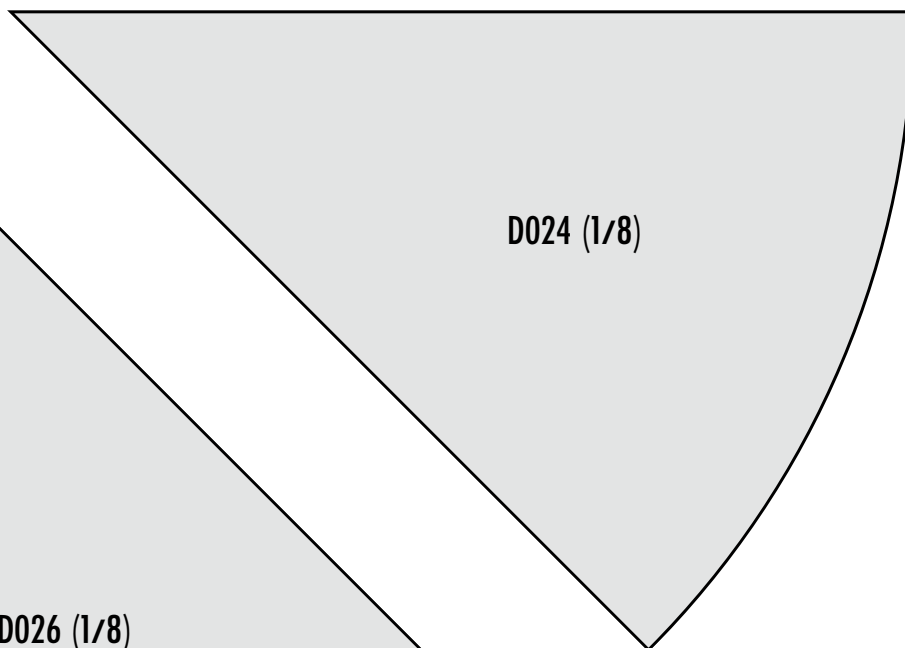


D = 7 x 4.2 cm
T = 1.2 cm

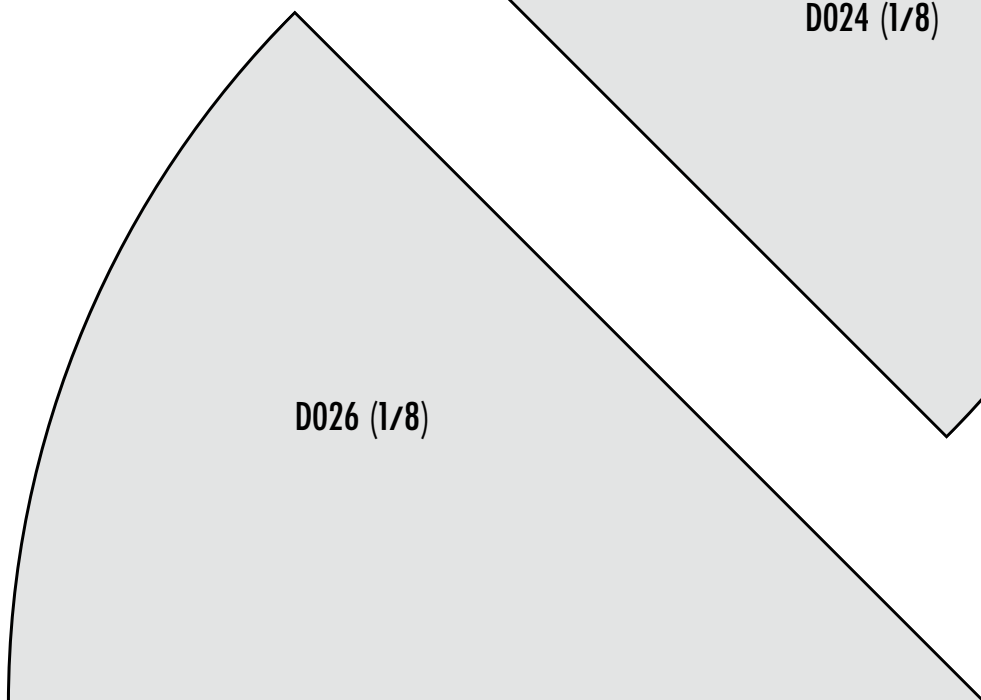




D022 (1/8)

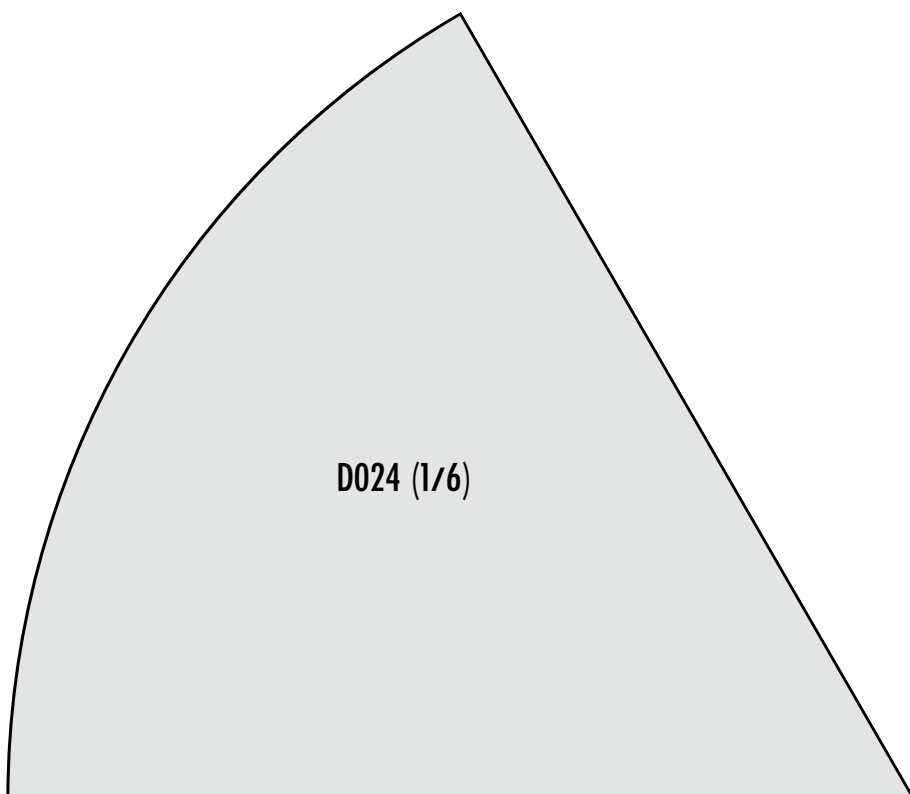
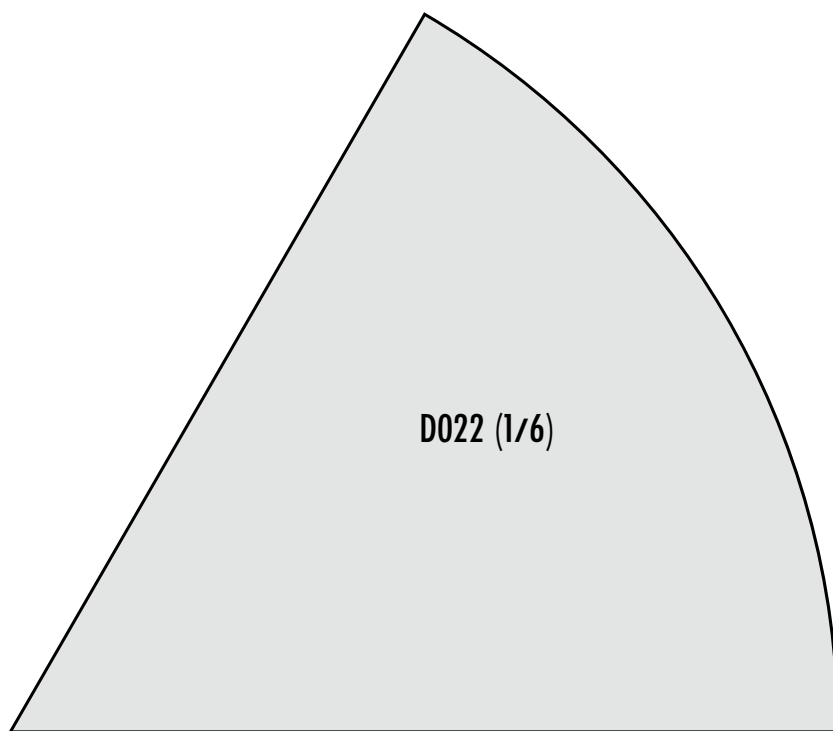


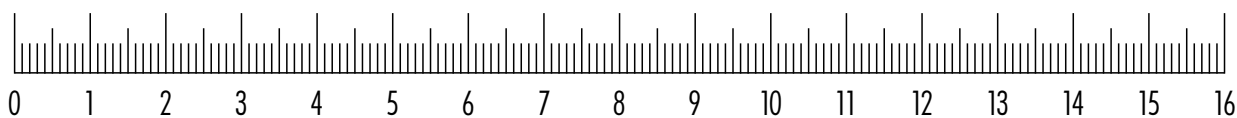
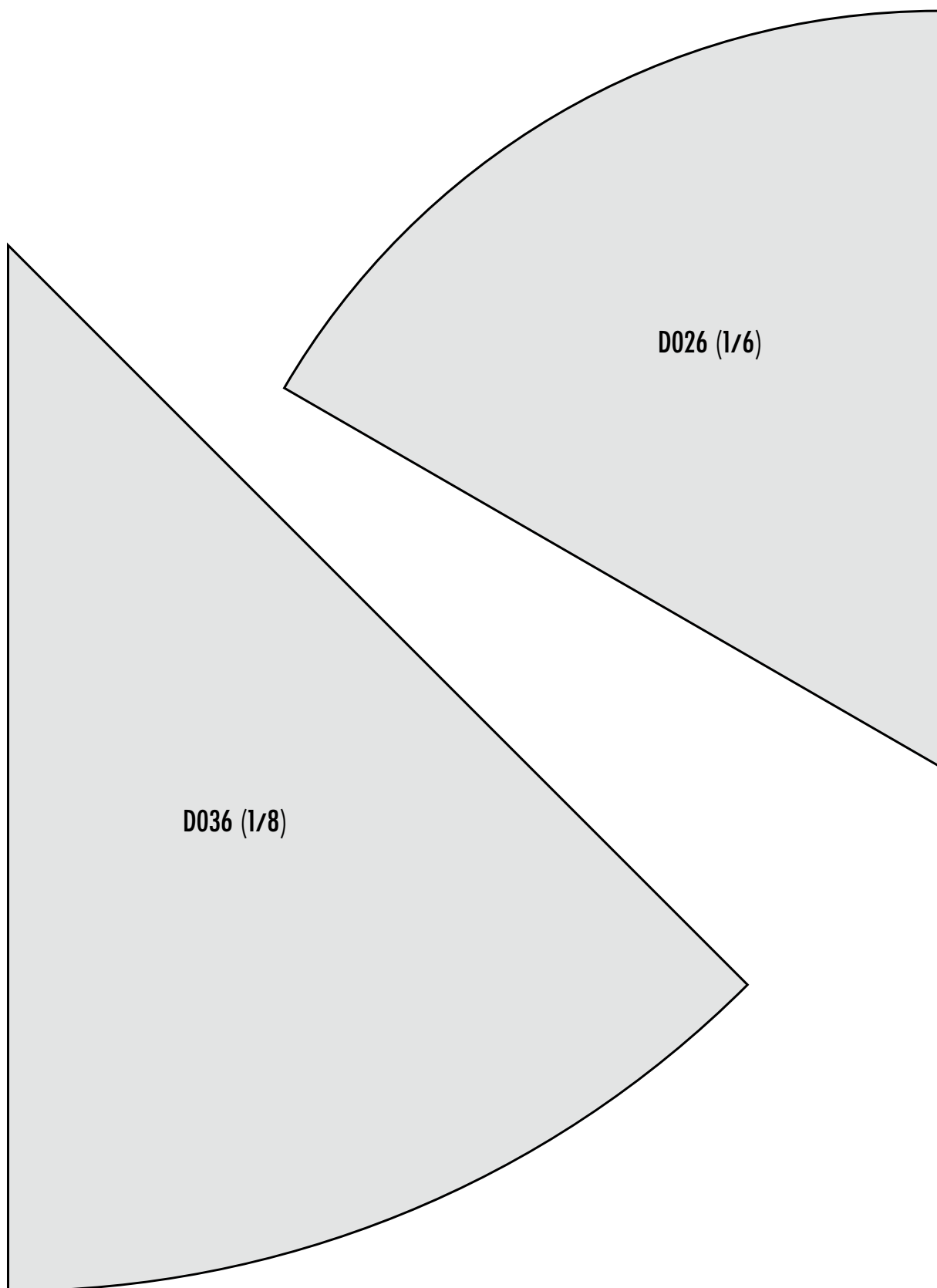
D024 (1/8)

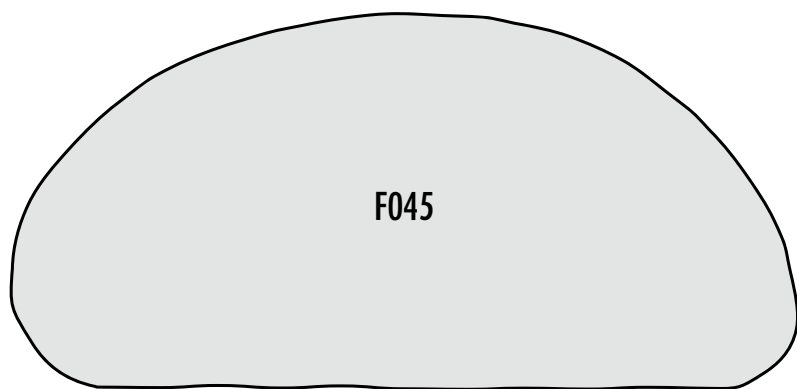


D026 (1/8)

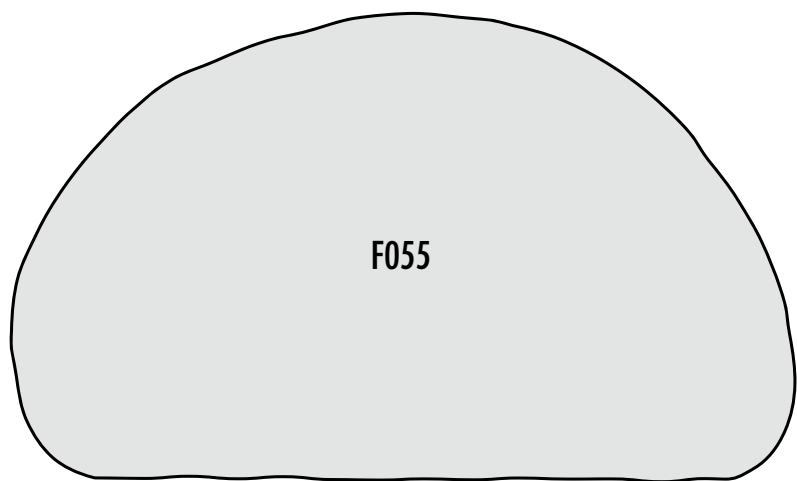




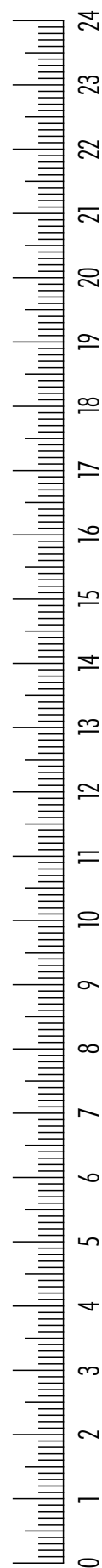


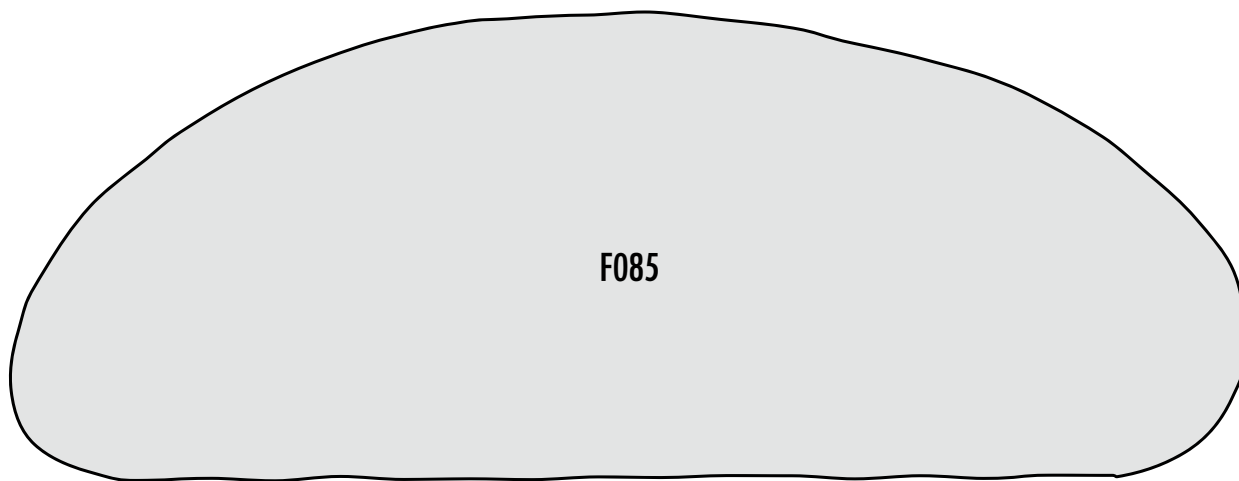
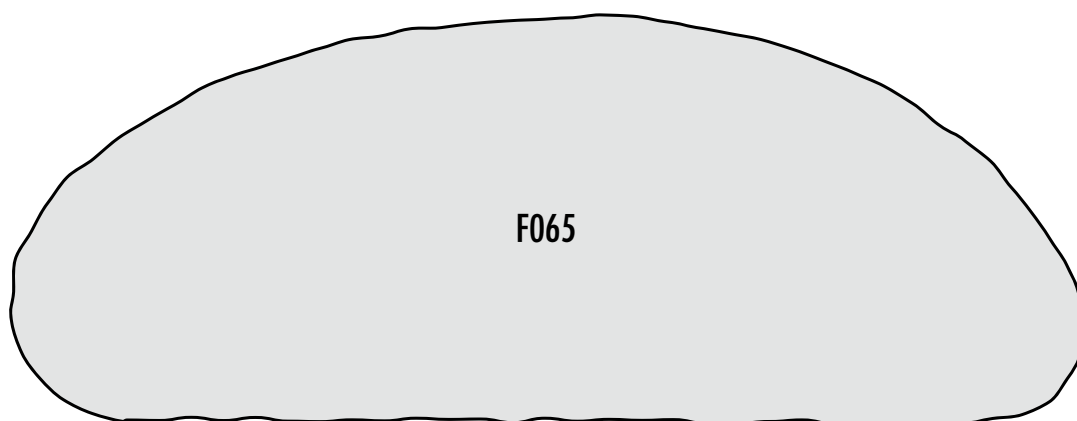


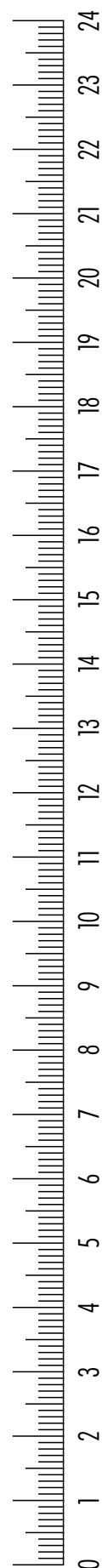
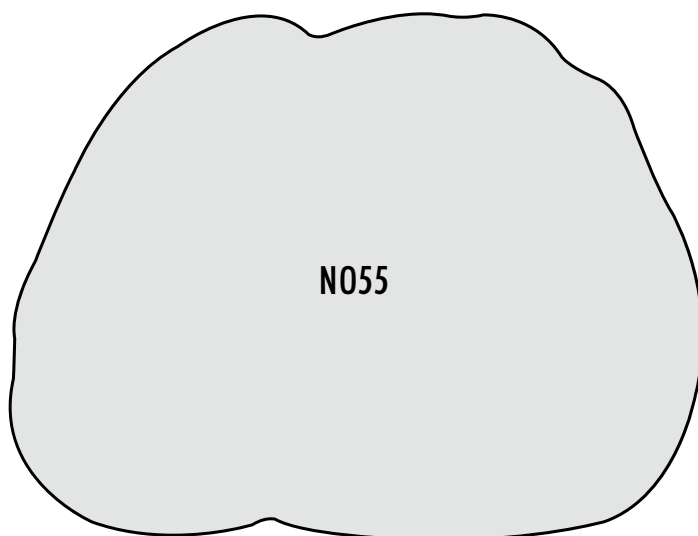
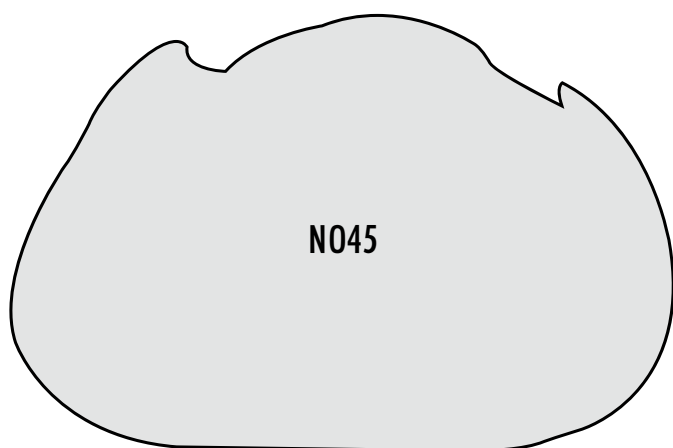
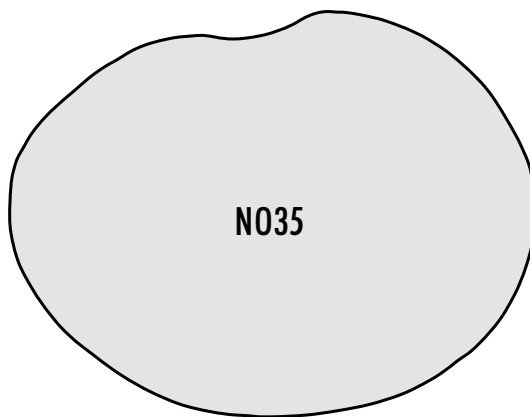
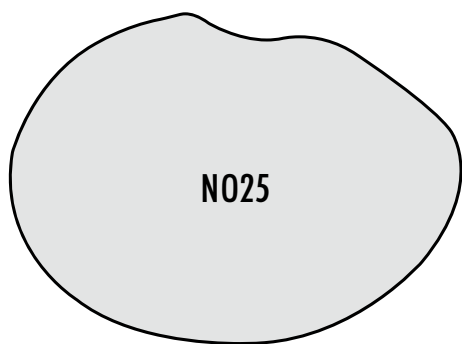
F045

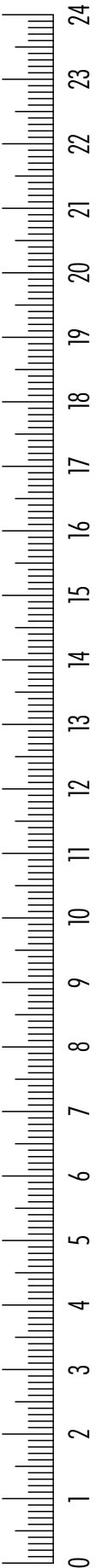
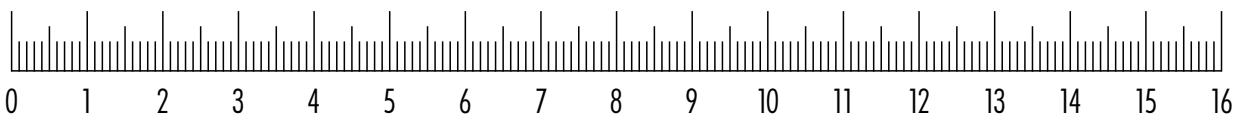
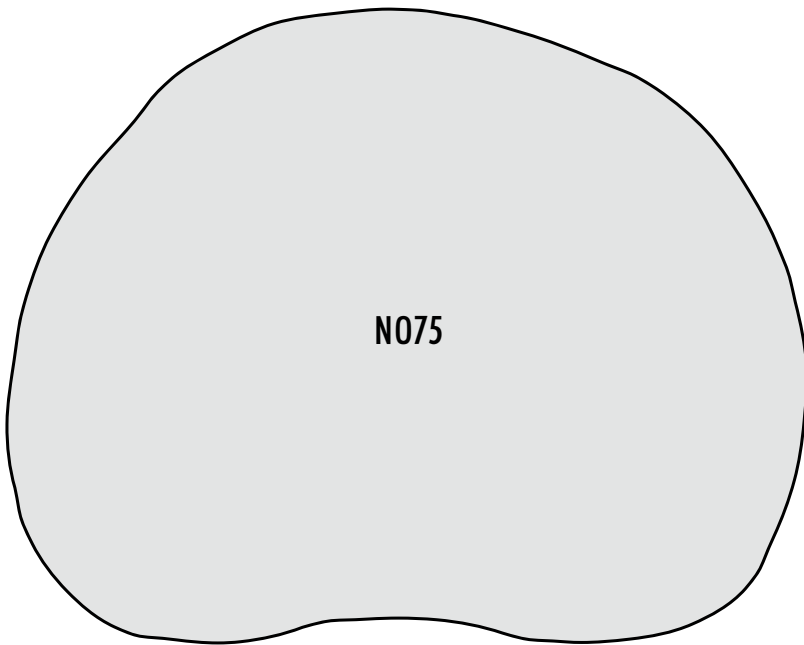
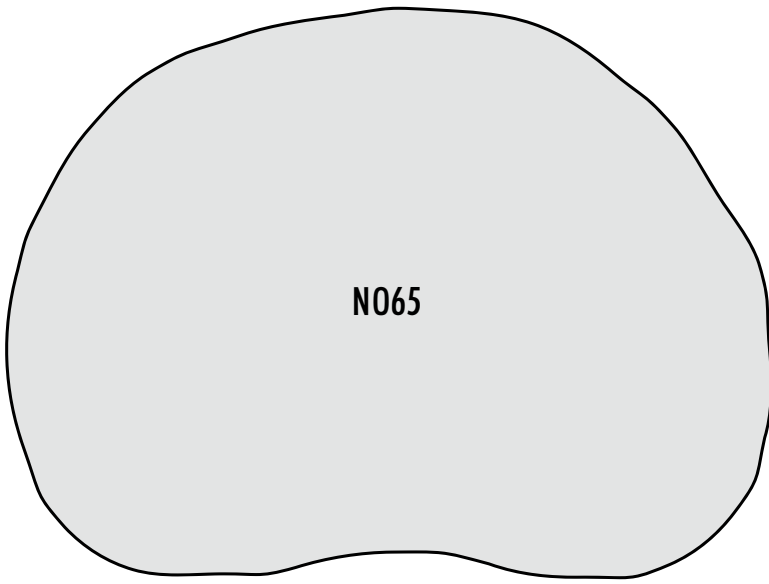


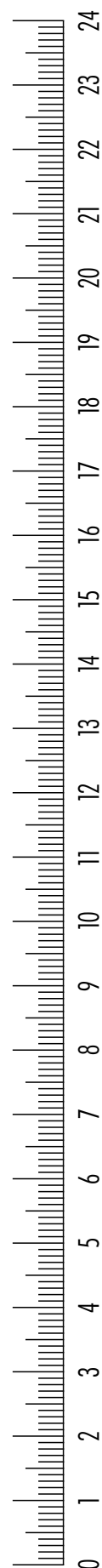
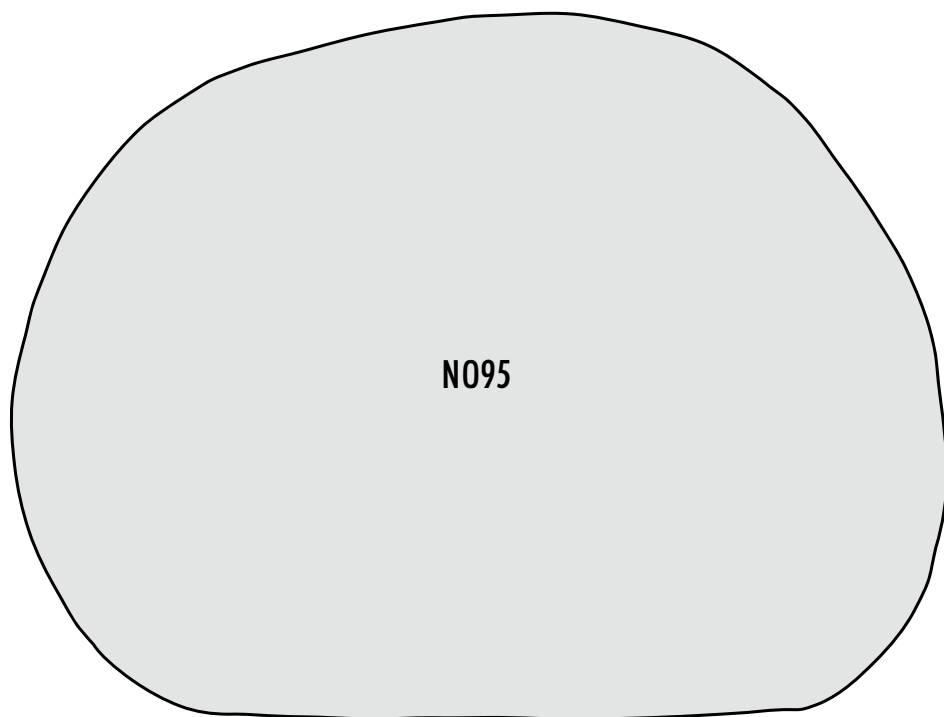
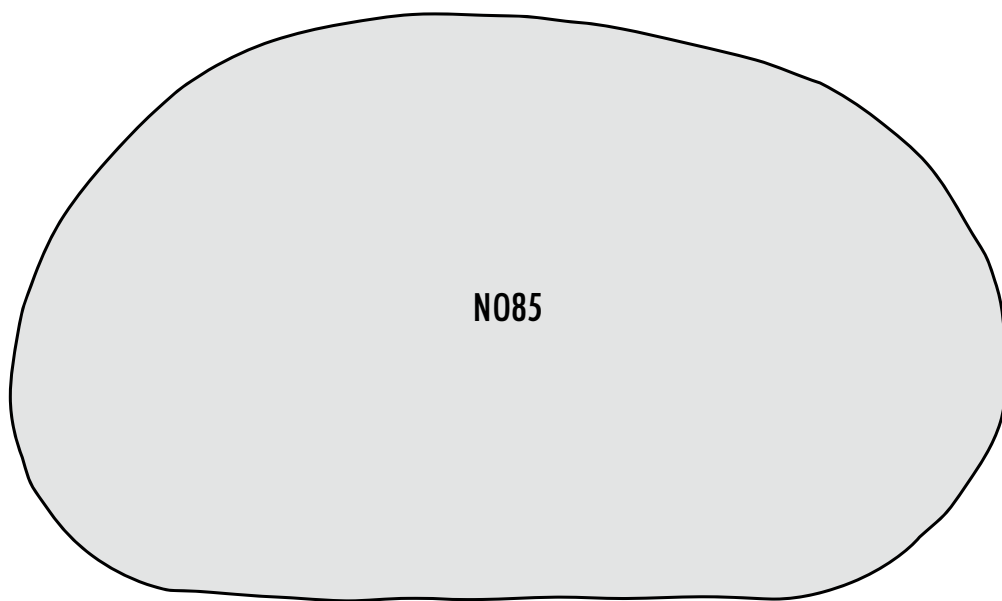
F055

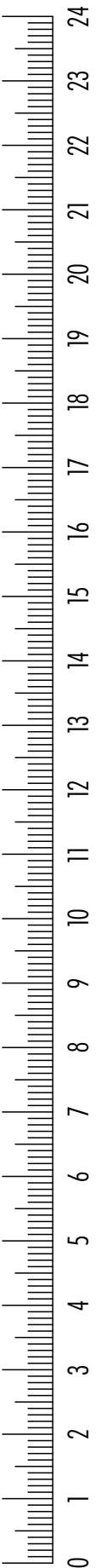
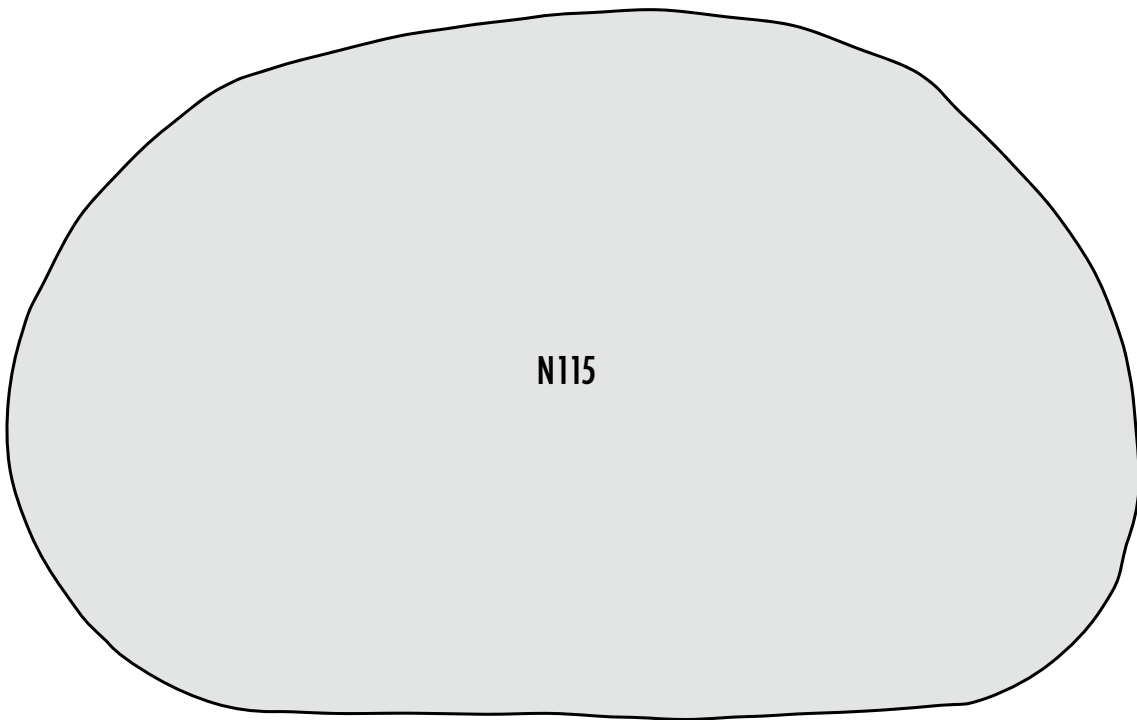
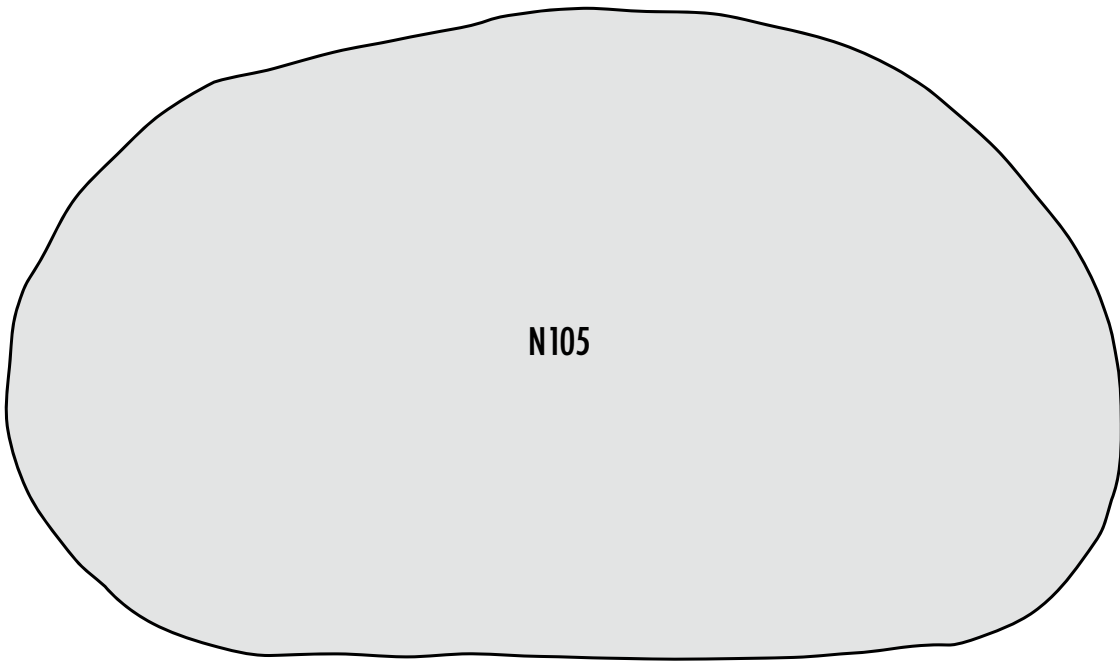


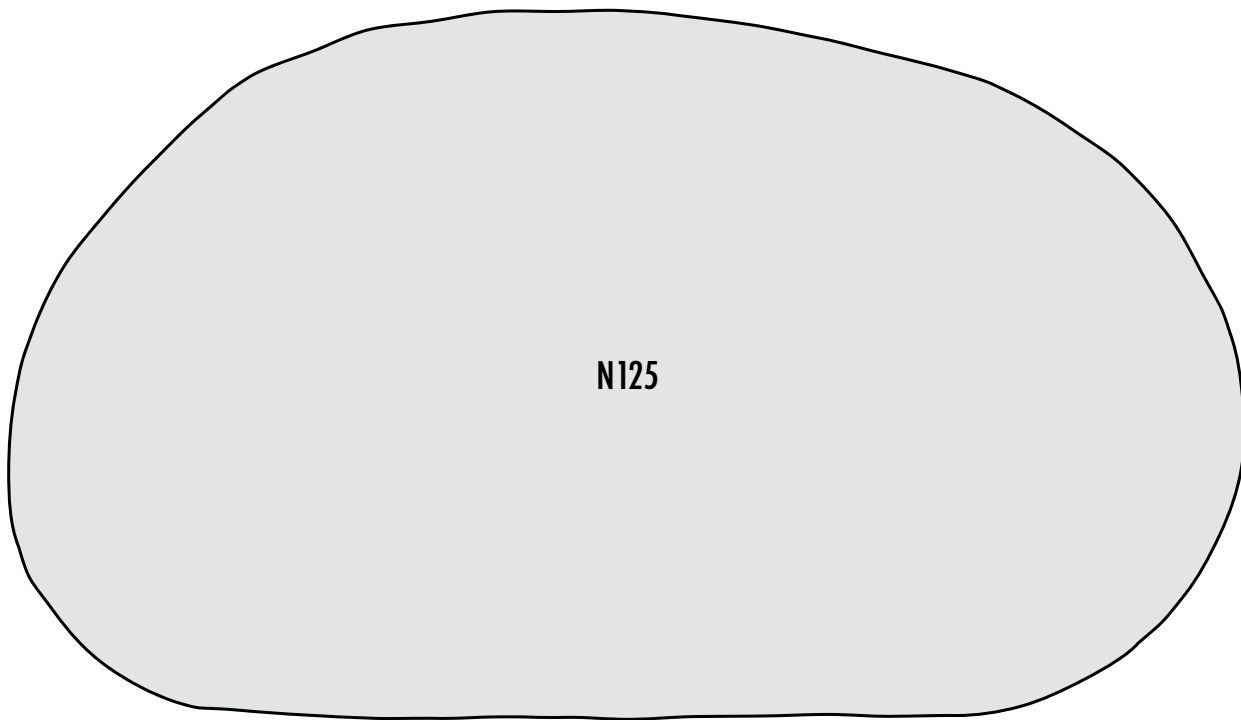




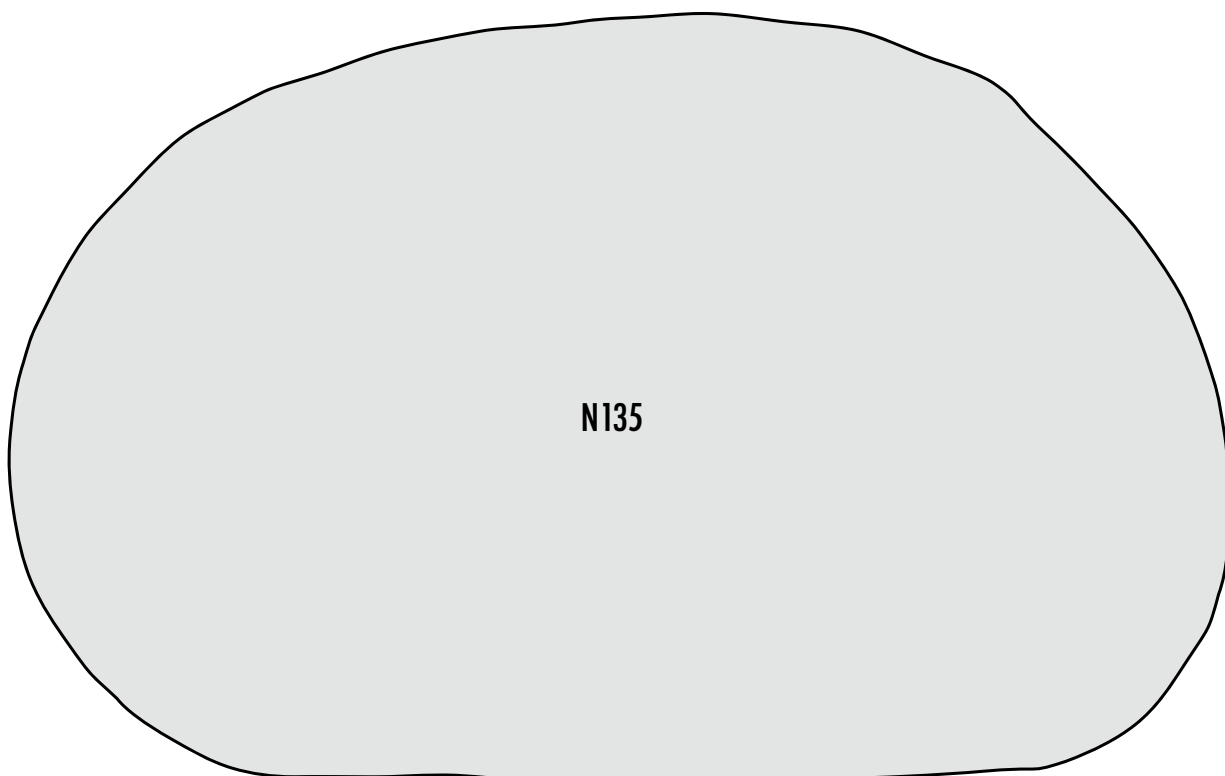




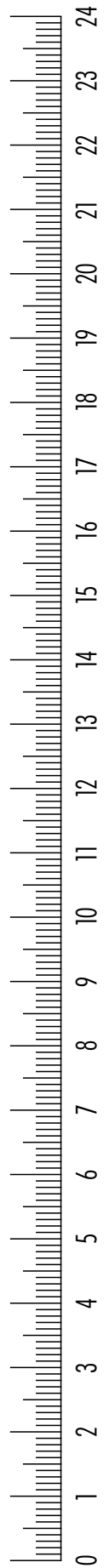


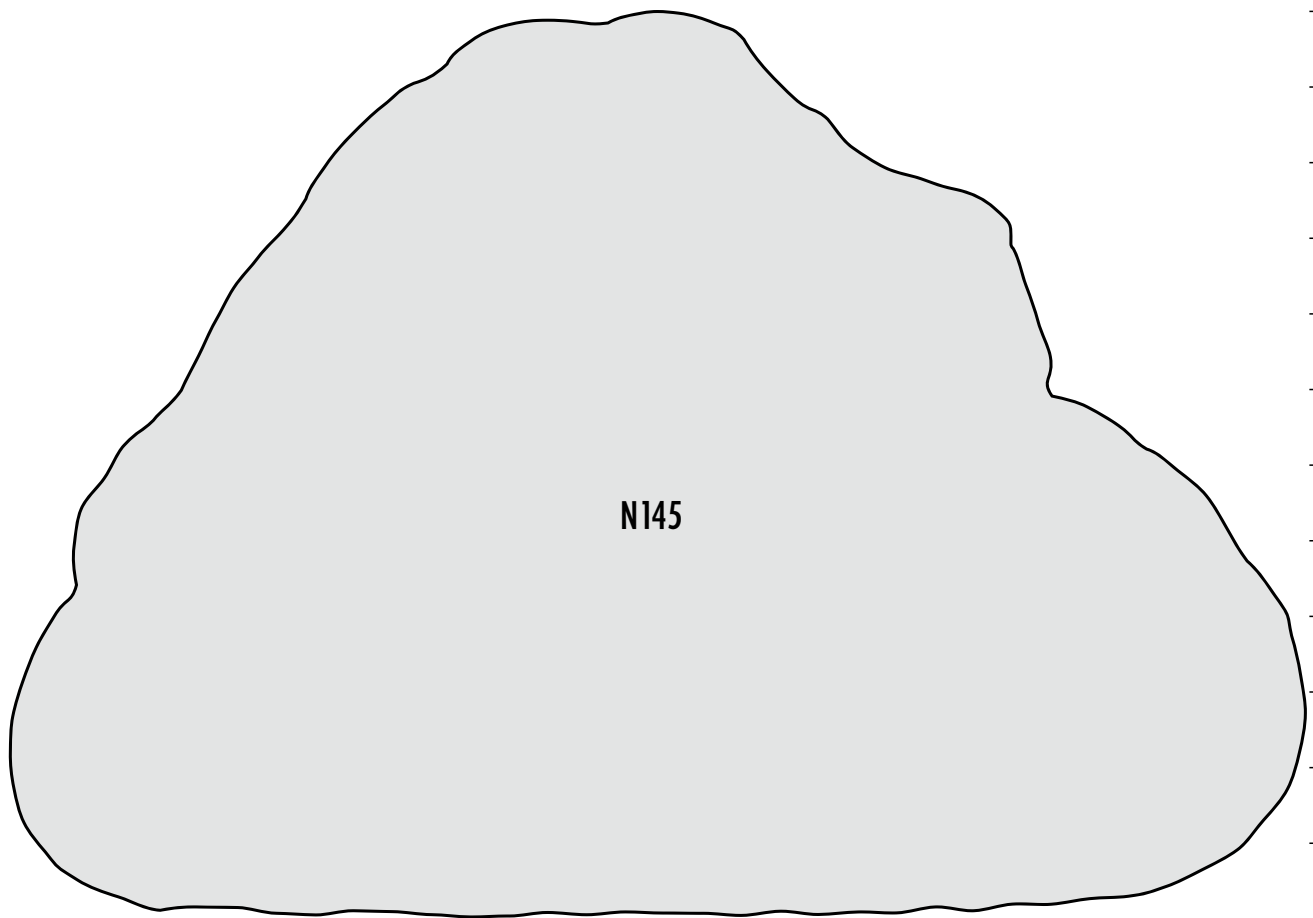


N125

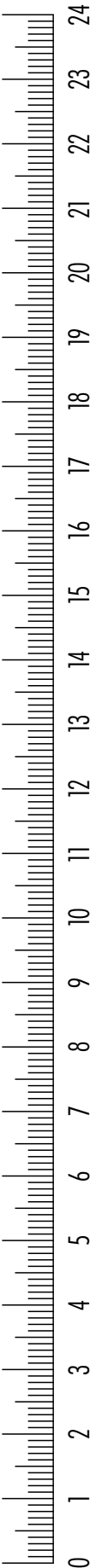


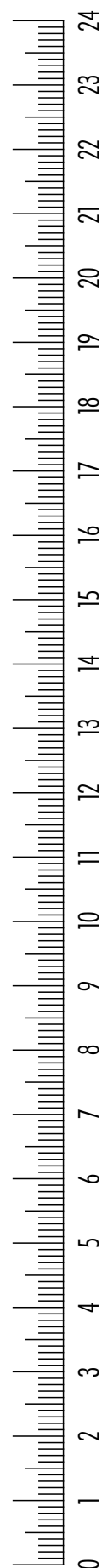
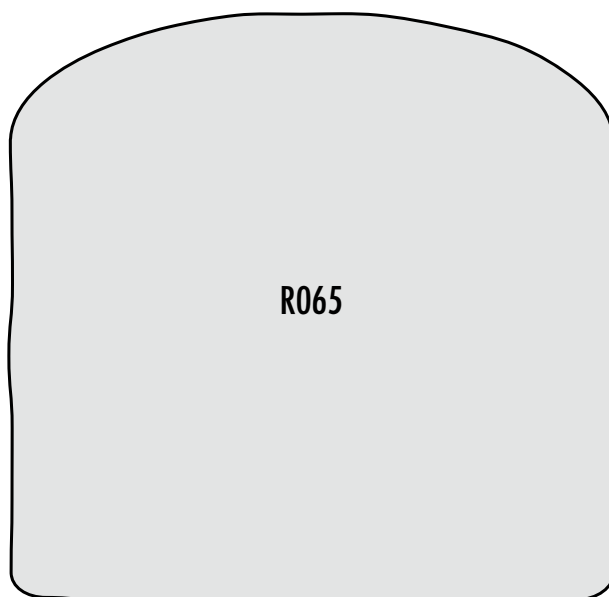
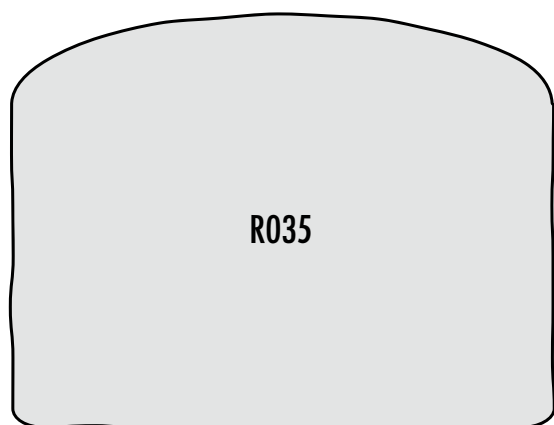
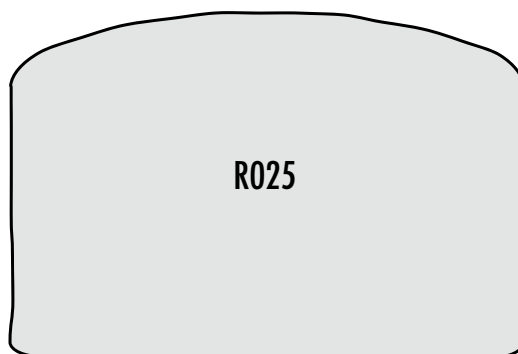
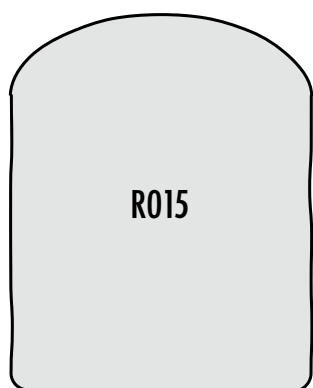
N135

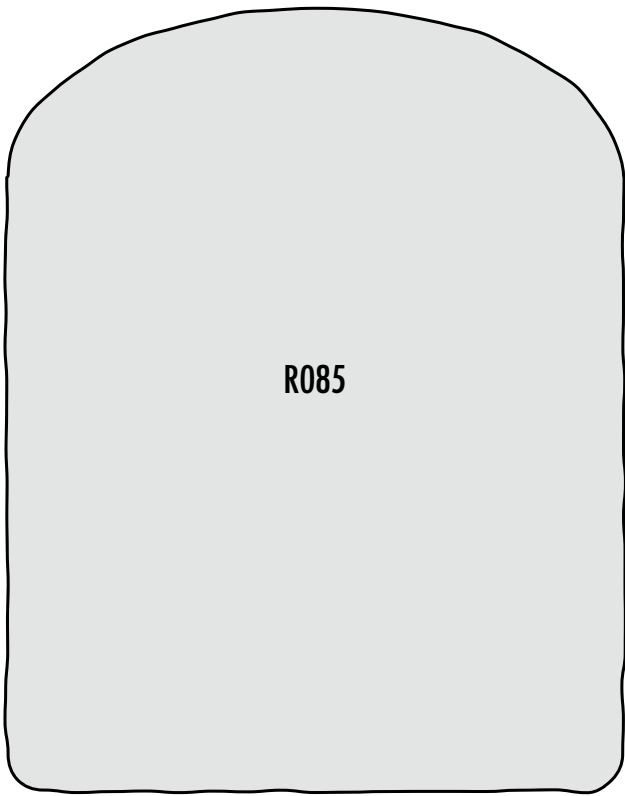




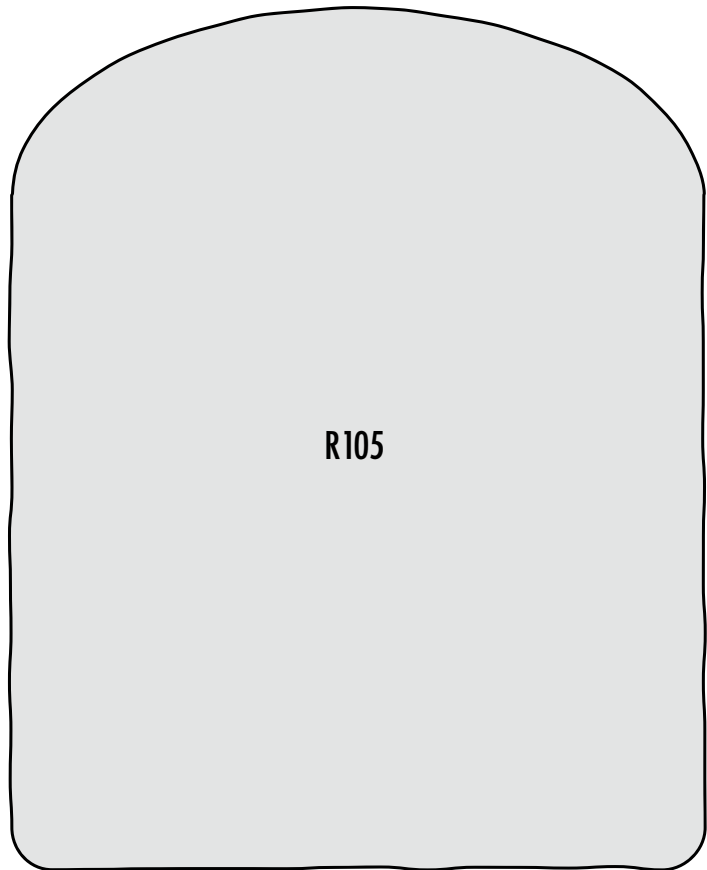
N145





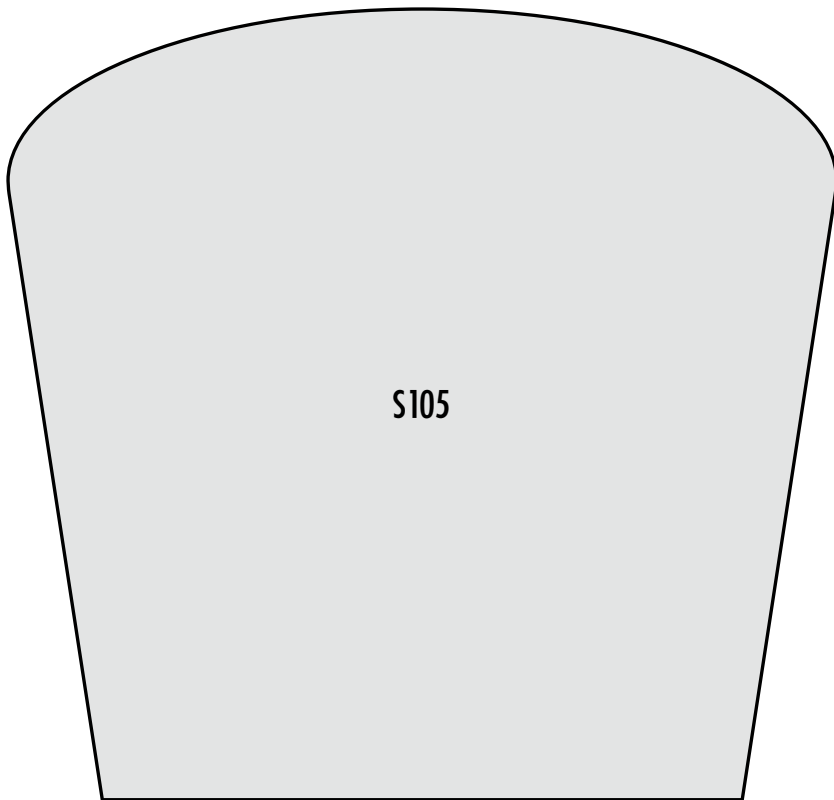
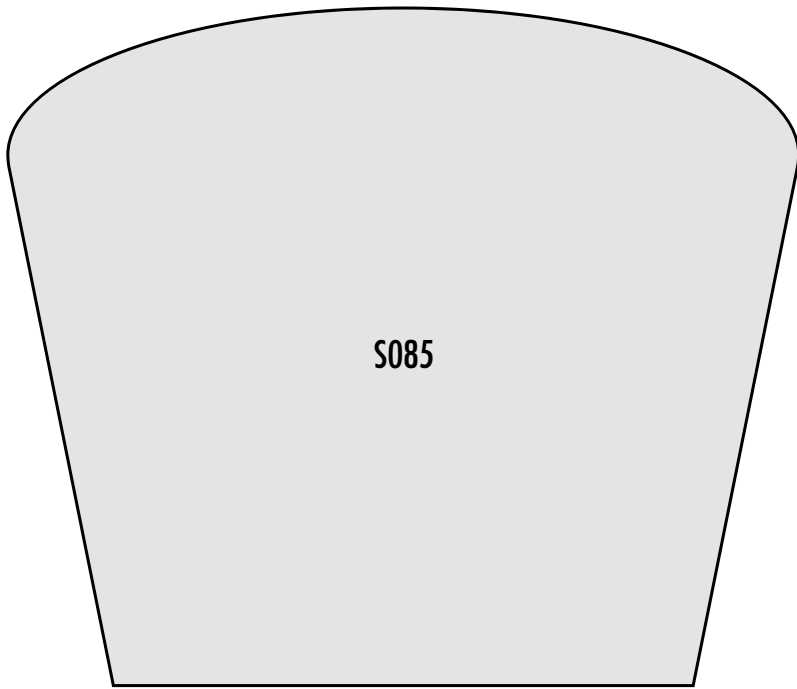


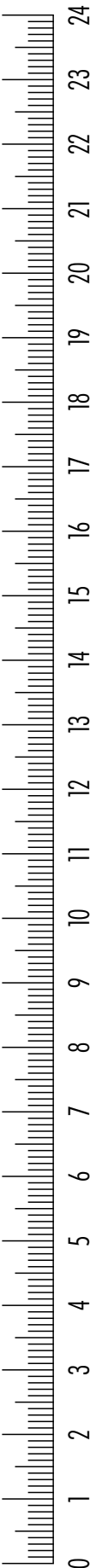
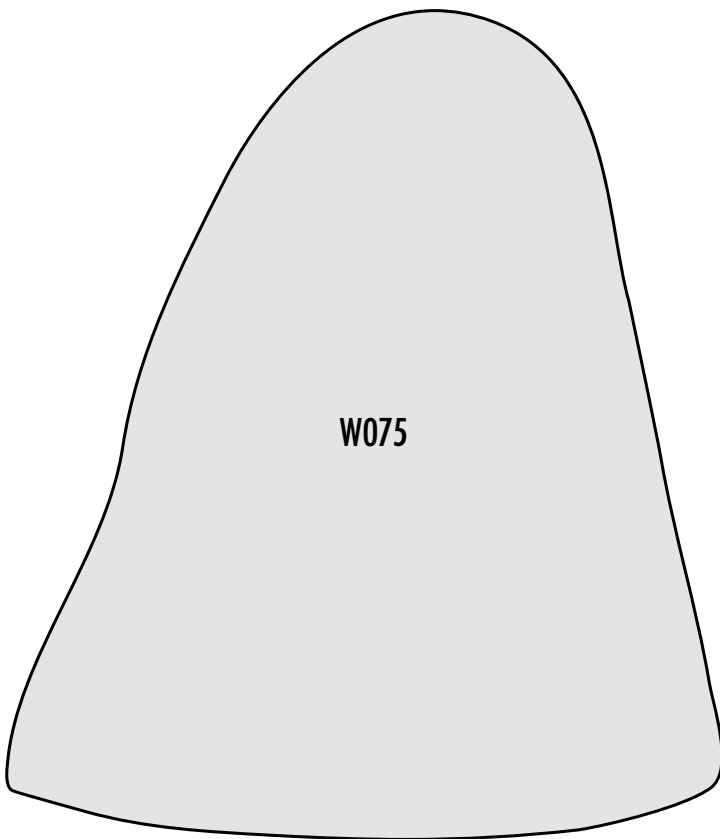
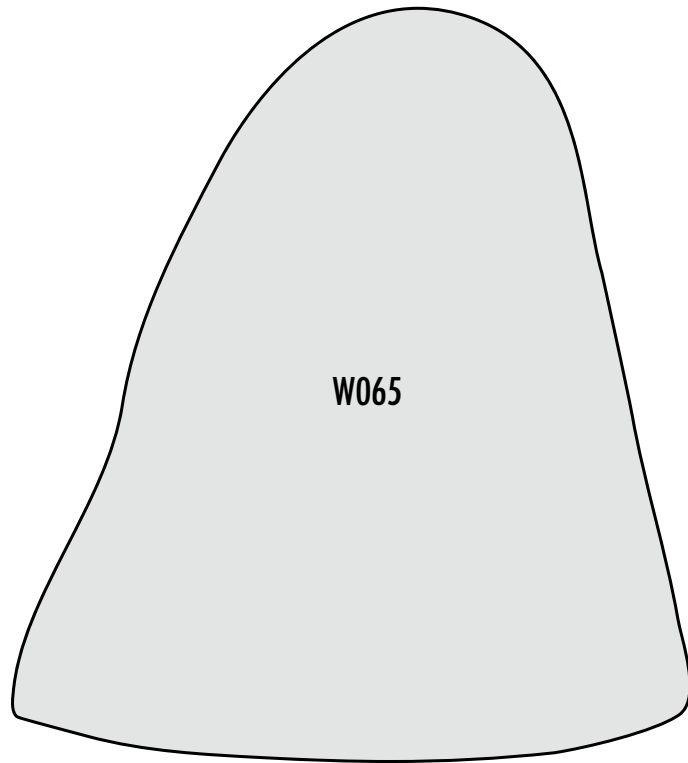
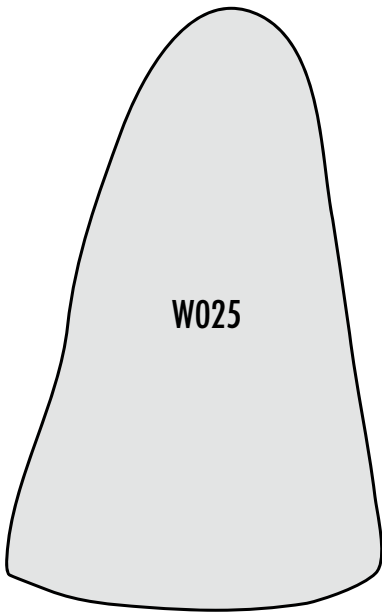
R085

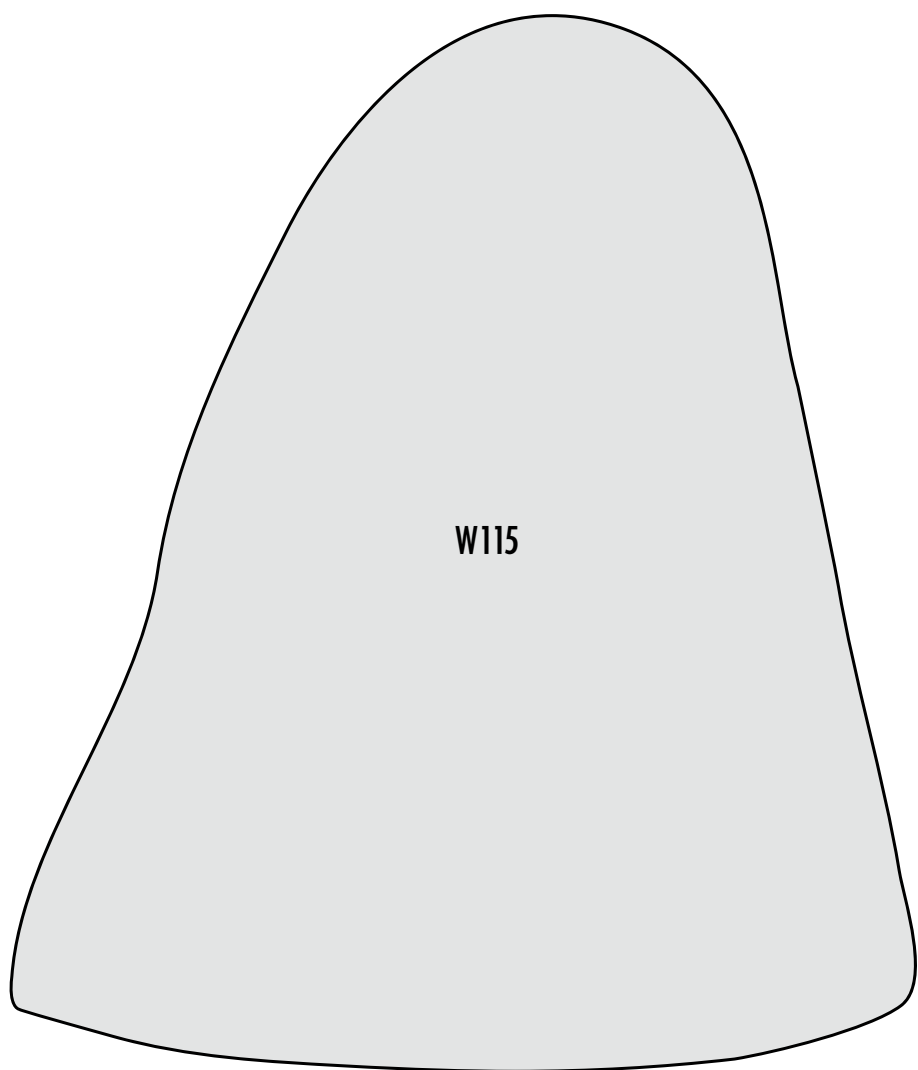


R105

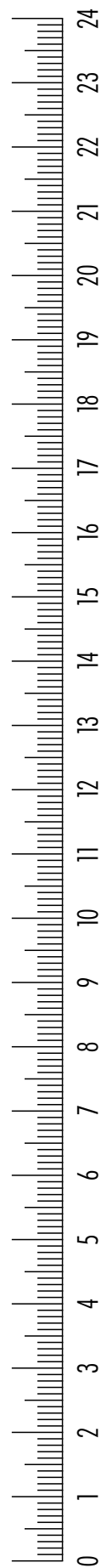


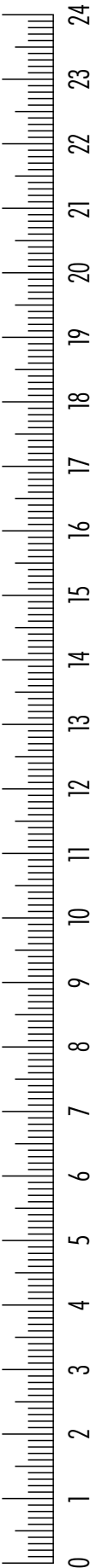
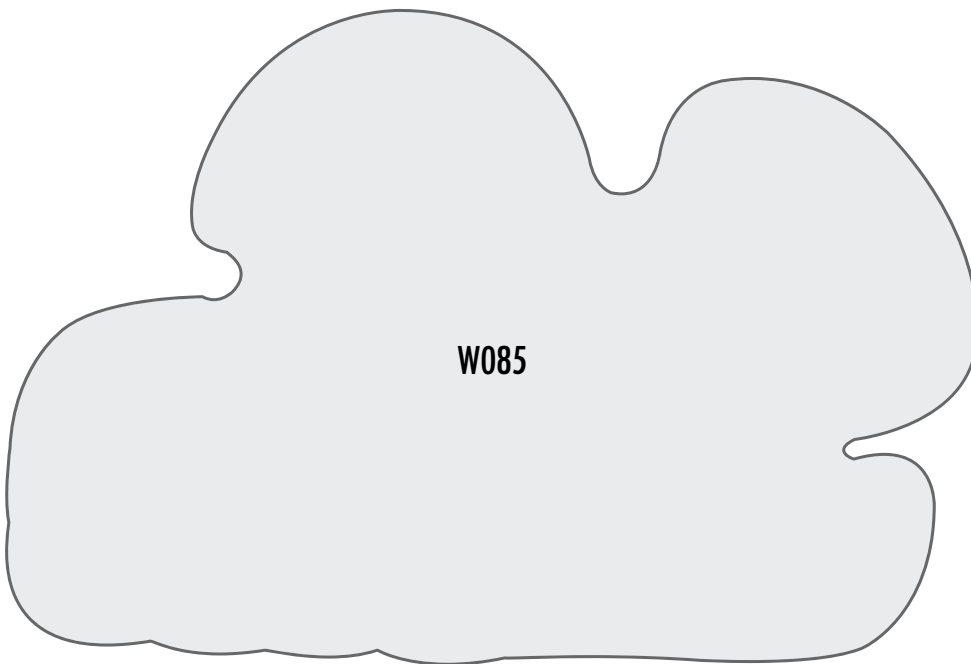
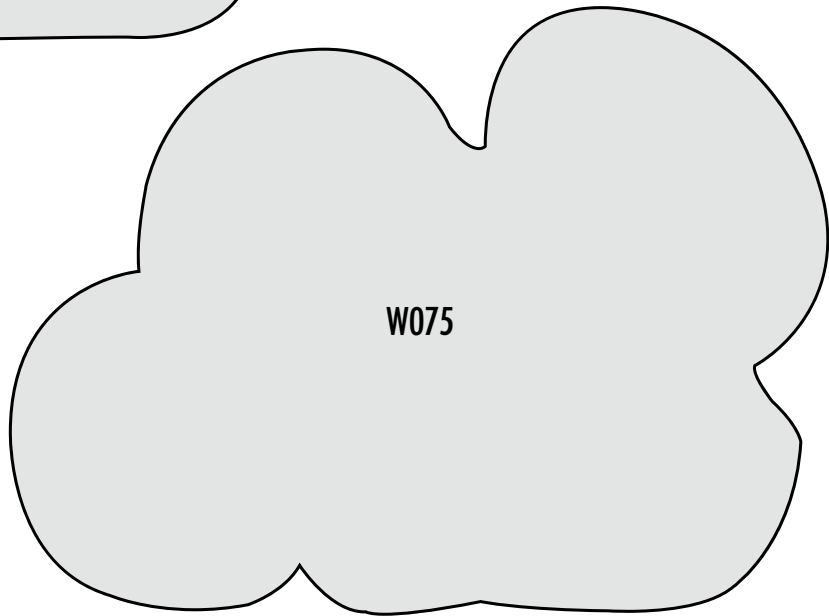
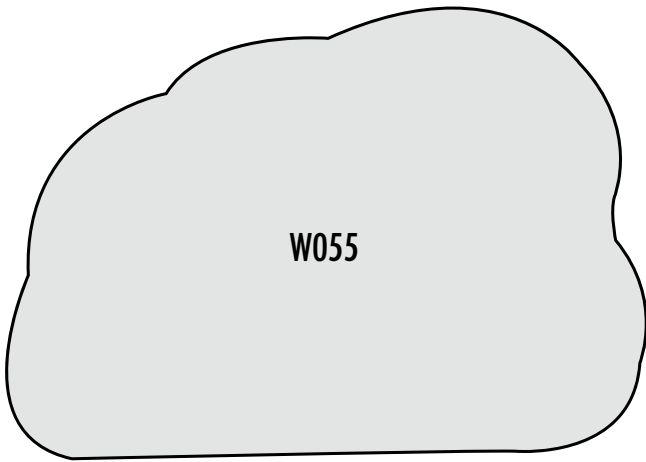


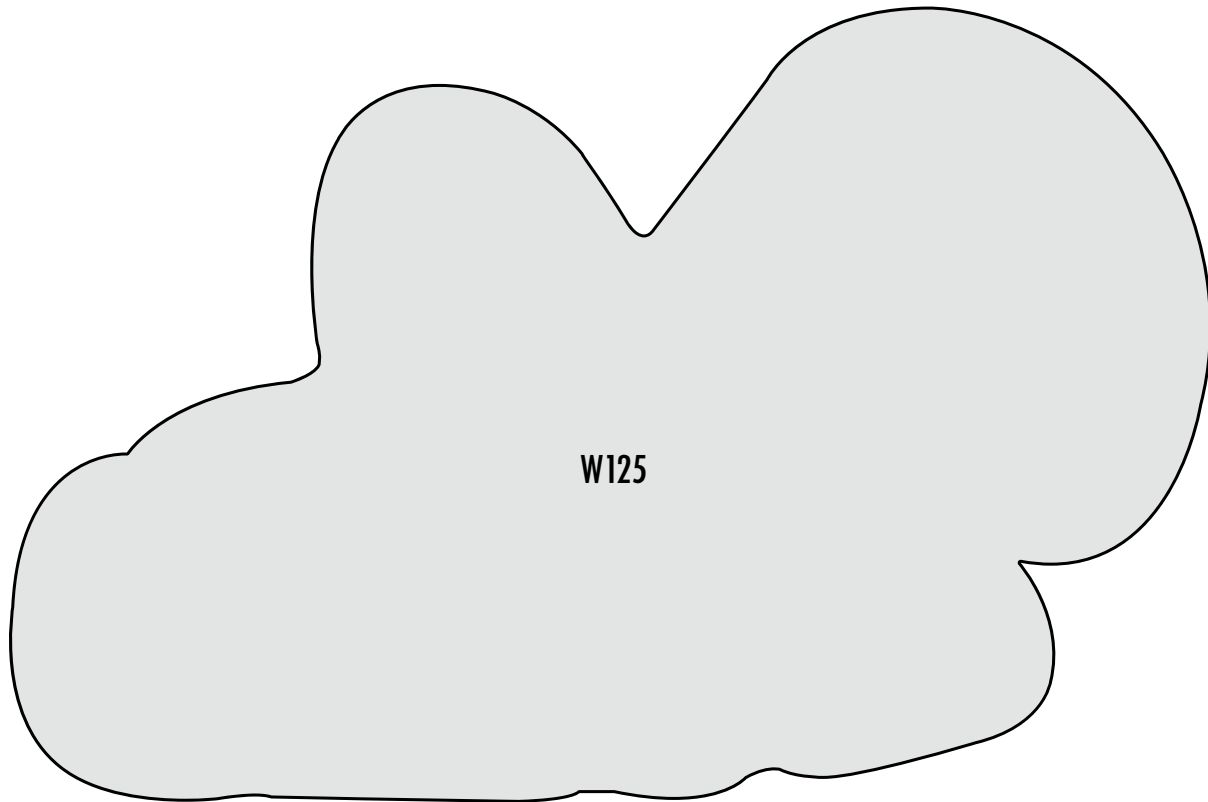
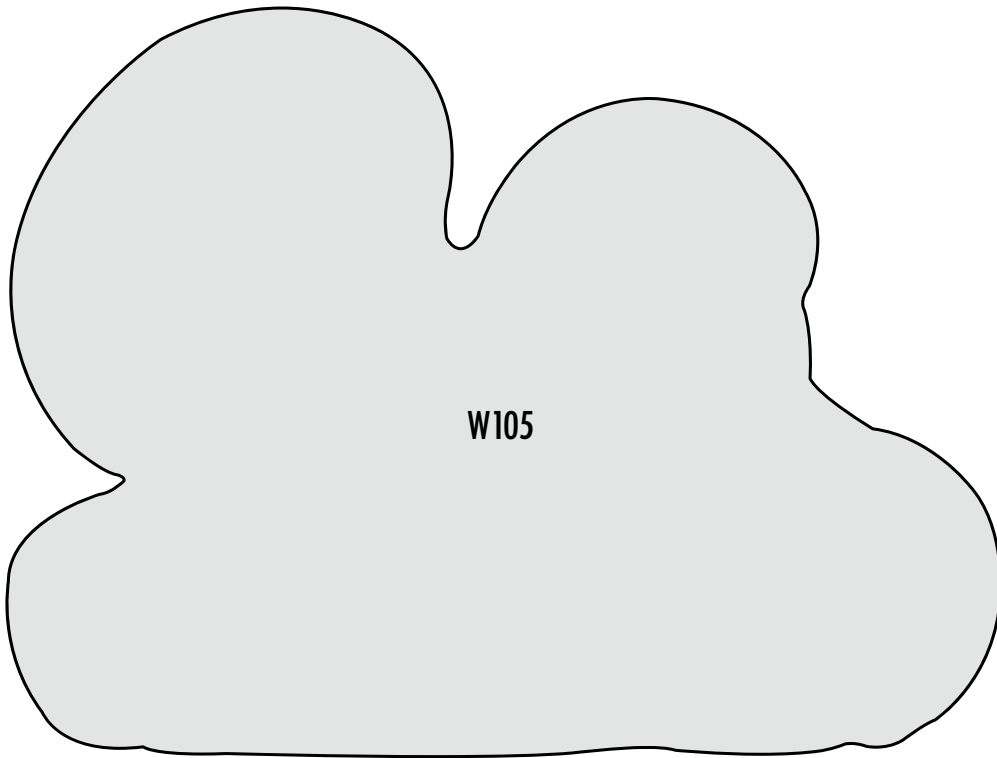


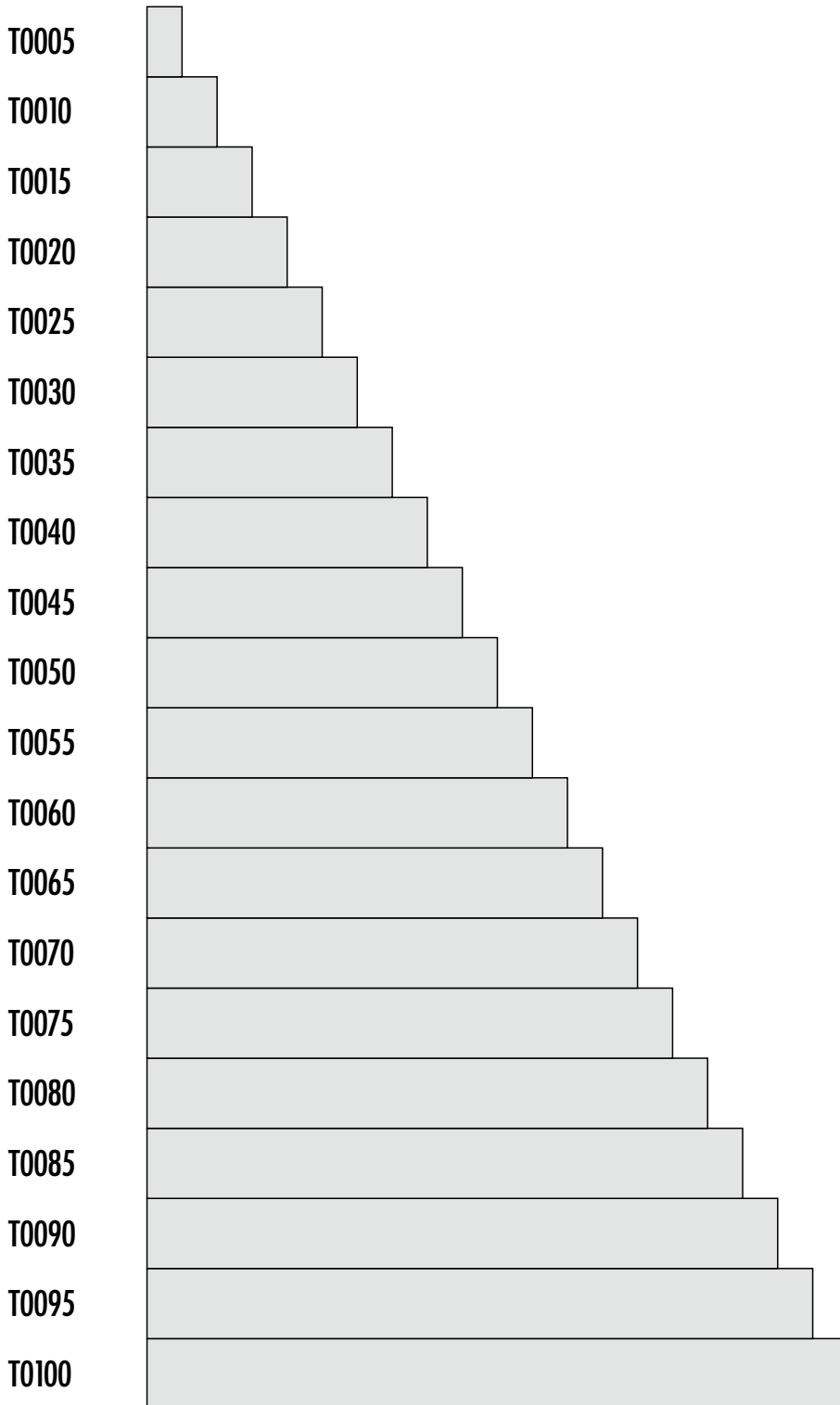
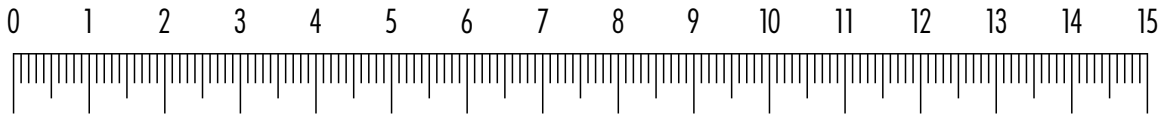


W115











1 - 1



1 - 2



1 - 3



1 - 4



1 - 5



1 - 6



2 - 1



2 - 2



2 - 3



2 - 4



2 - 5



2 - 6



3 - 1



3 - 2



3 - 3



3 - 4



3 - 5



4 - 1



4 - 2



4 - 3



4 - 4



4 - 5



4 - 6



5 - 1



5 - 2



5 - 3



5 - 4



5 - 5



7 - 1



7 - 2



7 - 3



7 - 4



7 - 5



8 - 1



8 - 2



8 - 3



8 - 4



9 - 1



9 - 2



9 - 3



9 - 4



10 - 1



10 - 2



10 - 3



10 - 4



10 - 5



10 - 6



11 - 1



11 - 2



11 - 3



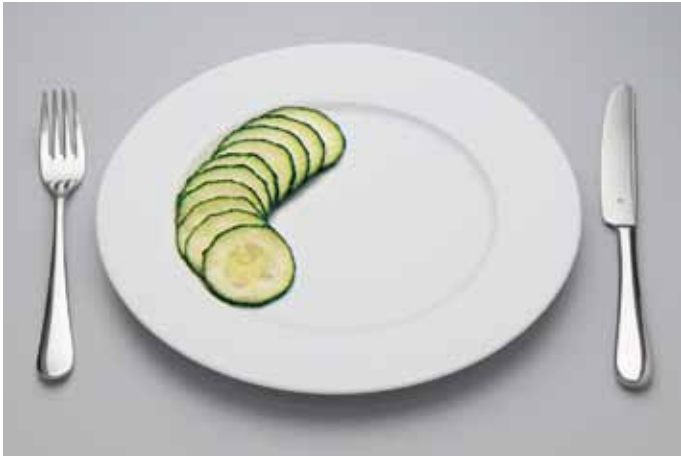
11 - 4



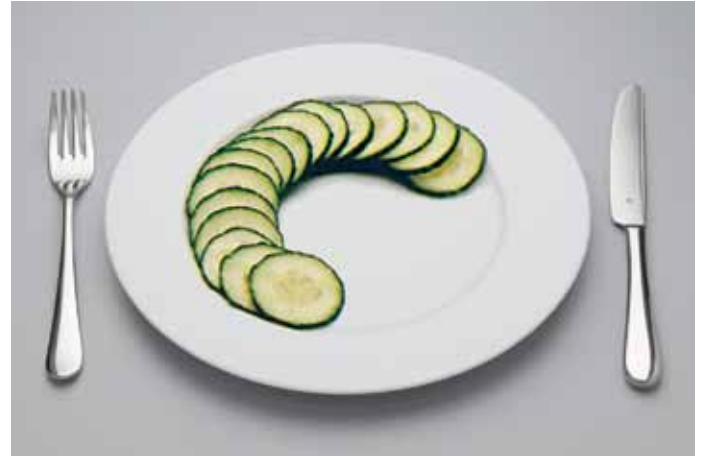
11 - 5



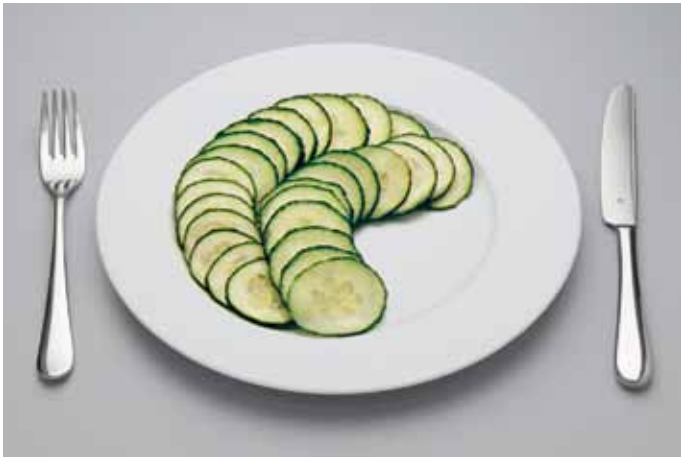
11 - 6



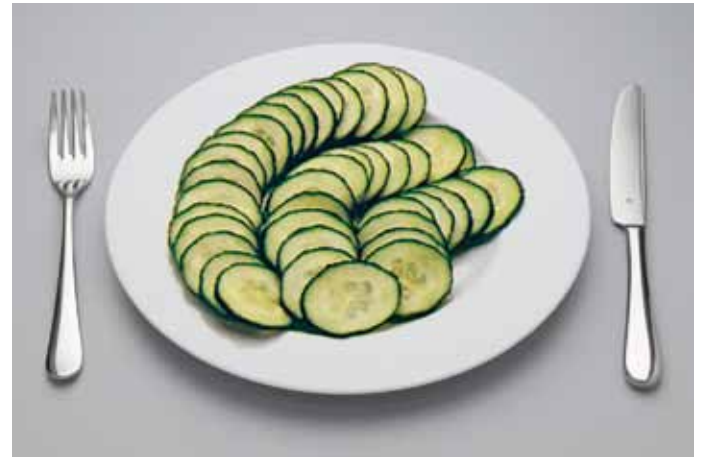
12 - 1



12 - 2



12 - 3



12 - 4



13 - 1



13 - 2



13 - 3



13 - 4



13 - 5



14 - 1



14 - 2



14 - 3



14 - 4



15 - 1



15 - 2



15 - 3



15 - 4



15 - 5



16 - 1



16 - 2



16 - 3



16 - 4



16 - 5



17 - 1



17 - 2



17 - 3



17 - 4



17 - 5



18 - 1



18 - 2



18 - 3



18 - 4



18 - 5



19 - 1



19 - 2



19 - 3



19 - 4



19 - 5



19 - 6



21 - 1



21 - 2



21 - 3



21 - 4



21 - 5



23 - 1



23 - 2



23 - 3



23 - 4



24 - 1



24 - 2



24 - 3



24 - 4



24 - 5



25 - 1



25 - 2



25 - 3



25 - 4



25 - 5



26 - 1



26 - 2



26 - 3



26 - 4



26 - 5



27 - 1



27 - 2



27 - 3



27 - 4



27 - 5



28-29 - 1



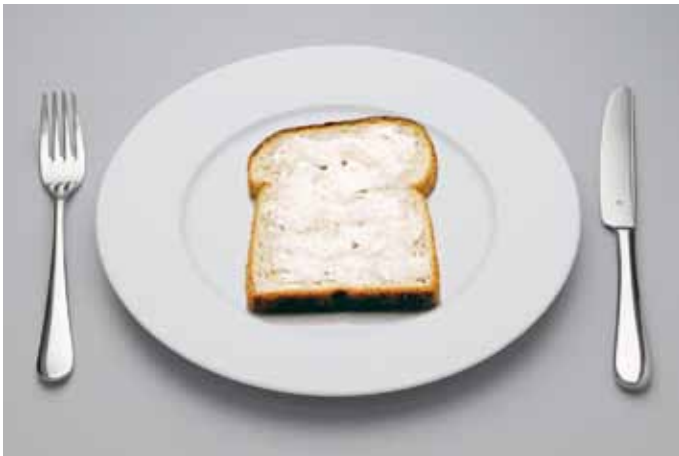
28-29 - 2



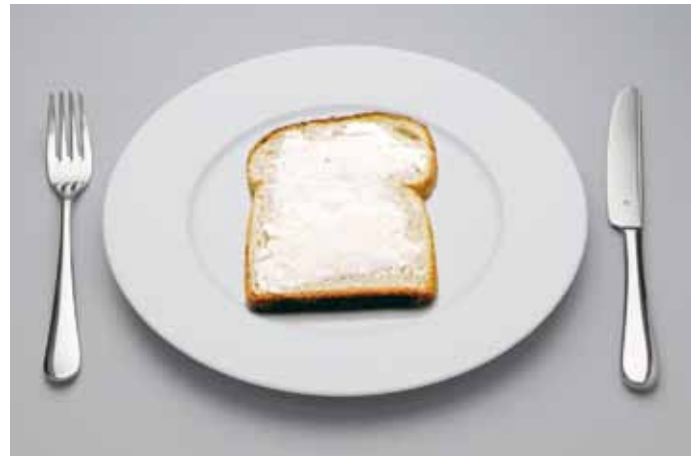
28-29 - 3



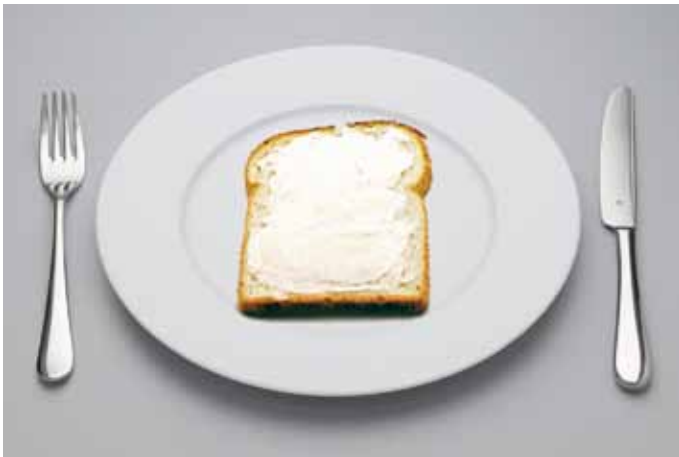
28-29 - 4



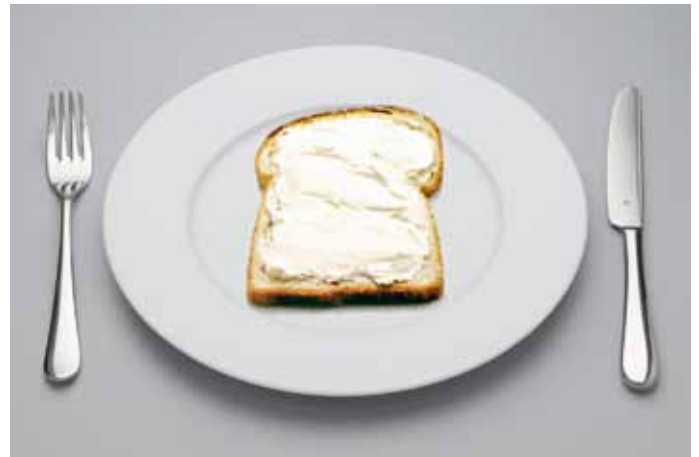
33 - 1



33 - 2



33 - 3



33 - 4



35 - 1



35 - 2



35 - 3



35 - 4



35 - 5



35 - 6



36 - 1



36 - 2



36 - 3



36 - 4



36 - 5



36 - 6



40 - 1



40 - 2



40 - 3



40 - 4



41 - 1



41 - 2



41 - 3



41 - 4



43 - 1



43 - 2



43 - 3



43 - 4



43 - 5



50 - 1



50 - 2



50 - 3



50 - 4



51 - 1



51 - 2



51 - 3



51 - 4



51 - 5



52 - 1



52 - 2



52 - 3



52 - 4



52 - 5



54 - 1



54 - 2



54 - 3



54 - 4



55 - 1



55 - 2



55 - 3



55 - 4



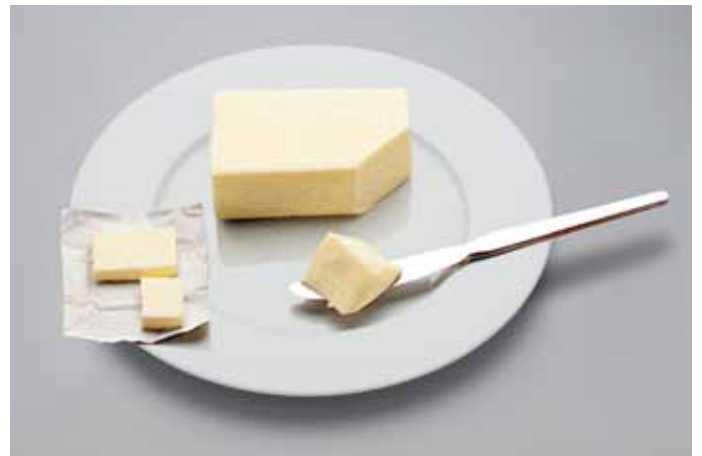
57 - 1



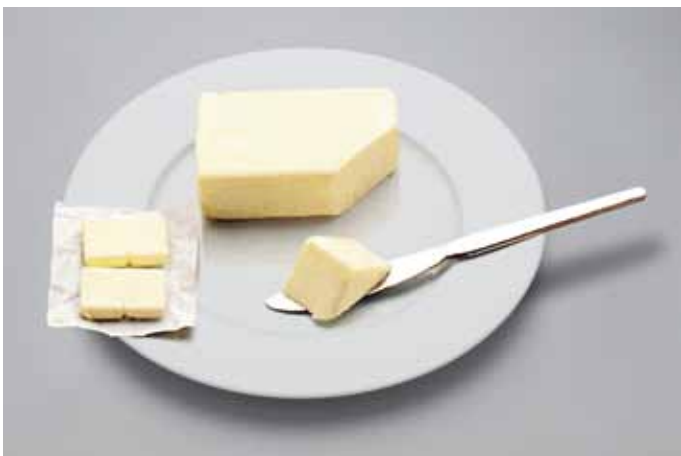
57 - 2



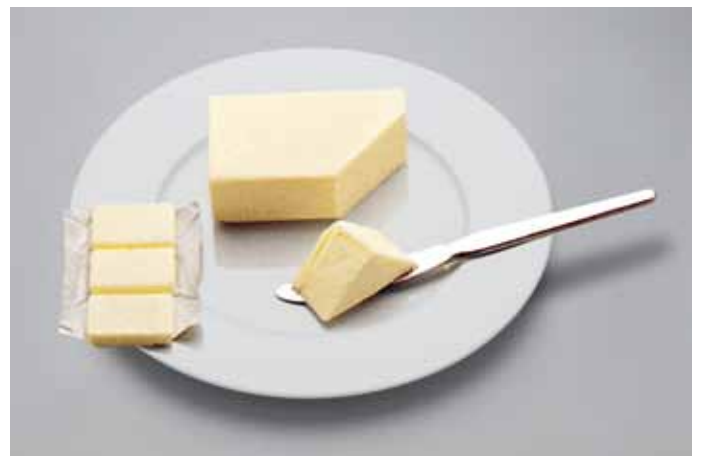
57 - 3



57 - 4



57 - 5



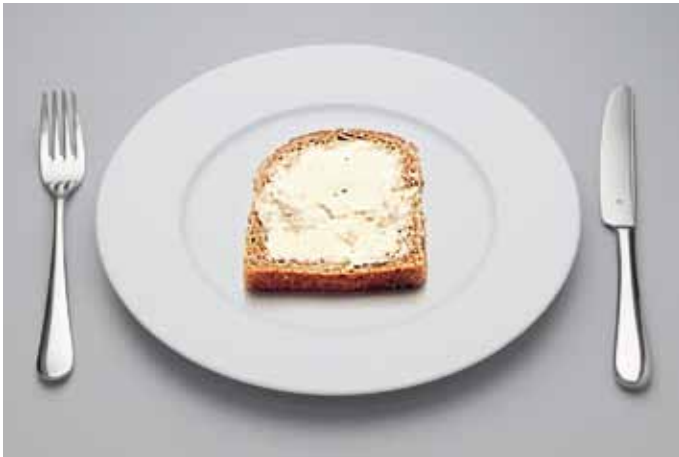
57 - 6



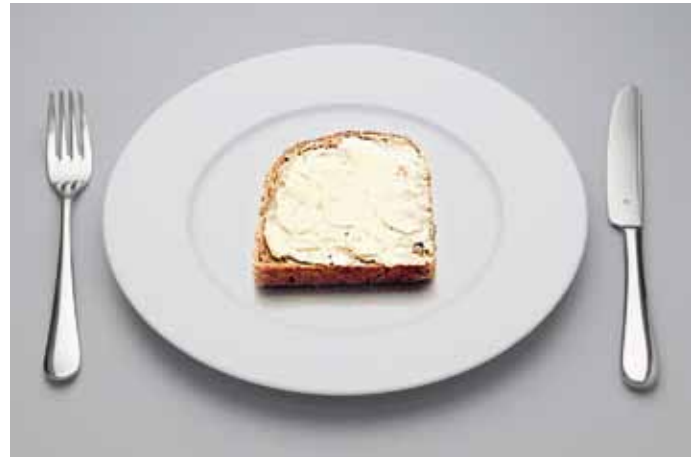
58 - 1



58 - 2



58 - 3



58 - 4



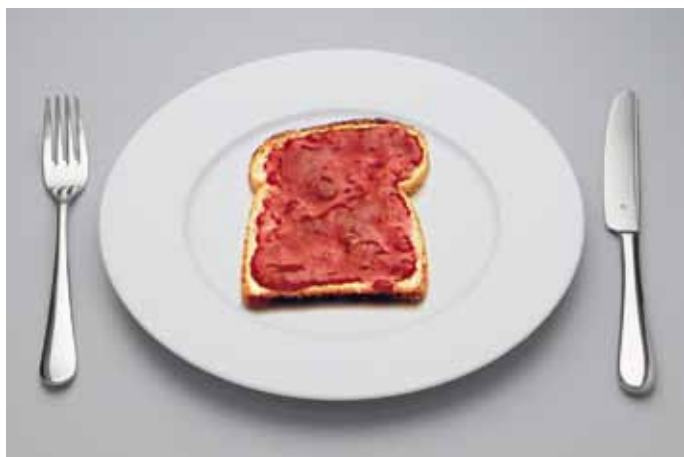
58 - 5



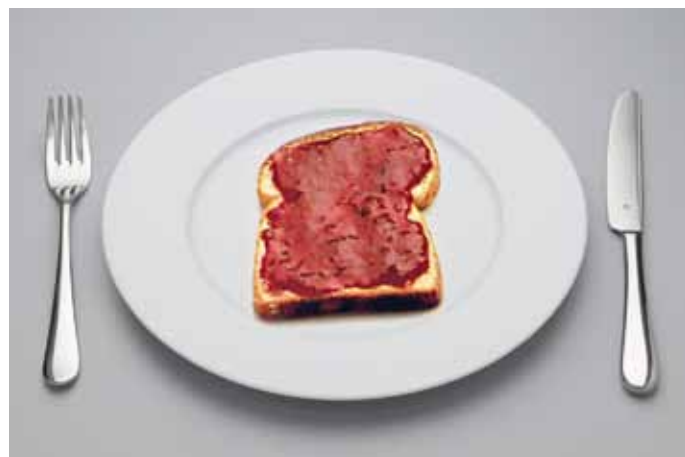
59 - 1



59 - 2



59 - 3



59 - 4



64 - 1



64 - 2



64 - 3



64 - 4



64 - 5



69 - 1



69 - 2



69 - 3



69 - 4



69 - 5



70 - 1



70 - 2



70 - 3



70 - 4



75 - 1



75 - 2



75 - 3



75 - 4



75 - 5



75 - 6



76 - 1



76 - 2



76 - 3



76 - 4



76 - 5



76 - 6



77 - 1



77 - 2



77 - 3



77 - 4



77 - 5



77 - 6



78 - 1



78 - 2



78 - 3



78 - 4



78 - 5



78 - 6



85 - 1



85 - 2



85 - 3



85 - 4



85 - 5



88 - 1



88 - 2



88 - 3



88 - 4



88 - 5



91 - 1



91 - 2



91 - 3



91 - 4



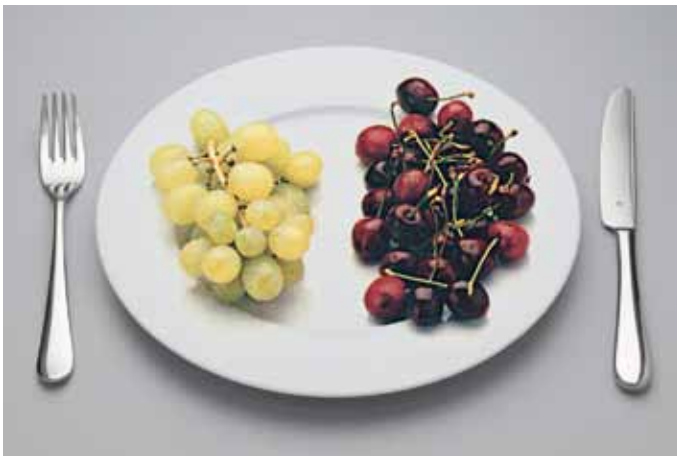
91 - 5



92-93 - 1



92-93 - 2



92-93 - 3



92-93 - 4



92-93 - 5



92-93 - 6



101 - 1



101 - 2



101 - 3



101 - 4



102 - 1



102 - 2



102 - 3



102 - 4



102 - 5



106 - 1



106 - 2



106 - 3



106 - 4



106 - 5



106 - 6



107 - 1



107 - 2



107 - 3



107 - 4



107 - 5



108 - 1



108 - 2



108 - 3



108 - 4



108 - 5



201 - 1



201 - 2



201 - 3



201 - 4



201 - 5



202 - 1



202 - 2



202 - 3



202 - 4



202 - 5



302 - 1



302 - 2



302 - 3



302 - 4



401 - 1



401 - 2



401 - 3



401 - 4



401 - 5



401 - 6



406 - 1



406 - 2



406 - 3



406 - 4



406 - 5



501 - 1



501 - 2



501 - 3



501 - 4



503 - 1



503 - 2



503 - 3



503 - 4



503 - 5



503 - 6



506 - 1



506 - 2



506 - 3



506 - 4



507 - 1



507 - 2



507 - 3



507 - 4



507 - 5



509 - 1



509 - 2



509 - 3



509 - 4



509 - 5



515 - 1



515 - 2



515 - 3



515 - 4



515 - 5



516 - 1



516 - 2



516 - 3



516 - 4



516 - 5



516 - 6



517 - 1



517 - 2



517 - 3



517 - 4



517 - 5



517 - 6



801 - 1



801 - 2



801 - 3



801 - 4



801 - 5



801 - 6



802 - 1



802 - 2



802 - 3



802 - 4



802 - 5



802 - 6



803 - 1



803 - 2



803 - 3



803 - 4



803 - 5



803 - 6



804 - 1



804 - 2



804 - 3



804 - 4



804 - 5



804 - 6



805 - 1



805 - 2



805 - 3



805 - 4



805 - 5



805 - 6



808 - 1



808 - 2



808 - 3



808 - 4



808 - 5



808 - 6



809 - 1



809 - 2



809 - 3



809 - 4



809 - 5



809 - 6



810 - 1



810 - 2



810 - 3



810 - 4



810 - 5



810 - 6



811 - 1



811 - 2



811 - 3



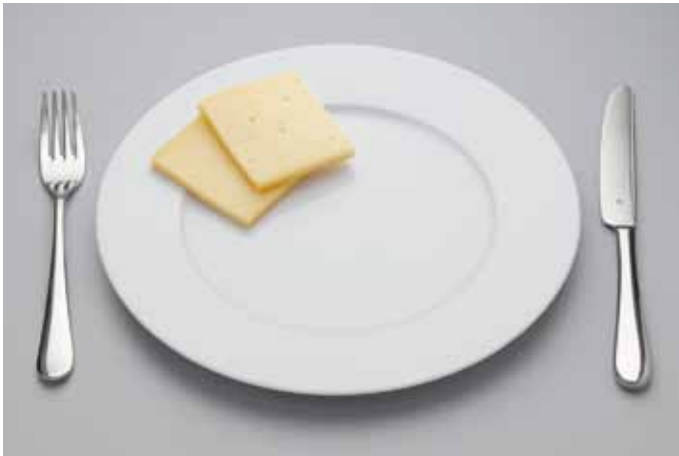
811 - 4



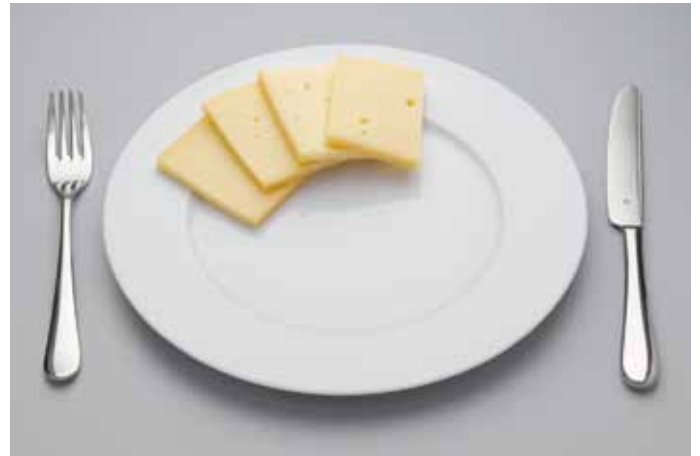
811 - 5



811 - 6



812 - 1



812 - 2



812 - 3



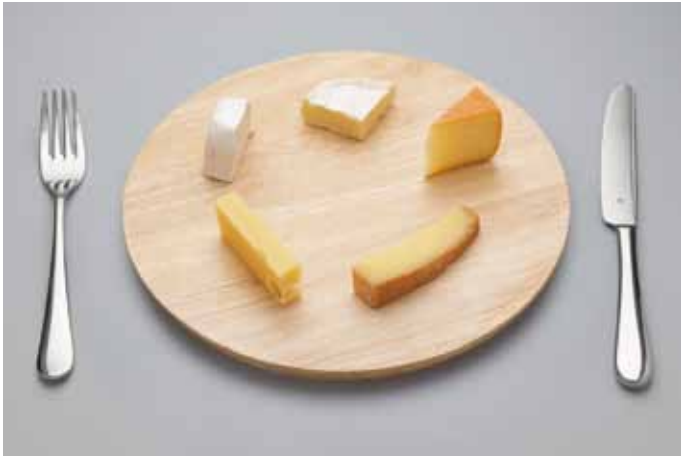
812 - 4



812 - 5



812 - 6



813 - 1



813 - 2



813 - 3



813 - 4



813 - 5



815 - 1



815 - 2



815 - 3



815 - 4



815 - 5



815 - 6



816 - 1



816 - 2



816 - 3



816 - 4



816 - 5



816 - 6



817 - 1



817 - 2



817 - 3



817 - 4



817 - 5



817 - 6



818 - 1



818 - 2



818 - 3



818 - 4



818 - 5



818 - 6



819 - 1



819 - 2



819 - 3



819 - 4



819 - 5



819 - 6



820 - 1



820 - 2



820 - 3



820 - 4



820 - 5



820 - 6



821 - 1



821 - 2



821 - 3



821 - 4



821 - 5



821 - 6



822 - 1



822 - 2



822 - 3



822 - 4



822 - 5



822 - 6



825 - 1



825 - 2



825 - 3



825 - 4



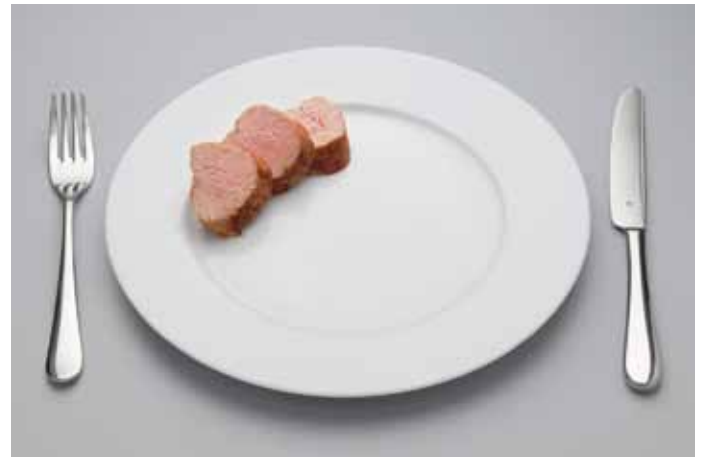
825 - 5



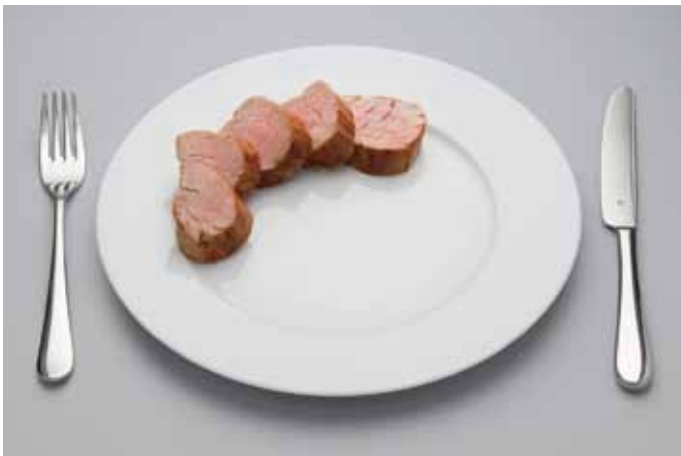
825 - 6



826 - 1



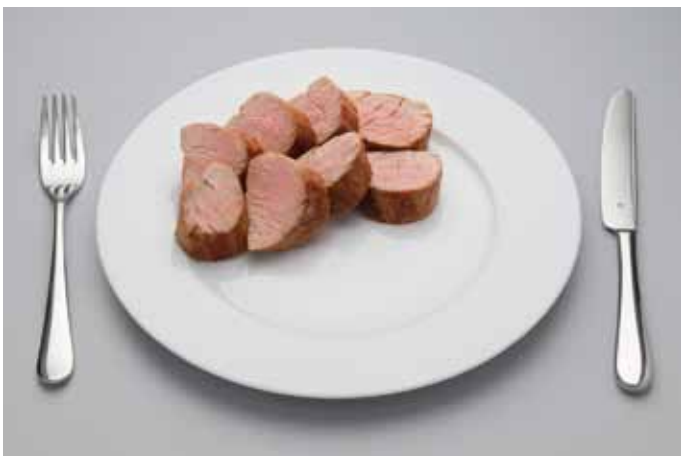
826 - 2



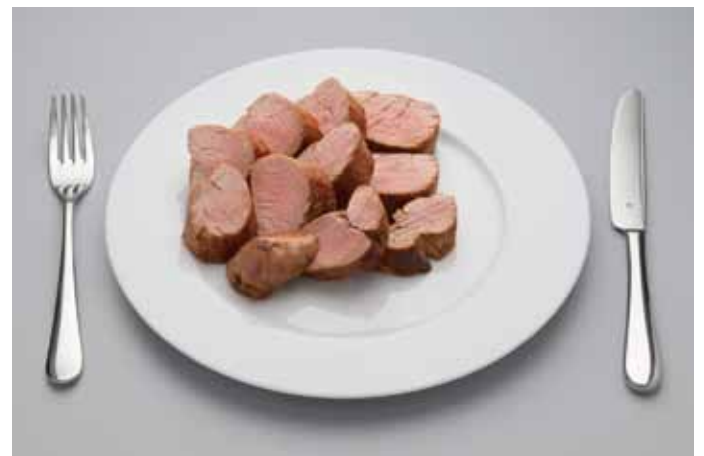
826 - 3



826 - 4



826 - 5



826 - 6



827 - 1



827 - 2



827 - 3



827 - 4



827 - 5



827 - 6



828 - 1



828 - 2



828 - 3



828 - 4



828 - 5



829 - 1



829 - 2



829 - 3



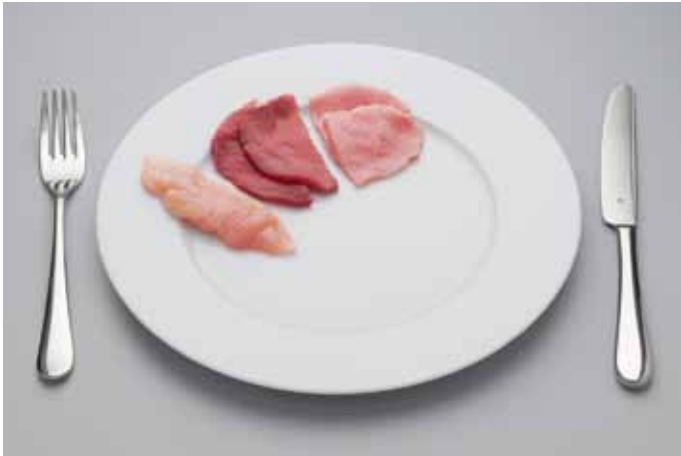
829 - 4



829 - 5



829 - 6



830 - 1



830 - 2



830 - 3



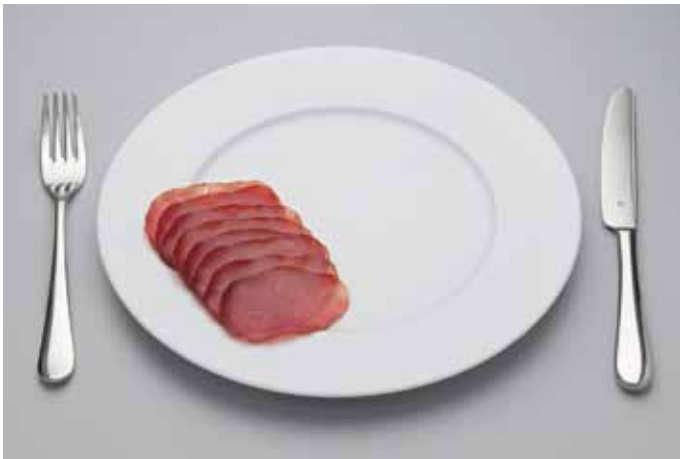
830 - 4



830 - 5



830 - 6



831 - 1



831 - 2



831 - 3



831 - 4



831 - 5



831 - 6



832 - 1



832 - 2



832 - 3



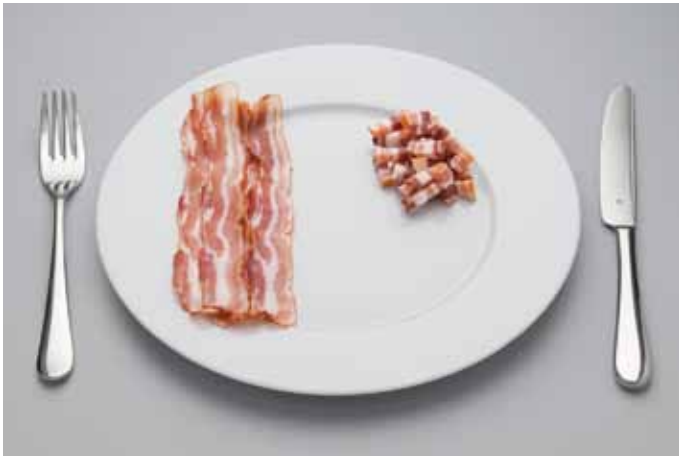
832 - 4



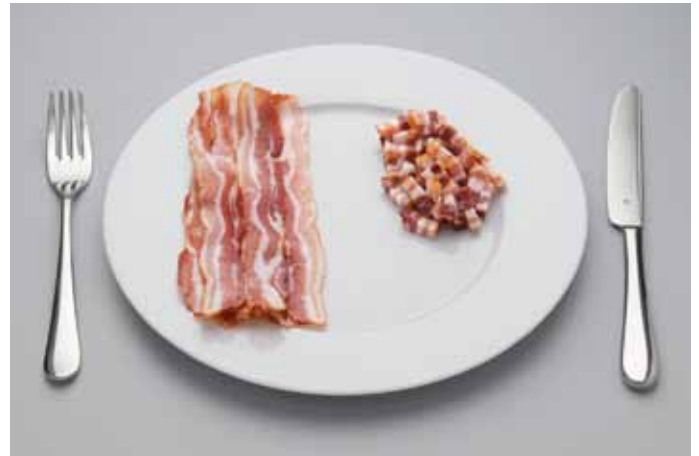
832 - 5



832 - 6



833 - 1



833 - 2



833 - 3



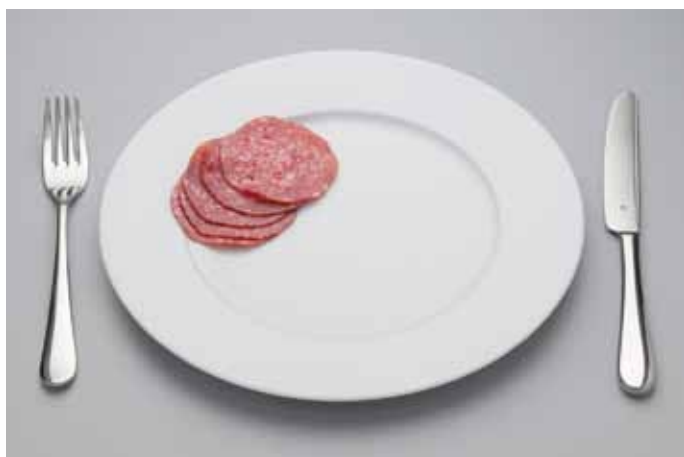
833 - 4



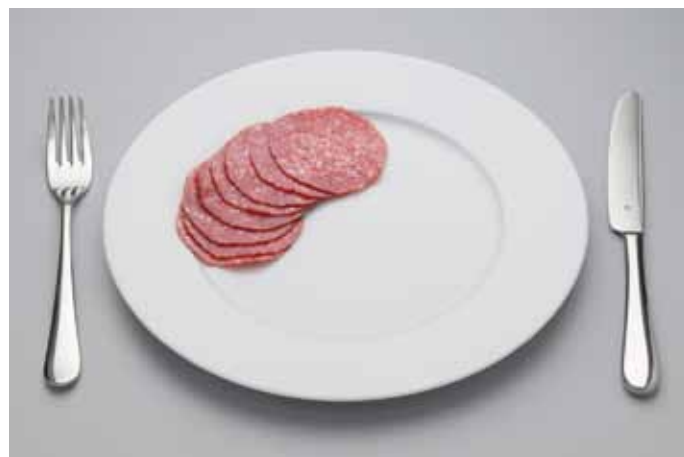
833 - 5



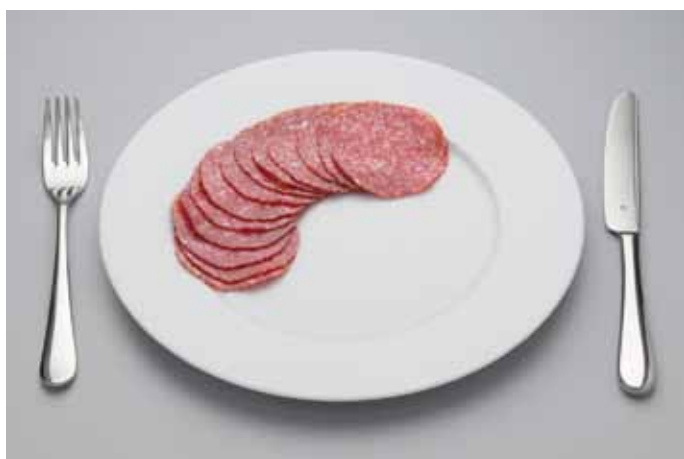
833 - 6



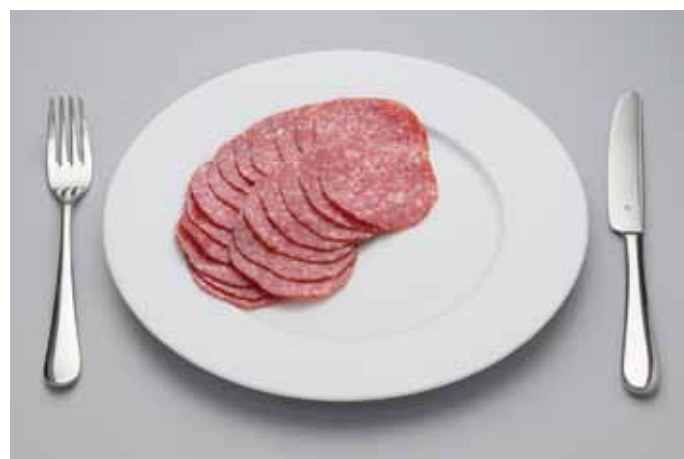
834 - 1



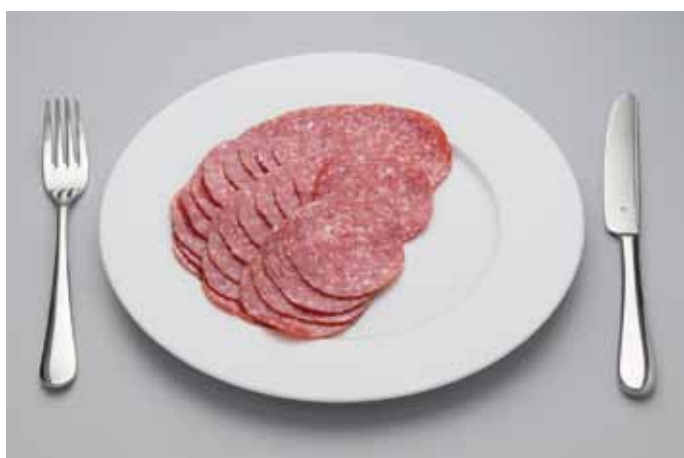
834 - 2



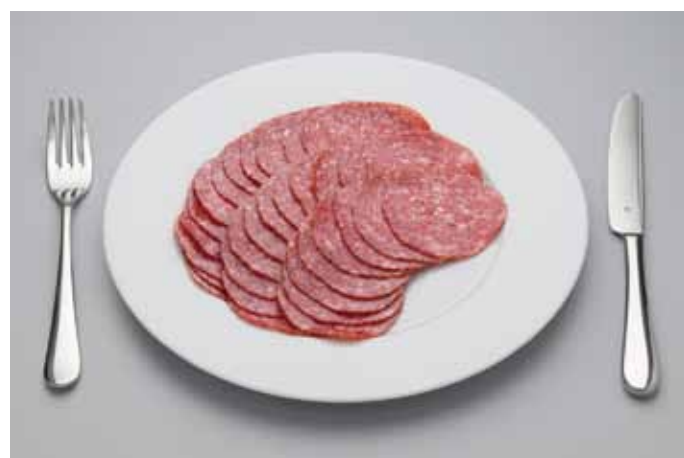
834 - 3



834 - 4



834 - 5



834 - 6



835 - 1



835 - 2



835 - 3



835 - 4



835 - 5



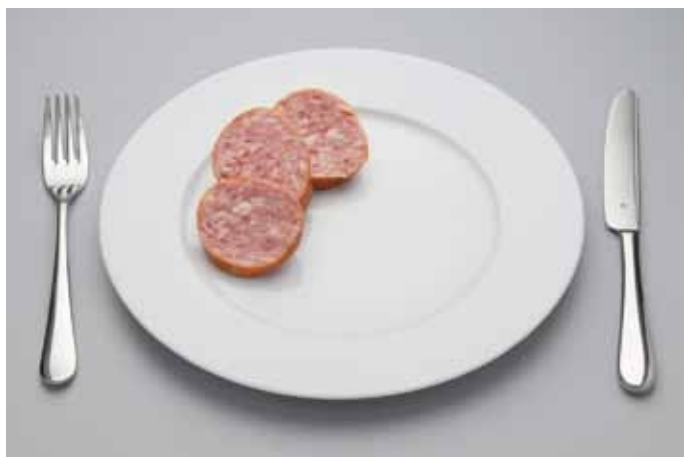
835 - 6



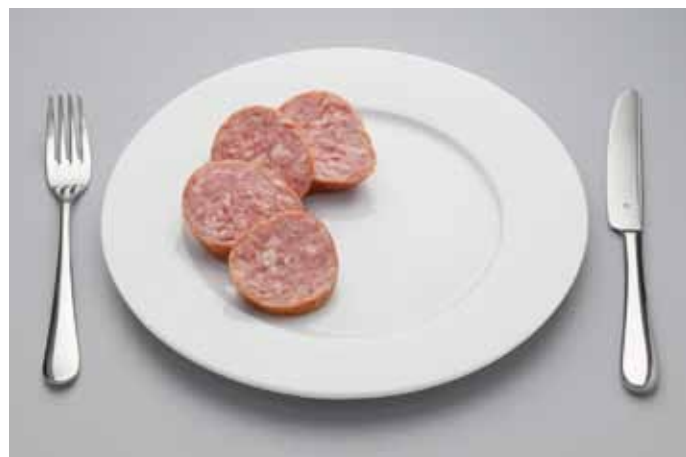
836 - 1



836 - 2



836 - 3



836 - 4



836 - 5



836 - 6



837 - 1



837 - 2



837 - 3



837 - 4



837 - 5



837 - 6



838 - 1



838 - 2



838 - 3



838 - 4



838 - 5



838 - 6



839 - 1



839 - 2



839 - 3



839 - 4



839 - 5



839 - 6



840 - 1



840 - 2



840 - 3



840 - 4



840 - 5



840 - 6



841 - 1



841 - 2



841 - 3



841 - 4



841 - 5



841 - 6



842 - 1



842 - 2



842 - 3



842 - 4



842 - 5



842 - 6



843 - 1



843 - 2



843 - 3



843 - 4



843 - 5



843 - 6



844 - 1



844 - 2



844 - 3



844 - 4



844 - 5



845 - 1



845 - 2



845 - 3



845 - 4



845 - 5



845 - 6



846 - 1



846 - 2



846 - 3



846 - 4



846 - 5



849 - 1



849 - 2



849 - 3



849 - 4



849 - 5



849 - 6



850 - 1



850 - 2



850 - 3



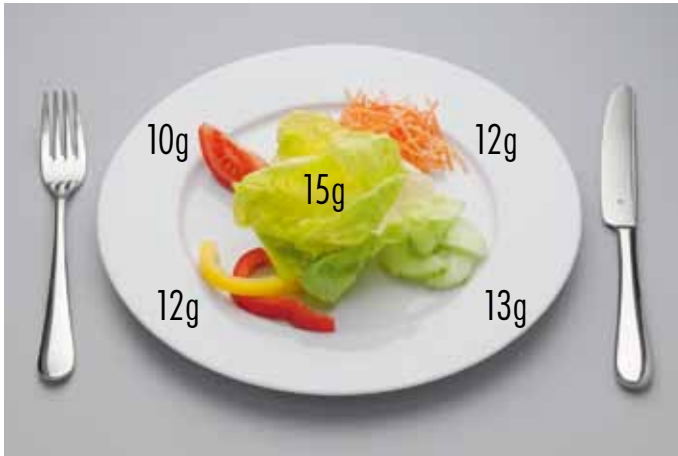
850 - 4



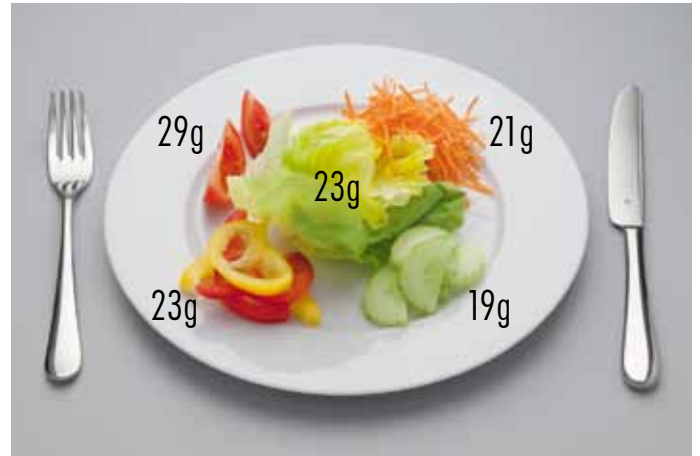
850 - 5



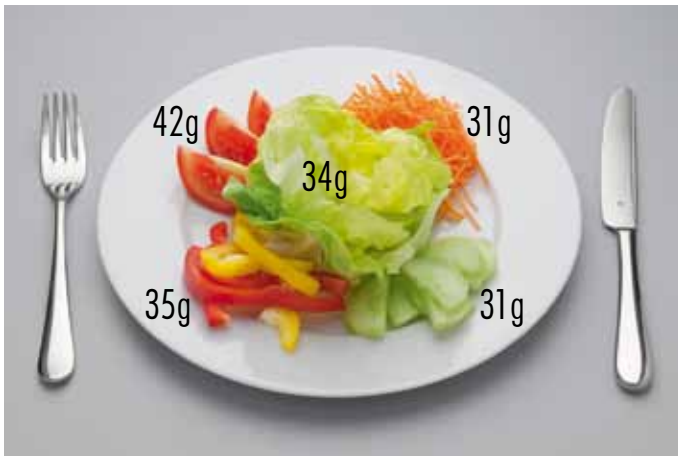
850 - 6



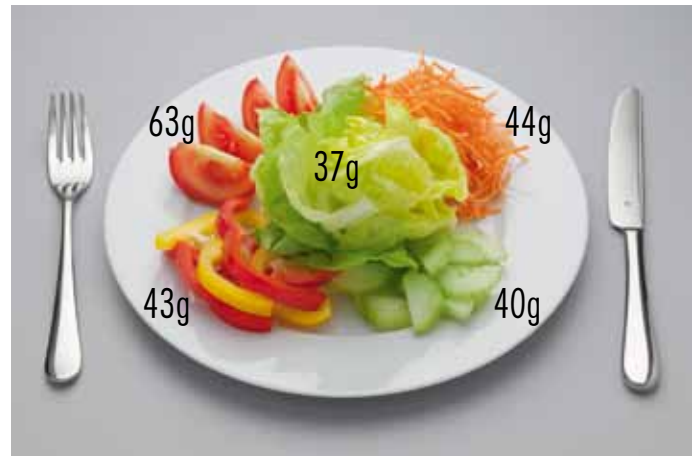
900 - 1



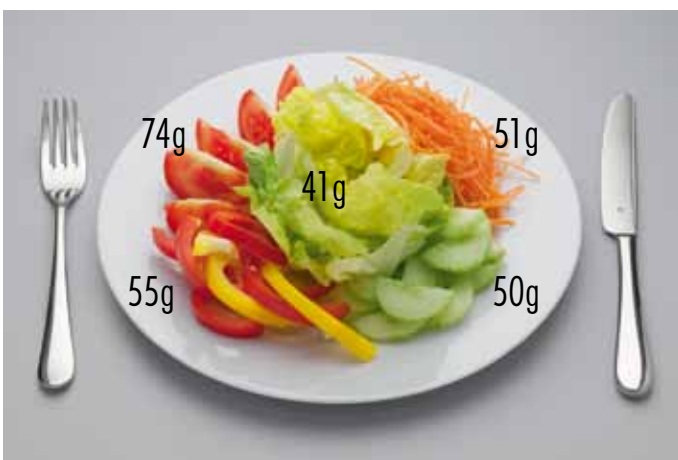
900 - 2



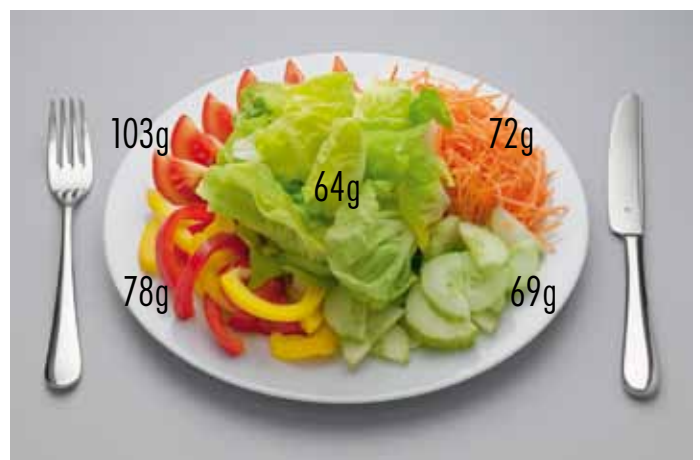
900 - 3



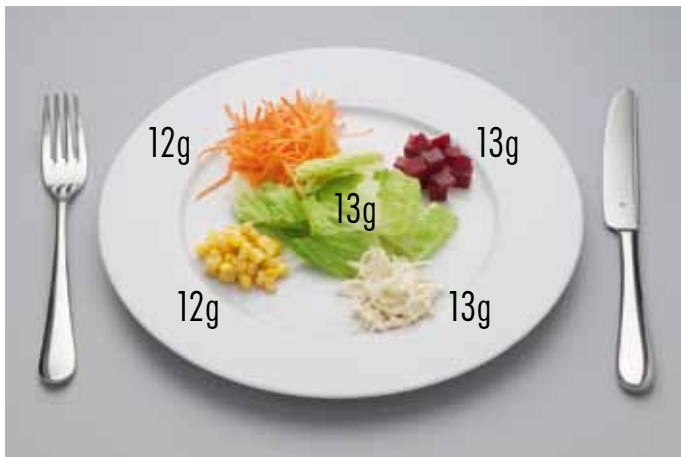
900 - 4



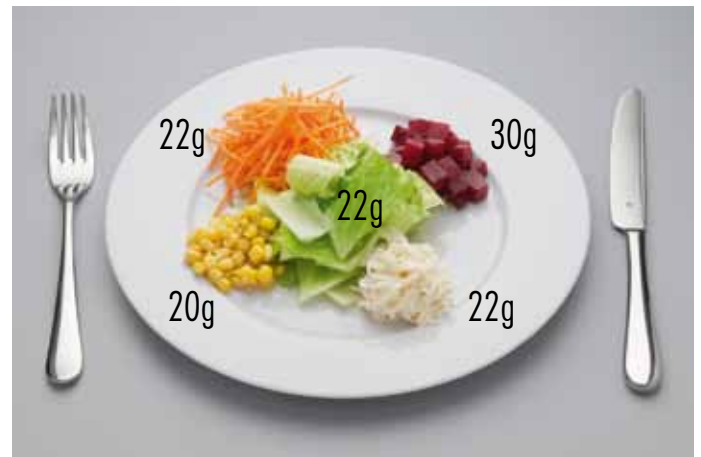
900 - 5



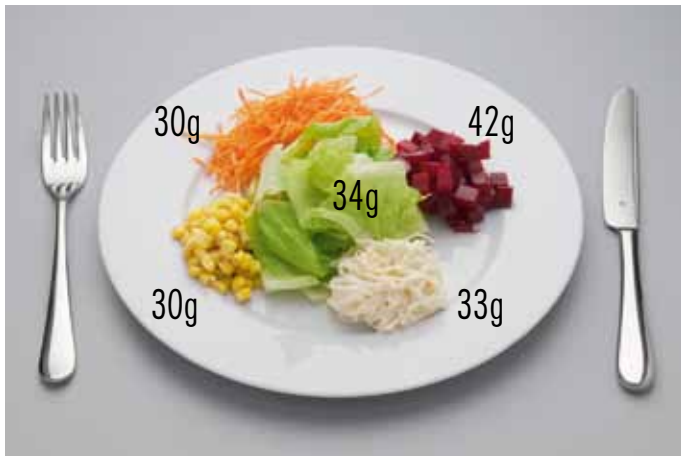
900 - 6



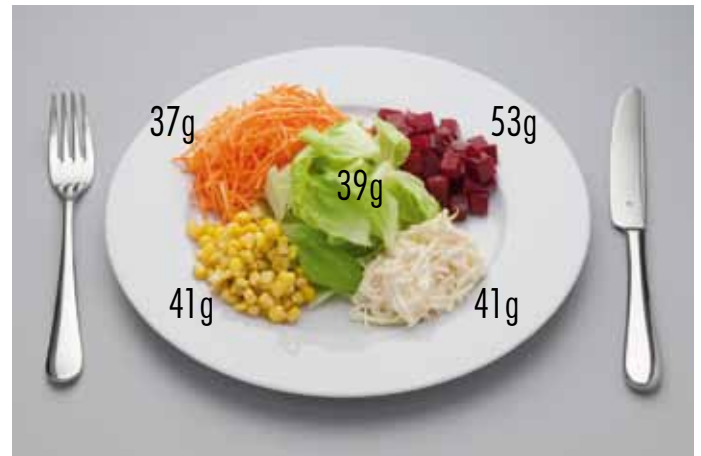
901 - 1



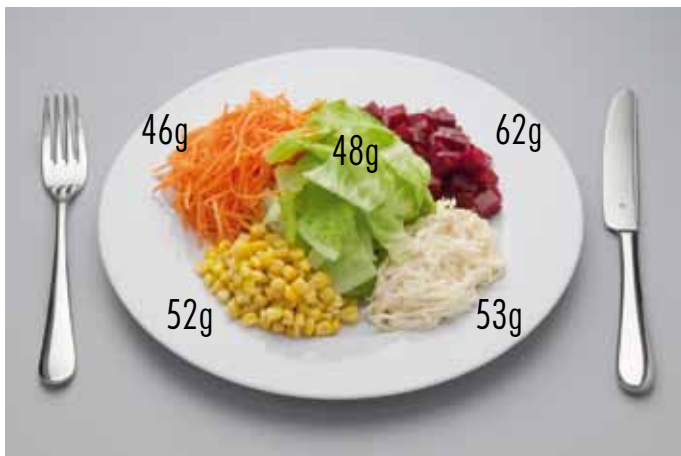
901 - 2



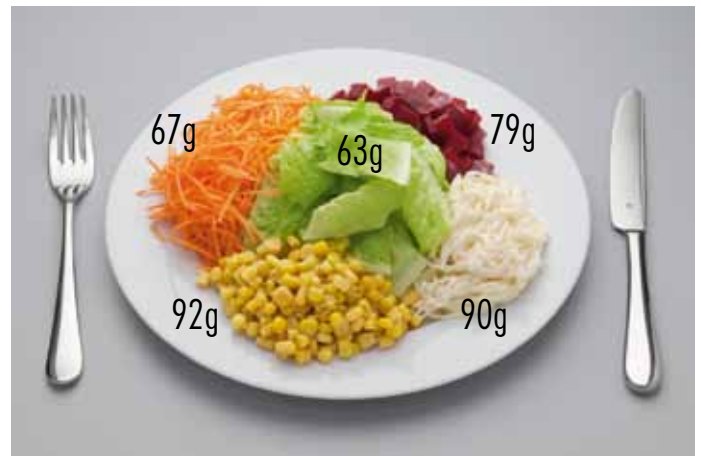
901 - 3



901 - 4



901 - 5



901 - 6



902 - 1



902 - 2



902 - 3



903 - 1



903 - 2



903 - 3



904 - 1



904 - 2



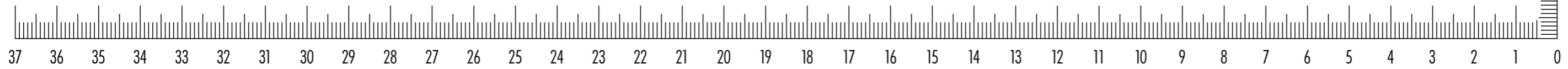
905 - 1



905 - 2



905 - 3



Impressum

© Bundesamt für Gesundheit (BAG) und Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV)
Publikationszeitpunkt: Januar 2014

Verantwortlich für Fotoserien und Zeichnungen

Die Fotoserien 1-517 stammen aus dem 'EPIC-Soft picture book for the estimation of food portion sizes',
Van Kappel AL, Amoyel J, Slimani N, Vozar B, Riboli E. © IARC, 1995. All rights reserved.

Die Fotoserien A1-A12 und 801-905, sowie die Zeichnungen B1-B19 wurden vom Bundesamt für
Gesundheit nach den Richtlinien des IARC produziert. Camenzind-Frey E, Zuberbühler C, © BAG 2011.
Alle Rechte vorbehalten.

Projektleitung Nationale Ernährungserhebung

Pedro Marques-Vidal, Institut Universitaire de Médecine Sociale et Préventive (IUMSP), Lausanne

www.iumsp.ch

Sigrid Beer-Borst, Universität Bern, Institut für Sozial- und Präventivmedizin (ISPM)

www.ispm.ch

Gestaltung, Layout: Debora Raimondi, www.websurface.ch

Bearbeitung: Silversign GmbH, Bern, www.silversign.ch

Fotos: Patrick Rohner, www.patrickrohner.ch

Zitierweise

Camenzind-Frey E. und Zuberbühler C. (2014) menuCH - SCHWEIZERISCHES FOTOBUCH / LIVRE PHOTO
SUISSE / MANUALE FOTOGRAFICO SVIZZERO. Bern: Bundesamt für Gesundheit (BAG) und Bundesamt
für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV).

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier.

Diese Publikation ist dreisprachig: Deutsch, Französisch und Italienisch.

BAG VS 01.14 3'000 Ex dfi-kombi, 2. Revidierte Auflage

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier