

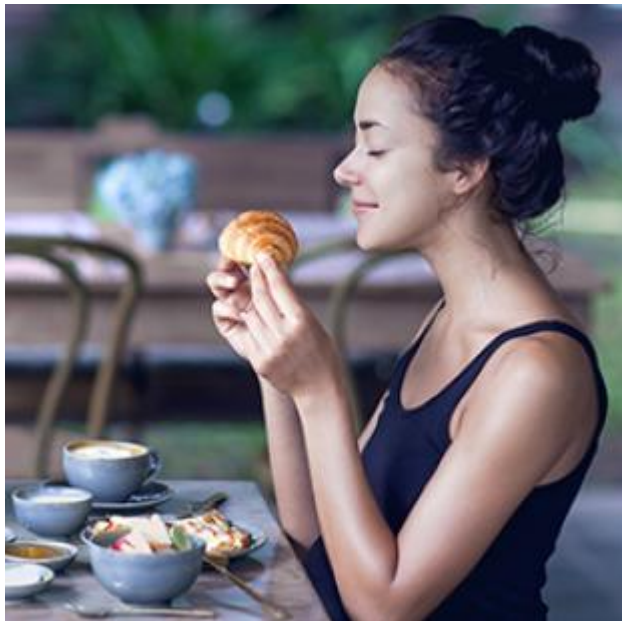


Veröffentlicht auf *Nestlé Babyservice* (<https://www.babyservice.de>)

[Startseite](#) > Für Schwangere verboten?

Teile diesen Article

X



Für Schwangere verboten?

Was erlaubt ist, und was du lieber lassen solltest.

<https://www.babyservice.de/verbotene-lebensmittel-schwangerschaft> ^[1]

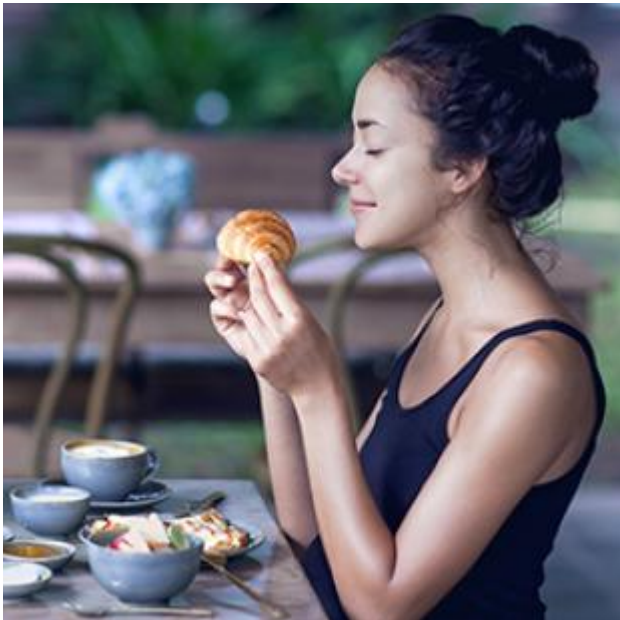
Disclaimer

Die folgende Funktion ist nicht Teil der Website der Nestlé Nutrition GmbH. Bitte beachten Sie, dass mit der Bestätigung des Dialogs Daten von Ihnen an sämtliche in unsere Website integrierte Social Plugin – Anbieter (siehe hierzu den Punkt Werden auf unseren Websites Social Plugins verwendet? in unseren Datenschutzbedingungen) übermittelt werden können.

Um welche Daten zu welchem Zweck es sich handelt, können Sie den Datenschutzbedingungen des jeweiligen Anbieters auf deren Website entnehmen. Mit der Bestätigung des Dialogs erklären Sie sich mit dieser Datenübermittlung einverstanden.

Wenn Sie diese Seite/ dieses Produkt teilen möchten, dann klicken Sie bitte im Anschluss nochmals auf das jeweilige Icon.

_ [2] _ [3] _ [4]



Für Schwangere verboten?

Was erlaubt ist, und was du lieber lassen solltest.

- ^[5] [Drucken](#) ^[1]

- Teilen

Darf ich das jetzt noch essen? Das fragt sich wohl jede Frau mal in der Schwangerschaft. Entspann dich: Die meisten Lebensmittel sind auch für Schwangere erlaubt. Was du deinem Baby zuliebe weglassen solltest, erfährst du hier.



Gesund essen

dein Ernährungsf



**Lebensmittel, die du
in der Schwangerschaft
unbedenklich
genießen kannst**

Getränke

- industriell hergestellte Säfte

Obst

- erhitztes Obst
- gewaschenes oder geschältes
Obst

Gemüse

- gegartes Gemüse
- gewaschenes oder geschältes