



Jahresbericht

der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V.

2025



Inhalt

	Vorwort	3
	Fakten und Zahlen 2025	4
1	Die DGE auf einen Blick	6
	Finanzen	9
	Mitreden, mitbestimmen und profitieren – DGE-Mitgliedschaft	10
	IN FORM-Projekte	12
	Sektionen	14
	Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung sowie Seniorenernährung	14
	Fach- und Arbeitsgruppen	15
	Nationale und internationale Netzwerkarbeit	16
2	Themenschwerpunkte 2025	18
	Der DGE-VerpflegungsCheck – einfach, digital, transparent	18
	DGE/ÖGE-Referenzwerte im Fokus: Jod und Nährstoff-Factsheets	22
3	Wissenschaftliche Aktivitäten und Veröffentlichungen	24
4	Presse- und Öffentlichkeitsarbeit	34
	DGE-Internetauftritt	34
	Social-Media-Aktivitäten	36
	Presseanfragen und -informationen	39
	Podcasts	41
	Redaktionskooperationen und Expert*innen-Interviews	42
	Wissenschafts- und Journalistenpreise	43
5	Veranstaltungen und Fortbildungen	44
	62. Wissenschaftlicher Kongress	44
	DGE-Arbeitstagung 2025	47
	Fortbildungsveranstaltungen	48
	Sektionen	50
	Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung	54
	Vernetzungsstellen Seniorenernährung	56
6	Qualitätssicherung	60
	Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung	60
	Qualitätssicherung in der Gemeinschaftsverpflegung	63
	Zertifizierungen in der Gemeinschaftsverpflegung	64
	DGE-Fachberatung	68
	Impressum	70



Liebe Leserinnen und Leser, liebe Mitglieder, liebe Förderinnen und Förderer der DGE,

im vergangenen Jahr hat die DGE vielfältige Aufgaben gemeistert und zentrale Themen in ihren interdisziplinären Arbeitsfeldern weiterentwickelt. Der Jahresbericht 2025 gibt Einblick in unsere Organisation, aktuelle Zahlen und Fakten, wissenschaftliche Aktivitäten, Maßnahmen zur Qualitätssicherung sowie unsere Kommunikation in Öffentlichkeit und Fachwelt. Gerade in einer zunehmend komplexen Informationslandschaft bleibt es unsere Aufgabe, wissenschaftlich fundierte Einordnungen und Empfehlungen zum Thema Ernährung verständlich aufzubereiten und verlässliche Orientierung zu bieten.

Ein besonderer Meilenstein war der Start des DGE-VerpflegungsChecks im September: Die digitale und transparente Plattform unterstützt Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung dabei, die Qualität ihrer Verpflegung sichtbar zu machen. Sie ist schnell und verständlich nutzbar und zeigt auf einen Blick, wie gesundheitsfördernd und nachhaltig ein Verpflegungsangebot gestaltet ist. Der DGE-VerpflegungsCheck ist eine konsequente Weiterentwicklung der bisherigen DGE-Zertifizierung. Ein umfangreicher Konsultationsprozess verdeutlicht den Anspruch der DGE, wissenschaftlich fundierte Empfehlungen verständlich und praxisnah aufzubereiten. Fachliche Grundlage sind die DGE-Qualitätsstandards.

Ein weiterer Schwerpunkt war die Neuauflage der Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Mit der dritten Auflage haben DGE und ÖGE die Referenzwerte für Jod und Vitamin E überarbeitet. Zudem wurden die Daten zur Nährstoffversorgung der Bevölkerung aktualisiert und die Höchstmengenvorschläge für Nährstoffe in Nahrungsergänzungsmitteln des Bundesinstituts für Risikobewertung (BfR) aufgenommen. Ergänzend zum Ordner sind Factsheets zu einzelnen Nährstoffen erschienen, die Fachkräften, Multiplikator*innen und Verbraucher*innen kompakte und fundierte Informationen für den Berufs- und Beratungsalltag bieten.

Besonders erfreulich ist zudem die dreijährige Förderung des IN FORM-Projekts „Update DGE-Qualitätsstandards: Wissenschaft und Praxistauglichkeit in Einklang gebracht“. Damit

schafft die DGE eine zentrale Informationsplattform für die Gemeinschaftsverpflegung und macht die Qualitätsstandards für Praktiker*innen leichter umsetzbar. Dort werden Informationen zu gesundheitsfördernder Ernährung, Ausgabesystemen, Hygiene und weiteren praxisrelevanten Themen bereitgestellt. Sie richten sich an Verantwortliche für die Verpflegung in Kitas, Schulen, Betrieben, Kliniken, Senioreneinrichtungen sowie Anbietende von „Essen auf Rädern“. Das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) unterstützt mit dieser Förderung das Ziel, die Qualität in der Gemeinschaftsverpflegung zu verbessern und Angebote gesünder zu gestalten.

Die hochwertigen Fortbildungsangebote, der 62. Wissenschaftliche Kongress der DGE sowie die unterschiedlichen Aktivitäten und Projekte des vergangenen Jahres verdeutlichen einmal mehr, wie bedeutend Ernährung für Gesundheit, Lebensqualität und gesellschaftliche Entwicklung ist. Unser besonderer Dank gilt allen Mitgliedern, Mitarbeitenden, Förderern sowie den zahlreichen ehrenamtlich engagierten Expert*innen in Präsidium, Fachgruppen, Arbeitsgruppen und Kommissionen. Mit ihrem Engagement, ihrer Fachkompetenz und ihren Ideen bereichern sie die Arbeit der DGE und tragen dazu bei, wissenschaftliche Erkenntnisse verständlich aufzubereiten und in die Gesellschaft zu tragen.

Wir laden Sie herzlich ein, auf den folgenden Seiten einen Blick auf die Arbeit der DGE im Jahr 2025 zu werfen, und wünschen Ihnen viel Freude bei der Lektüre.

Ihre

Dr. Kiran Virmani, Geschäftsführerin der DGE

Prof. Dr. Britta Renner, Präsidentin der DGE

2025

Fakten und Zahlen

19827



**FOLLOWER
*INNEN**

bei LinkedIn



**DR. RAINER
WILD-PREIS**

für DGE-Wissenschaftlerin
Anne Carolin Schäfer

3.



AUFLAGE

der Referenzwerte erschienen

3



NEUES DGE-PRÄSIDIUM

3 Frauen in der Präsidiumsspitze

1078



PRESSEBERICHTERSTATTUNGEN

mit Bezug zu aktuellen
DGE-Empfehlungen für Fleisch

986



TEILNEHMER*INNEN

im Referat Fortbildung

**LQW-QUALITÄTS-
TESTIERUNG**
des Referats Fortbildung



120



DGE-MITARBEITENDE
in Voll- oder Teilzeit

36.



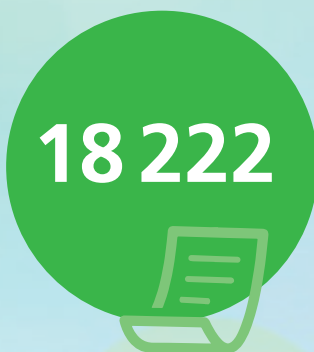
**DGE-
JOURNALISTEN-
PREIS**

4 262



**DGE-
MITGLIEDER**

18 222



**NEWSLETTER-
ABONNENT*INNEN**

1 413



SOCIAL-MEDIA-POSTS



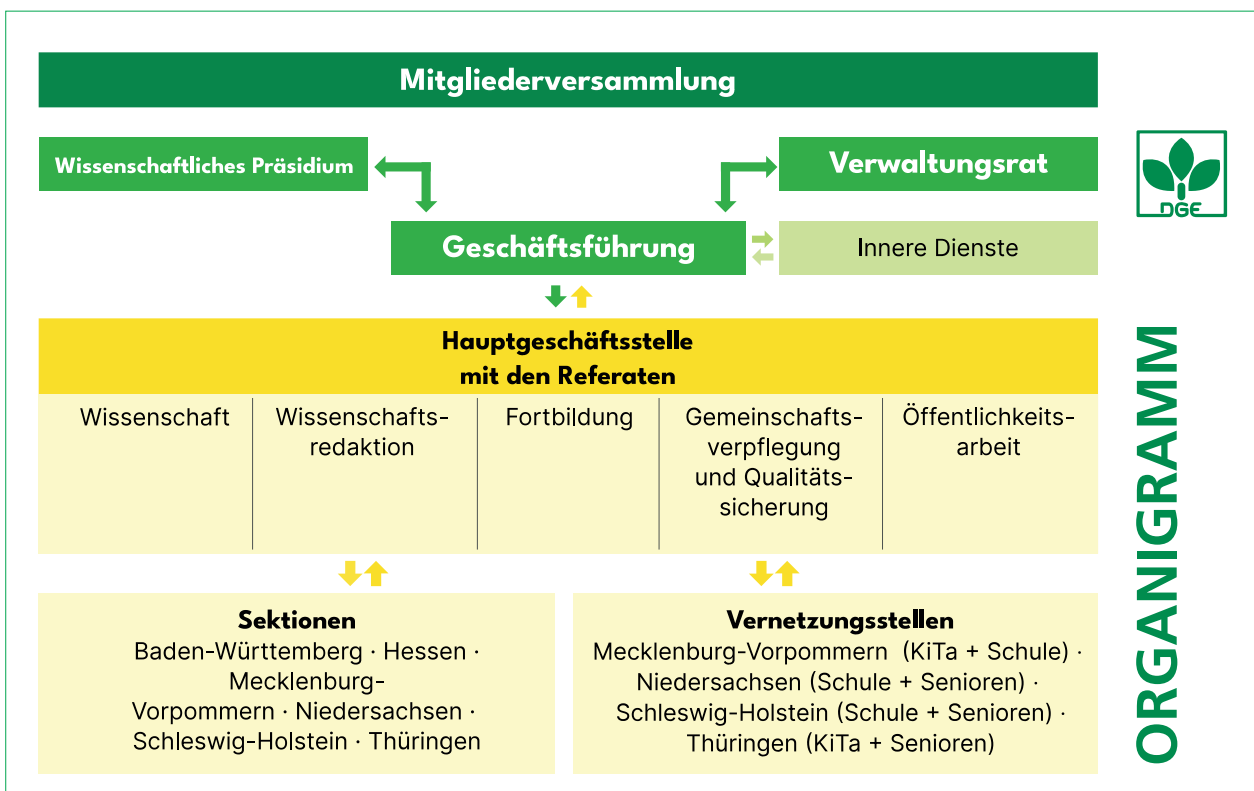
Die DGE auf einen Blick

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) steht seit ihrer Gründung 1953 für wissenschaftlich fundierte Ernährungsempfehlungen, die neutral, unabhängig, transparent und auf Basis wissenschaftlicher Bewertung herausgegeben werden.

Wissenschaft und Praxis zu vereinen und die Informationen zur gesundheitsfördernden und nachhaltigen Ernährung an Multiplikator*innen, Medien, Wissenschaft, Politik, Wirtschaft und interessierte Verbraucher*innen zu transportieren, ist der DGE besonders wichtig und zeichnet sie aus. Sie arbeitet mit ernährungswissenschaftlichen Fachgesellschaften anderer Länder zusammen und agiert als Vertreterin der deutschen Ernährungswissenschaften in nationalen und internationalen Organisationen.

Als eingetragener gemeinnütziger Verein verfolgt die DGE ihre Ziele frei von wirtschaftlichen Interessen und politischen Einflüssen. Ihr oberstes

Organ ist die Mitgliederversammlung. Ein wichtiges Gremium der DGE ist ein wissenschaftlich unabhängiges Präsidium mit Expert*innen, die die Ernährungswissenschaft der Bundesrepublik Deutschland repräsentieren. Das Wissenschaftliche Präsidium erarbeitet, klärt und unterstützt wissenschaftliche Positionen und Aktivitäten der DGE und stellt Forschungsbedarf fest. Es berät die Fachreferate und unterstützt sie mit seiner Expertise. Der Verwaltungsrat überwacht die Geschäftsführung in fachlicher und administrativer Hinsicht, prüft den Jahresabschluss, bestellt die Geschäftsführung und genehmigt den Arbeitsplan der DGE.





Auf ihrer Jahresversammlung am 24. September 2025 wählten die DGE-Mitglieder für die nächsten drei Jahre ein neues Präsidium.

2025 Neues Präsidium gewählt

Prof. Dr. Britta Renner, bisher Vizepräsidentin der DGE, löste den Präsidenten Prof. Dr. Bernhard Watzl, Leiter i. R. des Instituts für Physiologie und Biochemie der Ernährung am Max Rubner-Institut (MRI) in Karlsruhe, ab. Für sein herausragendes Engagement in den vergangenen Jahren gilt ihm besonderer Dank. Das Amt der Vizepräsidenten* innen übernahmen gemeinsam Prof. Dr. Ute Nöthlings, Rheinische Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn, und Prof. Dr. Anette Buyken von der Universität Paderborn. Darüber hinaus beriefen die Mitglieder weitere acht Personen in das Präsidium. Zusätzlich zu den elf gewählten Mitgliedern besteht das DGE-Präsidium aus 32 kooptierten Mitgliedern, zwei Sektionsvertreter*innen und ständigen Gästen.



DGE-Geschäftsführerin Dr. Kiran Virmani

Das DGE-Team

Für die DGE sind 120 Mitarbeitende in Voll- oder Teilzeit tätig: 86 in der Hauptgeschäftsstelle in Bonn, davon 14 Mitarbeitende im Projekt IN FORM in der Gemeinschaftsverpflegung. Hinzu kommen 16 Mitarbeitende in den rechtlich unselbstständigen Sektionen der DGE sowie deren Projekten und 18 in den rechtlich unselbstständigen Vernetzungsstellen (inkl. Verbundprojekte). Geschäftsführerin ist Dr. Kiran Virmani.

Die Präsidentin Prof. Dr. Britta Renner (Bildmitte) und die Vizepräsidentinnen Prof. Dr. Anette Buyken (Bild links) und Prof. Dr. Ute Nöthlings (Bild rechts).



Finanzen

Die DGE hatte 2025
Gesamtausgaben von

11,86
Mio €

Die Finanzierung erfolgte zu 22 % durch Einnahmen aus Gebühren für Medien, Honoraren für Beratungen, Zertifizierungen im Bereich der Gemeinschaftsverpflegung, Teilnahmegebühren zu Veranstaltungen und Mitgliedsbeiträgen. Zu etwa 78 % wird die DGE mit öffentlichen Mitteln von Bund und Ländern gefördert.

2025 erhielt die Hauptgeschäftsstelle eine Bundesförderung in Höhe von 6,18 Mio. Euro (Quote 75 %). Die IN FORM-Projekte im Bereich Gemeinschaftsverpflegung wurden mit 0,79 Mio. Euro vom Bund gefördert. Zudem gab es weitere acht Bundesprojekte mit insgesamt 0,34 Mio. Euro Förderung:

- Verbundprojekte Vernetzungsstellen Schule, Kita und Senioren (Niedersachsen, Thüringen und Mecklenburg-Vorpommern)

- Regionale Wertschöpfungskette Hülsenfrüchte
- Göttingens Ernährung im Wandel – Verpflegungssysteme klimagerecht gestalten

Die Sektionen erhielten, abhängig vom jeweiligen Bundesland, Förderungen von insgesamt über 0,43 Mio. Euro. Die Vernetzungsstellen Schul-, Kita- und Seniorenverpflegung wurden insgesamt mit 0,95 Mio. Euro von den Ländern gefördert.

Bei den Vernetzungsstellen Seniorenernährung Schleswig-Holstein und Thüringen gibt es eine Kofinanzierung zwischen dem Bund und den Ländern mit einer Zuwendungssumme in Höhe von insgesamt 0,21 Mio. Euro.



Mitreden, mitbestimmen und profitieren – DGE-Mitgliedschaft

Die DGE hat insgesamt 4 262 Mitglieder (Stand: Dezember 2025). Sie setzen sich zu 97 % aus Einzelmitgliedern und zu 3 % aus Verbänden, Wirtschaftsverbänden und Firmen zusammen.

Die DGE-Mitgliedschaft steht allen am Thema Ernährung Interessierten offen. Fundierte Informationen und aktive Netzwerke sind entscheidend für die berufliche und fachliche Entwicklung. DGE-Mitglieder haben zahlreiche Vorteile. Sie

- wählen das Präsidium und die Gremien der DGE in der Mitgliederversammlung und verabschieden die Satzung.
- können sich z. B. in DGE-Fachgruppen engagieren, sich fachlich austauschen und den Dialog mit anderen Interessierten, Kolleg*innen und Fachexpert*innen nutzen.
- können vergünstigt DGE-Veranstaltungen besuchen.
- werden über neue ernährungswissenschaftliche Erkenntnisse und Entwicklungen informiert.
- erhalten monatlich die Ernährungs Umschau als Organ der DGE, alle zwei Monate das Wissenschaftsmagazin „DGEwissen“ als Supplement zur Ernährungs Umschau sowie einen kostenlosen Zugang zum Online-Archiv der Annals of Nutrition and Metabolism.
- können sich mit einem gültigen Zertifikat von DGE, VDD, VDOE, VFED und QUETHEB als zertifizierte*r Ernährungsberater*in kostenfrei in der DGE-Suche für Krankenkassen und Verbraucher*innen listen lassen.

Jetzt mitmachen!

Vorteile nutzen
Schon im Studium DGE-Mitglied werden

- Kostenlose Teilnahme am DGE-Kongress
- Vergünstigte DGE-Fortbildungen
- Jeden Monat die Ernährungs Umschau
- Ein im Jahr das Fachmagazin DGEwissen
- Online Zugang zu „Annals of Nutrition and Metabolism“
- Austausch mit Expert*innen und in den DGE-Fachgruppen
- Mitbestimmen in der Mitgliederversammlung

Mitgliedsantrag
Jetzt anmelden!
dge.de



Ernährungs Umschau

Die Ernährungs Umschau veröffentlicht monatlich wissenschaftlich fundierte Übersichten, Originalarbeiten und praxisrelevante Beiträge, die den aktuellen Stand der Forschung mit praktischen Anwendungen verbinden. Zudem umfasst das Angebot praxisnah gestaltete zertifizierte Fortbildungsartikel, mit denen Fachkräfte ihre beruflichen Kompetenzen festigen und erweitern können. Die Ernährungs Umschau richtet sich an Ernährungsfachkräfte, Oecotropholog*innen, Diätassistent*innen, Ernährungsmediziner*innen, zertifizierte Ernährungsberater*innen und weitere Expert*innen im Ernährungs- und Gesundheitsbereich.

In jeder Ausgabe stehen der DGE zwei redaktionelle Seiten zur Verfügung. Hier stellt die Fachgesellschaft neue Publikationen oder Projekte vor, kündigt Veranstaltungen der DGE, ihrer Sektionen und Vernetzungsstellen an oder berichtet über Tagungen und Kongresse. Darüber hinaus werden Personalien und Ausschreibungen veröffentlicht.

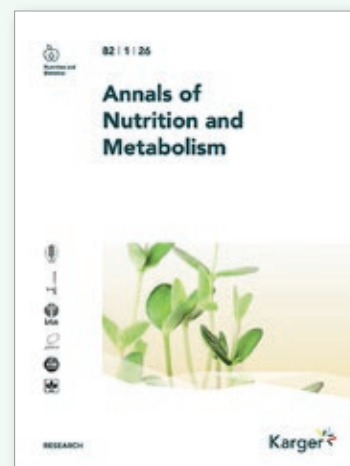
→ www.ernaehrungs-umschau.de



DGEwissen – das Wissenschaftsmagazin

Das alle zwei Monate erscheinende Magazin der DGE informiert über aktuelle Erkenntnisse aus der Ernährungswissenschaft und -praxis. Es richtet sich an Multiplikator*innen, Studierende, Diätassistent*innen und Verbraucher*innen, die sich für wissenschaftlich fundierte Neuigkeiten aus dem Ernährungsbereich interessieren.

→ www.dge.de/dgewissen



Annals of Nutrition and Metabolism

Das internationale Fachmagazin Annals of Nutrition and Metabolism ist das englischsprachige Organ der DGE. Die monatlich erscheinende Zeitschrift befasst sich mit Humanernährung und Stoffwechsel sowie verwandten Bereichen, einschließlich experimenteller Studien und Grundlagenforschung, die für die Ernährungswissenschaft relevant sind.

→ www.karger.com/anm



IN FORM-Projekte

IN FORM-Projekte der DGE

IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung, die das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) und das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) 2008 initiierten. Ziel des Nationalen Aktionsplans IN FORM ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten in Deutschland nachhaltig zu verbessern, die Alltagsstrukturen im Bereich Ernährung und Bewegung zu stärken und zu etablieren. Für diese Ziele setzt sich die DGE aktiv mit fünf bei ihr angesiedelten IN FORM-Projekten ein.

→ www.in-form.de



IN FORM in der Gemeinschaftsgastronomie und -verpflegung

Am 15. Februar 2025 startete das Projekt „Die DGE-Qualitätsstandards: Ermittlung des Überarbeitungsbedarfs zur Steigerung der Akzeptanz, Handhabbarkeit und Umsetzbarkeit auf allen Ebenen der Gemeinschaftsgastronomie und -verpflegung“ mit einer Laufzeit von 9,5 Monaten. Evaluationsergebnisse früherer IN FORM-Projekte zeigen, dass die Anwendbarkeit der DGE-Qualitätsstandards in der Praxis weiter optimiert werden kann und zudem ein hoher Bedarf an Weiterbildung und Unterstützung bei deren

Umsetzung besteht. Ausgehend davon bereitete das Projekt die in der Ernährungsstrategie vorgesehene Überarbeitung der DGE-Qualitätsstandards vor, v. a. mit Blick auf deren Struktur. In der ersten Phase eines partizipativen Prozesses wurden gemeinsam mit 65 Stakeholder*innen

verschiedener relevanter Bereiche strukturelle Änderungsbedarfe für alle fünf DGE-Qualitätsstandards ermittelt. Zudem wurde ein Konzept für die spätere Überarbeitung erstellt sowie Bedarfe an einschlägigen Weiterbildungs- und Unterstützungsangeboten zur Umsetzung der DGE-Qualitätsstandards systematisch erfasst, kategorisiert und priorisiert. Am Beispiel der Lebenswelt Betriebe, Behörden und Hochschulen entwickelte das Projekt eine Methodik, um die neuen lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen der DGE in die Praxis zu integrieren.

Das dreijährige Folgeprojekt „Update DGE-Qualitätsstandards: Wissenschaft und Praxistauglichkeit in Einklang gebracht“ (Start: 1. Dezember 2025) baut auf diesen Ergebnissen auf. Ziel ist es, die Praxistauglichkeit, Handhabbarkeit, Benutzerfreundlichkeit und Umsetzungshäufigkeit der DGE-Qualitätsstandards weiter zu verbessern. Diese sollen in der Projektlaufzeit bis Frühjahr 2027 strukturell und im Anschluss bis Herbst 2028 inhaltlich überarbeitet werden.

Wissenschaftskommunikation für Schüler*innen über die Aspekte einer gesundheitsfördernden und nachhaltigen Schulverpflegung als sozial gerechter Ansatz zur Bekämpfung von Ernährungsarmut

Das in der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Mecklenburg-Vorpommern angesiedelte Projekt startete am 1. März 2025 mit einer dreijährigen Laufzeit. Es verfolgt das Ziel, die Akzeptanz und Inanspruchnahme von Schulverpflegung zu steigern. Schüler*innen erhalten durch niedrigschwellige Wissenschaftskommunikation auf Instagram, über Videos, Infografiken und Quizze Informationen über gesunde Schulverpflegung und Ernährungsarmut. Für Erziehungsbeauftragte erstellt das Projekt Flyer zur Bedeutung



einer gesunden Schulverpflegung, deren Kostenstrukturen und möglicher finanzieller Unterstützung. Für Schülervertretungen und Schulpersonal wird es Online-Workshops geben, die für Ernährungsarmut sensibilisieren, über die Bedeutung einer gesunden und nachhaltigen Schulverpflegung informieren und Raum für Austausch schaffen. Der Fokus liegt dabei auf Schulen in wirtschaftlich schwachen Regionen Mecklenburg-Vorpommerns, um insbesondere armutsgefährdete Schüler*innen zu erreichen.

Gut gefrühstückt in den Schultag

Viele Kinder und Jugendliche kommen ohne oder mit unzureichendem Frühstück in die Schule. Die Folgen sind Konzentrationsschwäche und eingeschränkte Lernfähigkeit. Hier setzt das Projekt der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Niedersachsen an, das am 1. Mai 2025 startete. An sechs weiterführenden allgemeinbildenden Schulen in sozial benachteiligter Lage werden gesundheitsfördernde und nachhaltige Frühstücksangebote entwickelt und erprobt. Ziel ist es, in der dreijährigen Projektlaufzeit an diesen Schulen ein kostenfreies oder -günstiges Frühstück niedrigschwellig und alltagsnah im Schulalltag zu verankern. Dies kann zu besseren Lernvoraussetzungen führen und zu mehr Chancengleichheit beitragen.

Gesundheit auf dem Teller: „Nudging-Ansätze in Kitas. Für eine gesundheitsfördernde, sozialgerechte und nachhaltige Ernährung von Kindern.“

Kitas bieten ideale Rahmenbedingungen, um nachhaltige und gesundheitsfördernde Essgewohnheiten zu unterstützen und langfristig zu verankern. Das Projekt startete Mitte November 2025 mit einer Laufzeit von 32 Monaten an der Vernetzungsstelle Kita-Verpflegung in Thüringen. Ziel ist es, mit Nudging-Maßnahmen in der Verpflegung ein gesundheitsförderndes und

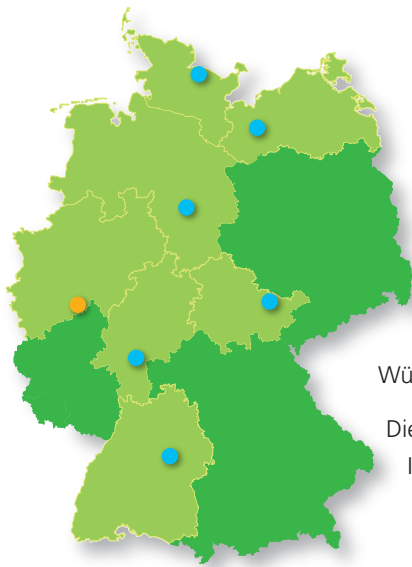


nachhaltiges Ernährungsverhalten von Kindern zu unterstützen, wobei besonders die Bedürfnisse armutsgefährdeter oder -betroffener Kinder im Fokus stehen. Dies hat langfristig das Ziel, ernährungsmitbedingten Erkrankungen vorzubeugen. Erkenntnisse und wichtige Inhalte werden in Podcast-Folgen und einer Online-Tool-Box verstetigt und langfristig zugänglich gemacht. Das Projekt spricht verschiedene Akteur*innen der Kitaverpflegung an.

Gesundheitliche Chancengleichheit – Ernährungsarmut im Alter auf kommunaler Ebene entgegenwirken

Mit dem Projekt unterstützt die Vernetzungsstelle Seniorenernährung Niedersachsen Kommunen seit dem 1. Juni 2025 dabei, das Thema Ernährungsarmut im Alter aktiv anzugehen. In zwei niedersächsischen Modellkommunen werden Netzwerke aufgebaut, die sich mit dem Thema auseinandersetzen und Ursachen, Folgen sowie Handlungsmöglichkeiten in den Blick nehmen. Ziel ist es, die Kommunen und ihre Akteur*innen zur Bedeutung von Ernährungsarmut im Alter und zum Potenzial kommunaler Maßnahmen zu sensibilisieren. Zudem sollen bedarfs- und bedürfnisgerechte Angebote wie Koch-Treffs zur Verbesserung der Ernährungssituation älterer Menschen entstehen. Andere Kommunen sollen über Informationsmedien dazu motiviert werden, sich dem Thema zu widmen.

Sektionen



In den Bundesländern Baden-Württemberg (BW), Hessen (HE), Mecklenburg-Vorpommern (MV), Niedersachsen (NI), Schleswig-Holstein (SH) und Thüringen (TH) ist die DGE durch Sektionen vertreten. Zwei Sektionen, Hessen und Baden-Württemberg, agieren rechtlich selbstständig.

Die Sektionen nehmen landesspezifische Interessen wahr und verbreiten die

Erkenntnisse der Ernährungswissenschaft und die Empfehlungen der DGE in regionalen Netzwerken. Sie fördern die Ernährungsaufklärung und leisten Beratung sowie Informations- und Öffentlichkeitsarbeit. Die Sektionen führen Fortbildungsveranstaltungen wie Fachtagungen und Seminare für Multiplikator*innen und Fachkräfte aus den Bereichen Ernährung, Bildung, Gesundheit, Prävention und Politik durch.

Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung sowie Seniorenernährung



Als eine Maßnahme des Nationalen Aktionsplans „IN FORM“ hat das BMLEH gemeinsam mit den Bundesländern Vernetzungsstellen eingerichtet. Diese unterstützen bundesweit Schulen – in den meisten Bundesländern auch Kitas – bei der Entwicklung und Qualitätsverbesserung eines ausgewogenen und nachhaltigeren Verpflegungsangebotes. Die seit 2020 eingerichteten Vernetzungsstellen Seniorenernährung fördern eine bedarfs- und bedürfnisgerechte Ernährung älterer Menschen. Die Basis für die Arbeit der Vernetzungsstellen bilden drei DGE-Qualitätsstandards,

die die DGE im Auftrag des BMLEH erarbeitet hat: Der DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas, der DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen und der DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen.

Die Vernetzungsstellen organisieren Veranstaltungen, Fachtagungen sowie Fortbildungen, Seminare und Workshops. Sie sorgen dafür, dass Akteur*innen bei der Planung, dem Aufbau und der Optimierung einer adäquaten Gemeinschaftsverpflegung unterstützt und zusammengeführt werden.

Zur DGE gehören die Vernetzungsstellen in Mecklenburg-Vorpommern, Niedersachsen, Schleswig-Holstein und Thüringen (s. Organigramm Seite 6).

Fach- und Arbeitsgruppen

DGE-Fachgruppen

Die DGE-Fachgruppen bieten Wissenschaftler*innen, wissenschaftlichem Nachwuchs, Expert*innen und Praktiker*innen eine Plattform zum Austausch. Damit intensiviert die DGE den Wissenstransfer, fördert die Interaktion mit ihren Mitgliedern und vertieft die fachbezogene Arbeit.

- Early Career Scientists
- Epidemiologie
- Ernährungsberatung
- Ernährungsbildung
- Ernährungsmedizin
- Ernährungsverhaltensforschung
- Gemeinschaftsverpflegung
- Lebensmittelwissenschaft
- Physiologie und Biochemie der Ernährung
- Public Health Nutrition

DGE-Arbeitsgruppen

Die Arbeitsgruppen der DGE beschäftigen sich mit aktuellen Ernährungsfragen.

- Außer-Haus-Verpflegung
- Lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlungen
- Leitlinienkommission „Evidenzbasierte Leitlinie: Proteinzufuhr und Prävention ausgewählter ernährungsmitbedingter Krankheiten“
- Leitlinienkommission „Evidenzbasierte Leitlinie zur Zufuhr von Kohlenhydraten und gesundheitsbezogenen Endpunkten“
- Personalisierte Ernährung
- Sporternährung
- (Stark) verarbeitete Lebensmittel



Nationale und internationale Netzwerkarbeit

Die DGE ist in verschiedenen nationalen und internationalen Organisationen aktiv und pflegt seit Jahren eine intensive Zusammenarbeit mit ernährungswissenschaftlichen Fachgesellschaften anderer Länder.

Ihre grundlegenden wissenschaftlichen Arbeiten wie die lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen, Stellungnahmen und DGE-Qualitätsstandards macht die DGE auch international bekannt. Dadurch trägt sie zur wissenschaftlichen Diskussion in Ernährungsfragen über die Grenzen Deutschlands hinaus bei. Neben der Ernährungs Umschau als nationales wissenschaftliches Organ ist die Fachzeitschrift *Annals of Nutrition and Metabolism* das internationale, englischsprachige Publikationsorgan der DGE.

Darüber hinaus nutzt die DGE weitere internationale Journale und eigene Publikationswege zur Veröffentlichung wissenschaftlicher Beiträge (s. Kapitel 3).

Alle englischsprachigen Veröffentlichungen unter www.dge.de/english

Nationale Aktivitäten und Vernetzung

DGE korporatives Mitglied beim VDOE

Im Berufsverband präsentiert sich die DGE als attraktive Arbeitgeberin für Ernährungs- und Lebensmittelwissenschaftler*innen, Oecotropholog*innen sowie Diätassistent*innen. DGE-Geschäftsführerin Dr. Kiran Virmani ist Mitglied im Beirat des VDOE.

Koordinierungskreis „Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung/-therapie und Ernährungsbildung“

In den letzten Jahrzehnten haben sich die Bereiche der Ernährungsberatung und -bildung stark weiterentwickelt. Heute bieten viele verschiedene Berufsgruppen Ernährungsberatung und -bildung

an. Der Koordinierungskreis „Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung/-therapie und Ernährungsbildung“ hat eine Rahmenvereinbarung für die von ihr vertretenen Tätigkeitsbereiche erstellt. Das Ziel ist es, Verbraucher*innen die verschiedenen Qualifikationen von Ernährungsfachkräften transparent zu machen. DGE-Geschäftsführerin Dr. Kiran Virmani ist Sprecherin des Koordinierungskreises. 2025 gab es u. a. ein Arbeitstreffen zur Entwicklung von Informationen zur Ernährungsberatung und -therapie für verschiedene Zielgruppen wie Klient*innen einer Beratung, Interessent*innen für den Beruf Ernährungsberater*in oder Ärzt*innen.

Malnutrition Awareness Week (MAW)

Die krankheitsbedingte Mangelernährung ist nach wie vor ein unterschätztes Gesundheitsrisiko mit hoher gesellschaftlicher und volkswirtschaftlicher Relevanz. Um das Bewusstsein bei Expert*innen, politischen Stakeholdern, Patient*innen sowie Angehörigen zu schärfen und der Bedeutung einer bedarfsdeckenden Ernährung in der Prävention und individuellen Therapie einer Mangelernährung Ausdruck zu verleihen, beteiligte sich die DGE zum zweiten Mal an der Planung und Durchführung der deutschlandweiten Malnutrition Awareness Week (MAW). Die Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM), die diese federführend mit einer wachsenden Zahl von nun elf kooperierenden Fachgesellschaften und Berufsverbänden organisiert, führte die europaweite Aktionswoche in Deutschland erstmals im Jahr 2023 durch.

Für die MAW 2025, die unter dem Motto „Mangelernährung gemeinsam bekämpfen – Sektorenübergreifende Versorgung“ vom 10. bis 14. November 2025 stattfand, wurden vier weitere ESPEN-Fact-Sheets übersetzt, die im Rahmen der

Seit 2020 ist die DGE korporatives Mitglied beim Berufsverband Oecotrophologie e. V. (VDOE). Die Mitgliedschaft zeigt die berufspolitischen und fachlichen Schnittstellen zwischen DGE und VDOE auf.

ONCA-Initiative (Optimal Nutritional Care for All) erstellt wurden. Damit stehen die Themen „Krankheitsbedingte Mangelernährung“, „Sarkopene Adipositas“, „Ernährung bei Erkrankungen des Verdauungstrakts“, „Ernährung und Krebs“ sowie „Die GLIM-Kriterien für die Diagnose der Mangelernährung“ unter www.mangelernaehrung-bekaempfen.de zum Einsatz in der Praxis bereit.

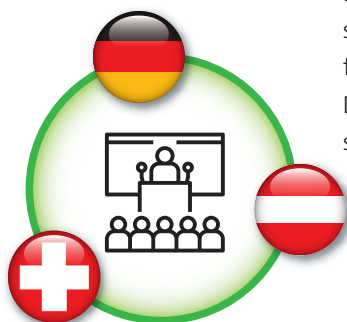
Internationale Aktivitäten und Zusammenarbeit

Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr

Die DGE/ÖGE-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr der Deutschen und Österreichischen Gesellschaft für Ernährung (ÖGE) benennen die Mengen an Nährstoffen sowie Ballaststoffen, Energie und Wasser, die in einer bedarfsgerechten Ernährung des gesunden Menschen enthalten sein sollten. Sie berücksichtigen nutritive und wenn möglich präventive Aspekte und zielen darauf ab, bei nahezu allen gesunden Menschen der Bevölkerung eine angemessene Nährstoffzufuhr zu gewährleisten. Damit bilden sie die Basis für die praktische Umsetzung einer vollwertigen Ernährung.

Dreiländertagung

Eine langjährige Kooperation mit der Österreichischen und der Schweizerischen Fachgesellschaft für Ernährung besteht in der Durchführung der Dreiländertagung. Sie wird alle vier Jahre organisiert und fand zuletzt 2024 in Bonn statt. Die Veröffentlichung neuer Ernährungsempfehlungen der drei Fachgesellschaften stand im Fokus.



IUNS und DGE arbeiten eng zusammen

Die DGE steht im regelmäßigen Austausch mit der International Union of Nutritional Sciences (IUNS). Im August 2025 fand der 23. Internationale Kongress für Ernährung der IUNS zum Thema „Sustainable Food for Global Health“ in Paris statt. Die DGE beteiligte sich mit zwei Symposien und drei Posterbeiträgen am Programm. Im DGE-Symposium „Update on Guidelines and Position Statements of the German Nutrition Society“ präsentierten die Mitglieder der jeweiligen DGE-Arbeitsgruppen Anne Carolin Schäfer, Prof. Dr. Anja Kroke und Alessa Klug aktuelle wissenschaftliche Veröffentlichungen der DGE zu den lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen (FBDG), der Protein-Leitlinie und der DGE-Position zu veganer Ernährung. Im Symposium „Personalized Nutrition: Past, Now, Future“ brachten sich Mitglieder der DGE-Arbeitsgruppe „Personalisierte Ernährung“ mit Vorträgen ein. Mitarbeiter*innen der DGE stellten Posterbeiträge zur Überarbeitung der DGE/ÖGE-Referenzwerte für Jod und Vitamin E sowie der methodischen Vorgehensweise der Kohlenhydrat-Leitlinie vor.

Mit der FAO vernetzt

Die DGE stand auch 2025 mit der Food and Agriculture Organization (FAO) zu den FBDG im Austausch. Auf der Website der FAO gibt es eine Zusammenstellung der FBDG verschiedener Länder.

→ www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/en/

2

Themenschwerpunkte 2025

Der DGE-VerpflegungsCheck – einfach, digital, transparent

Im September 2025 startete der DGE-VerpflegungsCheck. Mit dem neuen Online-Tool können alle Einrichtungen sowie Betriebe der Gemeinschaftsgastronomie und -verpflegung auf einen Blick zeigen, wie gesund und nachhaltig ihr Verpflegungsangebot ist.

Der Check ersetzt die bisherige DGE-Zertifizierung und beruht auf einer Selbstauskunft mit Fragen rund um das eigene Verpflegungsangebot. Als Basis dienen weiterhin die DGE-Qualitätsstandards – die zentrale Grundlage für eine ausgewogene und nachhaltige Verpflegung in Deutschland.

Von der Praxis für die Praxis

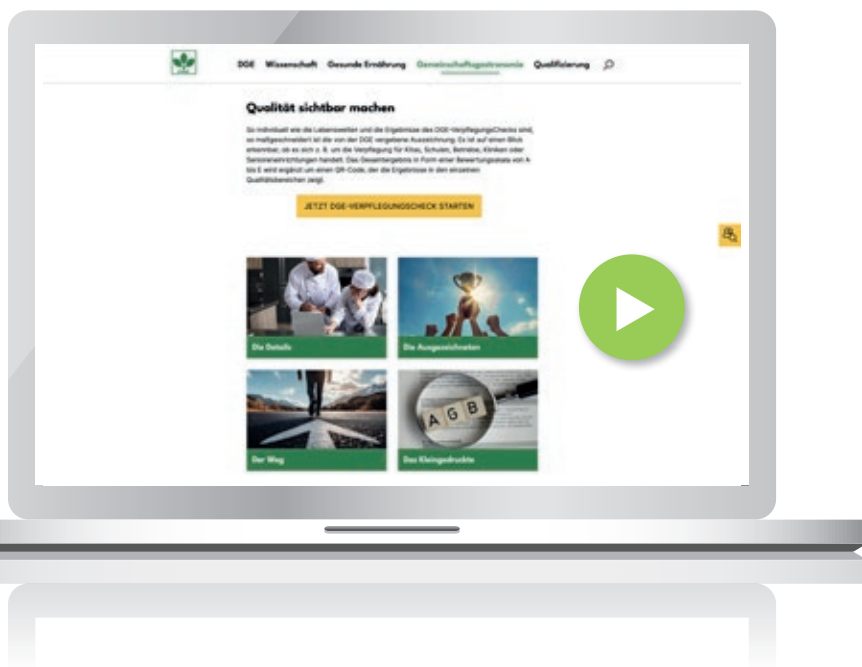
Der VerpflegungsCheck wurde in einem partizipativen Prozess entwickelt. Vertreter*innen aus Praxis, Politik und Wissenschaft brachten ihre Erfahrungen ein. Die Rückmeldungen aus Konsultationsveranstaltungen mit Betrieben, Ministerien und den Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung sowie Seniorenernährung flossen direkt in die Entwicklung des digitalen Tools ein, um ein anwendbares und praxisnahes Instrument zu schaffen.

Was ist neu?

- ersetzt die bisherige Zertifizierung
- vollständig digital
- Bewertung in 5 Stufen (A-E)
- individuelles Feedback

Auszeichnung statt Zertifizierung

Alle teilnehmenden Betriebe erhalten mit dem DGE-VerpflegungsCheck ab jetzt die Auszeichnung „DGEprüfte Qualität“. Diese wird in fünf Stufen von A bis E vergeben – von „optimal“ bis „weiterer Verbesserungsbedarf“. Das individuelle Ergebnis zeigt nicht nur den aktuellen Stand, sondern gibt konkrete Hinweise zur Weiterentwicklung. Ein QR-Code macht die Ergebnisse auch für Tischgäste transparent zugänglich. Die Auszeichnung ist für zwei Jahre gültig, ein Re-Check nach sechs Monaten ist möglich.





Der DGE-VerpflegungsCheck bietet klare Vorteile



Hohe Transparenz:

Qualität wird für Gäste und Auftraggeber sichtbar



Klare Orientierung:

Stärken und Verbesserungsbedarfe werden direkt erkennbar



Einfacher Prozess:

deutlich weniger Aufwand als das frühere Zertifizierungsverfahren

So funktioniert der DGE-VerpflegungsCheck

1. Registrieren

Einrichtung auswählen, Zugang anlegen und kostenpflichtig bestellen

2. Check durchführen

Fragen zum Verpflegungsangebot beantworten

3. Vorläufiges Ergebnis erhalten

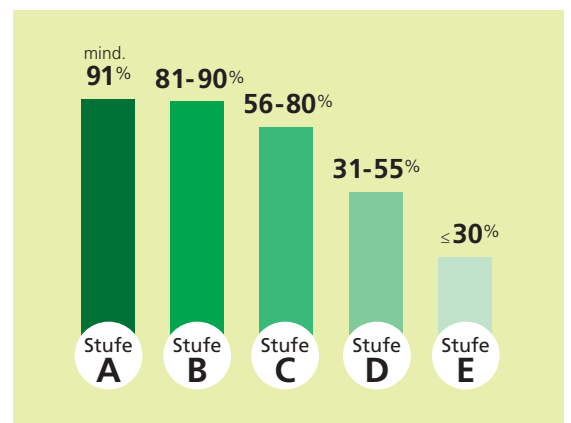
Automatische Bewertung von A bis E

4. Qualitätssicherung

Stichprobenartige Audits abhängig vom erreichten Ergebnis

5. Auszeichnung nutzen

„DGEprüfte Qualität“ inkl. QR-Code mit der Ergebnisdarstellung

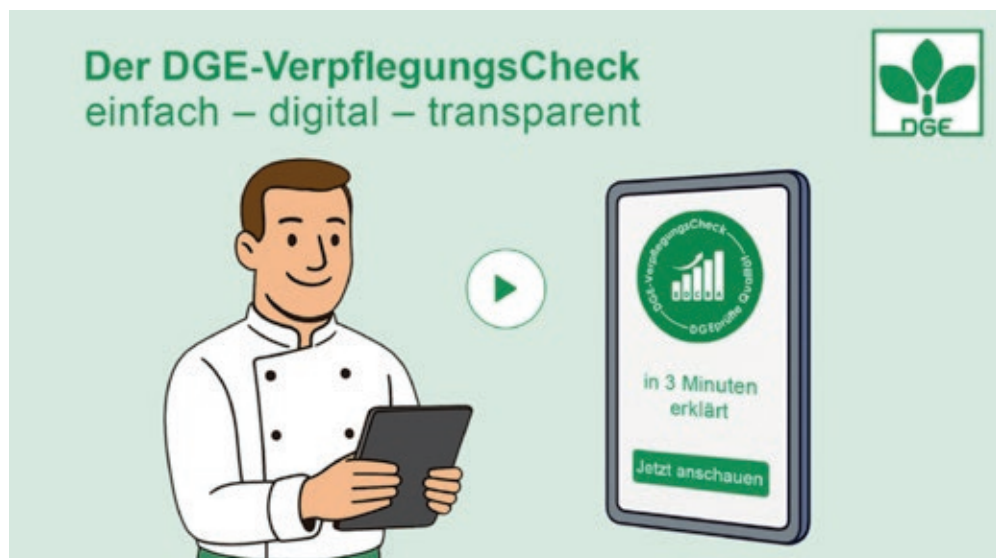


Qualitätsstufen des DGE-VerpflegungsChecks in Prozent der zu erreichenden Punkte



Vollständiges Logo am Beispiel der Lebenswelt Kita mit der Bewertung A

Ein Erklärfilm zeigt in 3 Minuten, wie es geht. [Ausgewählte Fragen und Antworten \(FAQ\)](#) geben Auskunft zum Ablauf des DGE-VerpflegungsChecks und den Bewertungsgrundlagen.



Der DGE-VerpflegungsCheck macht Qualität nicht nur messbar, sondern auch sichtbar – und unterstützt Einrichtungen dabei, ihr Angebot kontinuierlich zu verbessern.

Am 16. September 2025 wurde der DGE-VerpflegungsCheck mit einer Online-Veranstaltung und einer begleitenden Presseinformation „Der neue DGE-VerpflegungsCheck ist gestartet“ vorgestellt.

Die Medienberichterstattung umfasste sechs Veröffentlichungen zum DGE-Verpflegungs-Check mit einer Reichweite von 55 444:

- Magazin Care-Konkret Nr. 41/25
- Catering Management Spezial Nr. 5/25
- Zeitschrift Altenheim, Lösungen fürs Management 12/2025
- gvpraxis 09/25
- Verbandszeitschrift „Infodienst“ 04/2025
- Pflegemanagement 12/25



Zertifikat für den Bereich „Klinik“

DGE/ÖGE-Referenzwerte im Fokus: Jod und Nährstoff-Factsheets

Die DGE hat 2025 gemeinsam mit der Österreichischen Gesellschaft für Ernährung (ÖGE) eine aktualisierte Auflage des Ringordners der „Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr“ veröffentlicht. In dieser 3. Auflage wurden die Referenzwerte für die Zufuhr von Jod und Vitamin E aktualisiert.



In allen Kapiteln wurden die Daten zur Nährstoffversorgung der Bevölkerung überarbeitet und übersichtlich in Tabellenform dargestellt. Tabellen zu Nährstoffgehalten in Lebensmitteln ermöglichen einen schnellen Überblick. Ergänzt wurden zudem die Höchstmengenvorschläge für Nährstoffe in Nahrungsergänzungsmitteln des Bundesinstituts für Risikobewertung (BfR).

Empfohlene Zufuhr für Jod

Jod ist ein unverzichtbares Spurenelement, das mit der Nahrung zugeführt werden muss. Der Körper braucht es, um die Schilddrüsenhormone zu bilden, die an allen wichtigen Stoffwechselprozessen des Körpers sowie der Thermogenese und der Knochenbildung beteiligt sind. Außerdem sind sie für ein normales Wachstum und die neuronale Entwicklung unerlässlich.

Die überarbeiteten Referenzwerte für Jod basieren auf Daten von Bilanz- und Radiojodstudien. Dadurch ergibt sich für Erwachsene ein Referenzwert von 150 µg/Tag. Dieser liegt zwar unter den bisher geltenden Werten von 200 µg/Tag für Erwachsene, allerdings hat sich die Vorgehensweise der Ableitung nicht wesentlich geändert. Bei der

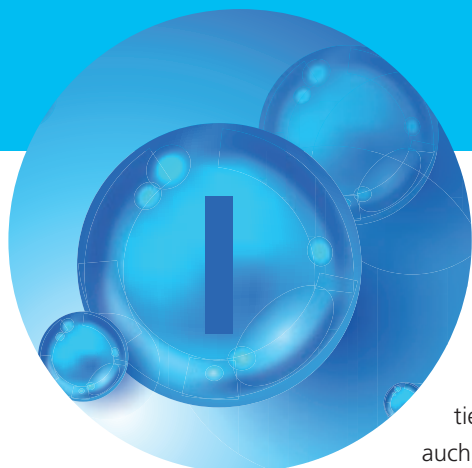
vorherigen Ableitung des Referenzwerts im Jahr 2000 wurde ein Zuschlag berücksichtigt, um die damalige unzureichende Jodversorgung der Bevölkerung zu verbessern. Dies entspricht nicht mehr der wissenschaftlichen Vorgehensweise für die Ableitung von Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr. Diese sind nicht für Personen mit einem Nährstoffmangel geeignet. In dem Fall ist die Zufuhrmenge des Nährstoffs individuell anzupassen.

Eine wichtige Neuerung ist, dass der Referenzwert für Säuglinge ebenfalls als empfohlene Zufuhr und nicht als Schätzwert abgeleitet wird. Dabei werden neben dem Gehalt in der Frauenmilch zusätzlich neuere Daten aus Bilanzstudien berücksichtigt. Für Säuglinge bis unter vier Monate hat sich die Angabe mit 80 µg/Tag verdoppelt.

Jodversorgung in Deutschland

Obwohl sich die Jodzufuhr in Deutschland durch die Einführung von jodiertem Speisesalz und Anreicherung des Tierfutters mit Jod insgesamt verbessert hat und sichtbare Jodmangelerscheinungen wie der Kropf fast nicht mehr vorkommen, zeigen Daten einen rückläufigen Trend in der Versorgung: So haben 44 % der Kinder und Jugendlichen und 32 % der Erwachsenen ein Risiko für eine zu geringe Jodzufuhr.

Dies ist auf mehrere Faktoren zurückzuführen. So wird z. B. jodiertes Speisesalz in verarbeiteten Lebensmitteln zunehmend seltener verwendet. Gleichzeitig entscheiden sich im Zuge einer ökologisch nachhaltigeren und pflanzenbetonten



Ernährungsweise immer mehr Menschen gegen Lebensmittel tierischer Herkunft. Dazu zählen auch wichtige Jodquellen wie Fisch sowie Milch und Milchprodukte. Diese werden vermehrt durch pflanzliche Alternativprodukte ersetzt, die von Natur aus nur geringe Mengen an Jod enthalten.

Wie kann eine ausreichende Jodversorgung erreicht werden?

Die DGE empfiehlt für eine ausreichende Jodzufuhr die konsequente Verwendung von jodiertem Speisesalz, sowohl im Haushalt als auch in verarbeiteten Lebensmitteln und in der Außer-Haus-Verpflegung. Bei pflanzlichen Milchalternativen wie Hafer-, Reis-, Mandel- und Sojadrinks rät die DGE zu angereicherten Produkten, insbesondere bei veganer Ernährung. Ansonsten sollte die Zufuhr von Jod aus anderen Lebensmitteln oder Nährstoffpräparaten erfolgen.



Der neue Referenzwert wurde in einer gemeinsam mit dem Arbeitskreis Jodmangel veröffentlichten Presseinformation „Neue Referenzwerte für die Jodzufuhr – Jod wichtiger denn je!“ am 10. September 2025 vorgestellt. Sie beinhaltet einen Hinweis auf die Informationsoffensive des BMLEH „Wenn Salz, dann Jodsalz!“.



Factsheets zu Nährstoffen

Neu verfügbar sind Factsheets zu ausgewählten Nährstoffen: Derzeit liegen Ausgaben zu Vitamin A, B₁₂, D, E, Folat sowie zu Calcium und Eisen vor. Sie bieten einen kompakten und verständlichen Überblick über Funktionen, mögliche Folgen einer Unter- oder Überversorgung sowie relevante Lebensmittelquellen. Ergänzend führen QR-Codes zu weiterführenden Informationen und beispielhaften Speiseplänen. Die Factsheets sind als kostenpflichtiger Download erhältlich und eignen sich insbesondere für die Ernährungsberatung und den Einsatz im Unterricht.

3

Wissenschaftliche Aktivitäten und Veröffentlichungen

Lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlungen werden zunehmend mithilfe mathematischer Optimierungsmodelle abgeleitet, um die komplexen Anforderungen an eine gesunde und nachhaltige Ernährung abzubilden. Auch für die DGE-Empfehlungen „Gut essen und trinken“ und den DGE-Ernährungskreis wurde ein solches Modell entwickelt und eingesetzt.



Erstes Methodenpapier zur mathematischen Optimierung von lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen

Die DGE-Arbeitsgruppe „Lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlungen“ veröffentlichte 2025 ein erstes Methodenpapier: Es analysiert systematisch, welche grundlegenden Modellentscheidungen getroffen wurden, wie Lebensmittelgruppen festgelegt wurden und welchen Einfluss unterschiedliche Nährstoffziele und mathematische Funktionen auf die Optimierungsergebnisse haben. Ziel ist es, fundierte Entscheidungen in der Modellierung zu ermöglichen und damit die Basis für präzise, wissenschaftlich gestützte Ernährungsempfehlungen zu schaffen. Die Studie liefert damit eine wichtige Grundlage für die Weiterentwicklung wissenschaftlich fundierter Ernährungsempfehlungen und zeigt auf, wie unterschiedliche Modellierungsansätze die Ergebnisse beeinflussen können. Ein zweites Methodenpapier wird weitere Aspekte der Optimierungsmethodik der DGE behandeln.

DGE-Protein-Leitlinie: Umbrella Review zu kardiovaskulären Risiken veröffentlicht

Die DGE publizierte 2025 ein Umbrella Review zu kardiovaskulären Erkrankungen als Teil der evidenzbasierten Protein-Leitlinie „Proteinzufuhr und Prävention gesundheitsbezogener Endpunkte“ im European Journal of Nutrition: Protein intake and cardiovascular diseases: an umbrella review of

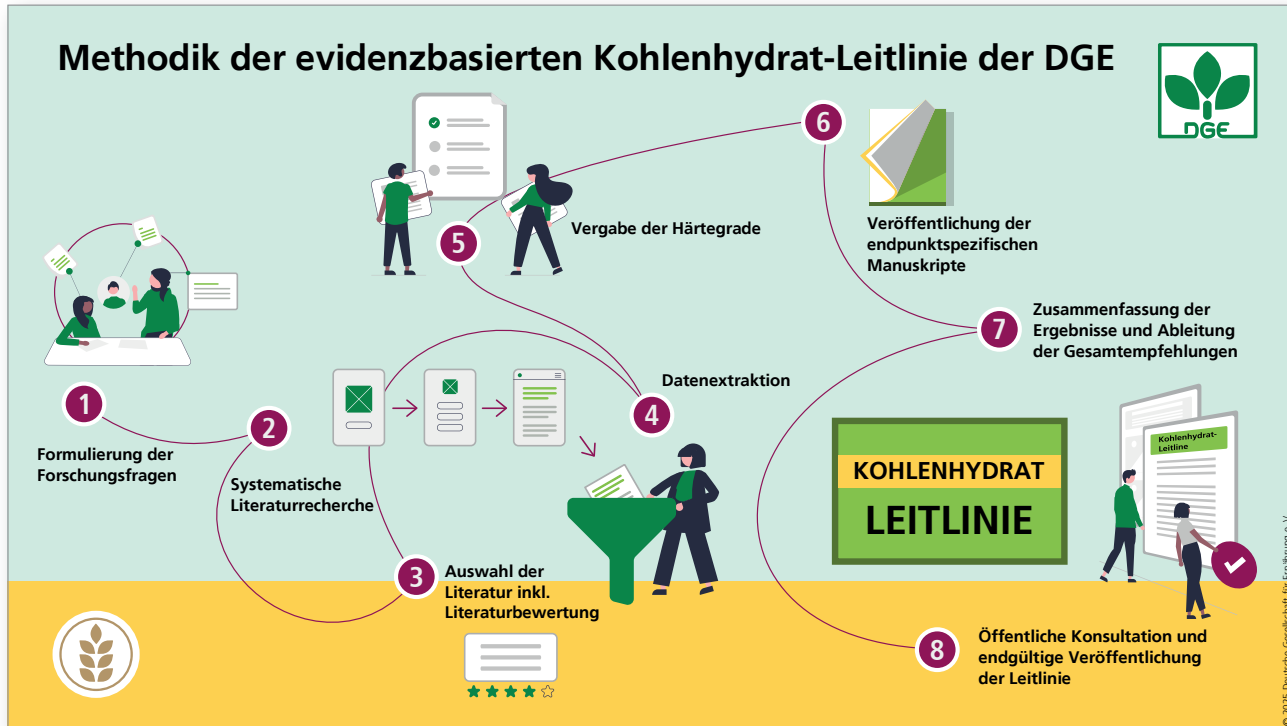
systematic reviews for the evidence-based guideline on protein intake of the German Nutrition Society.

Das Umbrella Review untersuchte, ob es einen Zusammenhang zwischen der Zufuhr von Protein und der Inzidenz von koronarer Herzkrankheit, Schlaganfall und kardiovaskulären Erkrankungen gibt. Es schloss zehn Studien ein, die alle auf prospektiven Kohortenstudien basieren, sechs Studien führten eine Metaanalyse durch. Die Follow-Up-Zeit der Primärstudien reichte von 18 Monaten bis 32 Jahren.

Insgesamt lässt sich aufgrund der vorliegenden Datenlage kein Zusammenhang zwischen der Proteinzufuhr und der Entwicklung von kardiovaskulären Erkrankungen ableiten, unabhängig von der Proteinquelle.

Die evidenzbasierte Protein-Leitlinie der DGE beschäftigt sich mit der Frage, welche Beziehung zwischen der Quantität und der Qualität von Protein in der Ernährung und den Endpunkten Blutdruck, kardiovaskulären Erkrankungen, Knochengesundheit, Körpergewichtsstabilität, Krebs, Muskelgesundheit, Nierengesundheit sowie Typ-2-Diabetes in der erwachsenen Allgemeinbevölkerung besteht.





Mehrstufigenschema für das Vorgehen zur Methodik der Kohlenhydratleitlinie

Methodik zur Kohlenhydrat-Leitlinie der DGE veröffentlicht

Die DGE veröffentlichte 2025 im *European Journal of Nutrition* die Methodik zur Erstellung der evidenzbasierten Kohlenhydrat-Leitlinie. Eine Leitlinienkommission aus Mitgliedern des Wissenschaftlichen Präsidiums, weiteren ausgewählten Expert*innen und Mitarbeitenden des Referats Wissenschaft entwickelte dafür einen methodischen Ansatz. Der Beitrag [„Dietary carbohydrate intake and health-related outcomes: a protocol for the evidence evaluation methodology for the new guideline on dietary carbohydrate intake of the German Nutrition Society“](#) beschreibt das Vorgehen zur Evidenzbewertung und bildet die Grundlage für die Erstellung der Leitlinie.

Die Kohlenhydrat-Leitlinie der DGE behandelt die Frage, welche Beziehung zwischen der Quantität und Qualität von Kohlenhydraten in der Ernährung

und den gesundheitsbezogenen Endpunkten, wie körperlsgewichtsbezogene Endpunkte, Typ-2-Diabetes, Dyslipidämie, erhöhter Blutdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs sowie Zahnkaries und Parodontalerkrankungen besteht. Zu den relevanten Aspekten der Kohlenhydratzufuhr gehören Gesamtkohlenhydrate, Zucker, Stärke, glykämischer Index, Insulinindex, glykämische Last, Insulinlast, Ballaststoffe und Vollkornprodukte.

Analog zu den bisherigen Leitlinien der DGE zu Protein und Fett bildet ein Mehrstufigenschema die Basis für das methodische Vorgehen. Für die Erstellung der Kohlenhydrat-Leitlinie erfolgen systematische Literaturrecherchen nach systematischen Übersichtsarbeiten mit Metaanalysen von prospektiven Studien (u. a. Kohortenstudien und randomisierten kontrollierten Interventionsstudien (RCTs)) nach vorab festgelegten Ein- und Ausschlusskriterien. Die Literaturrecherche wird in den Datenbanken MEDLINE und Epistemonikos

durchgeführt und berücksichtigt Studien, die seit 2015 veröffentlicht wurden.

Für die neue Kohlenhydrat-Leitlinie werden die Ergebnisse zusammengefasst und die Gesamtempfehlungen mithilfe eines sogenannten Evidence-to-Decision (EtD) Framework mit Kriterien wie Vertrauenswürdigkeit der Evidenz, Priorisierung der Endpunkte und ökologische Nachhaltigkeit erarbeitet. Nach einer öffentlichen Konsultation der ersten Version für zwei Monate erfolgt die Veröffentlichung der finalen Fassung.

Relevanz der lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen für die medizinische Praxis

Der Artikel beschreibt zunächst die überarbeiteten lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen, die im März 2024 für gesunde Erwachsene von 18 bis 65 Jahren mit omnivorer Ernährungsweise veröffentlicht wurden. Sie basieren auf einem mathematischen Optimierungsmodell, das Gesundheitsaspekte, wie eine adäquate Energie- und Nährstoffversorgung, und Zusammenhänge zwischen Lebensmittelverzehr und ernährungsmitbedingten Erkrankungen sowie Umweltaspekte und den üblichen Lebensmittelverzehr in Deutschland integriert. Die daraus abgeleiteten DGE-Empfehlungen „Gut essen und trinken“ stehen für eine pflanzenbetonte Mischkost. Das Optimierungsmodell erlaubt – neben der kontinuierlichen Weiterentwicklung der lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen – diese auch für weitere Zielgruppen zu entwickeln.

Es wird gezeigt, dass die DGE-Empfehlungen mit den medizinischen Leitlinien zur Prävention und Behandlung ernährungsmitbedingter Erkrankungen konsistent sind und somit eine hohe Relevanz für die medizinische Praxis haben. Für Menschen mit bestehenden ernährungsabhängigen Erkran-

kungen ist häufig eine individualisierte ernährungstherapeutische Betreuung durch qualifizierte Fachkräfte notwendig.

Mitarbeit an medizinischen Leitlinien der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V. (AWMF)

Im Jahr 2025 wurde unter anderem die S2k-Leitlinie zu Diagnostik und Therapie des polyzystischen Ovarialsyndroms (PCOS) fertiggestellt. Begleitend erschien in der Zeitschrift „Die Gynäkologie“ ein Artikel zum Thema „Multimodale Basistherapie bei polyzystischem Ovarialsyndrom“, der die Bereiche Ernährung, Bewegung und Verhaltenstherapie umfasst (Breidenassel C, Joisten C, Hauner H Die Gynäkologie 2025 Oct.; 58(12))
→ <https://doi.org/10.1007/s00129-025-05425-z>

Zudem wurde das Kapitel zur Prävention von Adipositas aus der „S3-Leitlinie Adipositas – Prävention und Therapie“ international in der Zeitschrift „Obesity Facts“ veröffentlicht (Philipsborn P, Bahlke M, Breidenassel C et al.; Prevention of Obesity among Adults: Evidence- and Consensus-Based Guideline. Obes Facts 2025)
→ <https://doi.org/10.1159/000546415>

Im August 2025 veröffentlichte die DGE in der Zeitschrift „Aktuelle Ernährungsmedizin“ den Artikel „Lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE): Relevanz für die medizinische Praxis“.





DGE-Positionspapier international sichtbar



2025 veröffentlichte die DGE die englischen Übersetzungen ihrer drei 2024 veröffentlichten Positionspapiere zu veganer Ernährung, Alkohol sowie Kuhmilch und pflanzlichen Milchalternativen online in der Ernährungs Umschau. Diese finden sich zusammen mit weiteren Informationen auch auf der DGE-Webseite zum Download.

Klug A, Barbaresko J, Alexy U et al. Update of the DGE position on vegan diet – Position statement of the German Nutrition Society (DGE). Ernährungs Umschau 2024; 71(7): 60-84.
→ <https://doi.org/10.4455/eu.2024.22>

Richter M, Tauer J, Conrad J et al. Alcohol consumption in Germany, health and social consequences and derivation of recommendations for action – Position statement of the German Nutrition Society (DGE). Ernährungs Umschau 2024; 71(10): 125-39.
→ <https://doi.org/10.4455/eu.2024.033>

Richter M, Schäfer AC, Alexy U et al. Dairy and plant-based milk alternatives as part of a more sustainable diet – Position statement of the German Nutrition Society (DGE). Ernährungs Umschau 2024; 71(12): 162-81.
→ <https://doi.org/10.4455/eu.2024.043>

Einen Letter zum möglichen Beitrag pflanzlicher Milchalternativen zur Nährstoffversorgung innerhalb nachhaltiger Ernährungsweisen hat die DGE in den Annals of Nutrition and Metabolism veröffentlicht. Neben dem Produkt selbst und dessen Anreicherung mit Nährstoffen ist vor allem die Menge an Kuhmilch, die mit einer pflanzlichen Milchalternative ersetzt wird, und die übrige Ernährung ausschlaggebend. Fazit des Artikels ist, dass bei einem Ersatz von Kuhmilch durch pflanzliche Milchalternativen über Calcium hinaus weitere Nährstoffe, v. a. Jod, beachtet werden sollten.

Richter M, Klug A, Breidenassel C et al. Potential Contribution of Plant-Based Milk Alternatives to the Nutrient Supply in Sustainable Diets. Ann Nutr Metab (2025); 82(1): 60–61.

→ <https://doi.org/10.1159/000548487>

Um die internationale Sichtbarkeit der Publikationen zu erhöhen, wurden sie auf den Newsportalen der International Union of Nutritional Sciences (IUNS) und der Federation of European Nutrition Societies (FENS) veröffentlicht.

15. DGE-Ernährungsbericht: Zusammenfassungen und Kern- aussagen in Englisch

Nach Veröffentlichung des 15. DGE-Ernährungsberichts im November 2024 sind die Zusammenfassungen und Kernaussagen aller 14 Kapitel auf der DGE-Webseite in englischer Sprache verfügbar.

→ www.dge.de/english/nutrition-reports/#c8959

Abstracts zum DGE-Kongress 2025



Der Abstractband beinhaltet die Kurzfassungen von Vorträgen und Postern zum 62. Wissenschaftlichen Kongress der DGE. Die Veranstaltung fand vom 12. bis 14. März 2025 in Kassel in Zusammenarbeit

mit der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg zum Thema „Was bestimmt unsere Lebensmittelauswahl? – Einfluss von Kultur und Biologie“ statt.





Neue Medien der IN FORM-Projekte



Warum sich der Einsatz des DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in ... lohnt – Factsheets zeigen die wichtigsten Argumente auf einen Blick

Die Factsheets zu den verschiedenen Lebenswelten von Kita und Schule über Betriebe bis hin zu Klinik und

Senioreneinrichtung richten sich v. a. an Entscheider*innen in der Gemeinschaftsverpflegung, an die zahlreiche Ansprüche gestellt werden. Sie zeigen auf einen Blick relevante Aspekte auf, die für die Umsetzung des jeweiligen DGE-Qualitätsstandards sprechen, um den unterschiedlichen Herausforderungen gerecht zu werden.



Frühstück in der Kita – Broschüre liefert vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten

In vielen Kitas ist das Frühstück ein fester Bestandteil des Alltags. Doch wie kann in der Einrichtung gefrühstückt werden? Durch ein mitgebrachtes, individuelles Frühstück oder ein von der Kita organisiertes Essen? Die Broschüre liefert Einblicke in die Erfahrungen anderer Kitas und zeigt verschiedene Möglichkeiten auf, wie ein Frühstück je nach vorhandenen Ressourcen gestaltet werden kann.

Broschüre: Nachhaltig lecker!

Wie gelingt eine Ernährung, die sowohl gesund als auch nachhaltig ist? Die Broschüre aus der Reihe DGE-Praxiswissen gibt wertvolle Tipps, wie gesunde und nachhaltige Essgewohnheiten in den Alltag integriert werden können. Sie richtet sich an alle, die nicht nur die Grundlagen einer gesunden und nachhaltigen Ernährung kennenlernen, sondern auch praktische Tipps für die Umsetzung erhalten möchten. Leser*innen erfahren, wie sie durch eine gezielte Mahlzeitenplanung und Meal Prepping Zeit sparen und stressfrei kochen können.



nen. 13 Rezepte laden zum Nachkochen ein und zeigen, wie einfach ein gesunder und nachhaltiger Genuss sein kann.

Factsheet zum Thema Nacht- und Schichtarbeit

Das Arbeiten in Nacht- und Schichtarbeit macht eine gesunde und nachhaltige Ernährung oft zur Herausforderung. Wie Betriebe ihre Mitarbeitenden dabei unterstützen können, fit und leistungsfähig zu bleiben, zeigt das neue Factsheet.

Neu aufgelegt: 6 Broschüren zu Klinik- und Seniorenverpflegung

Die bewährten Broschüren der Reihe „DGE-Praxiswissen“ wurden im Mai 2025 nach umfangreicher Überarbeitung als Neuauflagen veröffentlicht. Sie richten sich u. a. an Verantwortliche der Klinik- und Seniorenverpflegung und greifen jeweils lebensweltspezifisch die Themen Kau- und Schluckstörungen sowie Mangelernährung auf. Weitere Titel sind „Essen und Trinken im Alter“ sowie „Essen und Trinken bei Demenz“.





3. Ergänzungslieferung der DGE-Beratungsstandards

Mit fünf beratungsrelevanten Themen hat die DGE 2025 ihre Beratungsstandards aktualisiert. Die Kapitel Alkohol, lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlungen, vegetarische und vegane Ernährung, Ernährung für Säuglinge sowie Ernährung im Kindes- und Jugendalter wurden überarbeitet und als 3. Ergänzungslieferung veröffentlicht.

Einheitliche und wissenschaftlich fundierte Aussagen sind essenziell für die qualitätsgesicherte Ernährungsberatung und -therapie. Die DGE-Beratungsstandards bieten Ernährungsfachkräften und Multiplikator*innen dafür eine verlässliche Grundlage. Sie basieren auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen, liefern einen Überblick über nährstoffbezogene Ernährungsempfehlungen sowie die Beurteilung verschiedener Ernährungsformen. Durch Ergänzungslieferungen werden sie regelmäßig aktualisiert.

Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr: Neuauflage erschienen

Die Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr werden von den Gesellschaften für Ernährung in Deutschland (DGE) und Österreich (ÖGE) gemeinsam herausgegeben. Referenzwerte benennen Mengen für die tägliche Zufuhr von Energie und Nährstoffen. Ihre Umsetzung trägt dazu bei, Wachstum, Entwicklung und Leistungsfähigkeit sowie die Gesundheit des Menschen ein Leben lang zu fördern bzw. zu erhalten. Somit sind die Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr eine unverzichtbare Grundlage für die Ernährungs- und Gesundheits-

beratung: Sie finden unter anderem Einsatz bei der Planung einer gesunden Ernährung und bei der Beurteilung der Nährstoffzufuhr. Die 3. Auflage, 1. Ausgabe 2025, ist als Neuauflage mit den überarbeiteten Referenzwerten Jod und Vitamin E, aktualisierten Daten und neuen Tabellen zur Nährstoffversorgung der Bevölkerung, Tabellen zum Nährstoffgehalt in Lebensmitteln sowie der Aufnahme der BfR-Höchstmengen in das Kapitel „Tolerierbare Gesamtaufnahmemenge“ erschienen (s. Themenschwerpunkt).

Broschüre „Gut essen und trinken – die DGE-Empfehlungen“

Bunt und gesund essen und dabei die Umwelt schonen, das sind die DGE-Empfehlungen „Gut essen und trinken“. Sie zeigen einen Weg, den Verzehr von pflanzlichen Lebensmitteln zu steigern und den von tierischen Lebensmitteln zu senken, um Gesundheit und Umwelt zu schützen. Die Empfehlungen richten sich an alle, die genussvoll und gesund erhaltend essen und trinken möchten. Die dazugehörige Broschüre bietet zu allen Empfehlungen weitere Informationen zu Lebensmitteln, Nachhaltigkeit und Umsetzung im Alltag.





Broschüre „Rund um den Ernährungskreis – mit den Empfehlungen der DGE“

Der DGE-Ernährungskreis bietet eine einfache und schnelle Orientierung für eine gesunde und nachhaltige Lebensmittelauswahl. Die Broschüre vermittelt anschaulich die Grundlagen einer abwechslungsreichen Ernährung und wird durch Rezepte sowie alltagstaugliche Tipps ergänzt. Sie eignet sich für die Verbraucher*innen- und Ernährungsberatung sowie für den Unterricht.



Überarbeitung: DGE-Infothek „Essen und Trinken bei Osteoporose und zur Osteoporose-Prävention“

Die Infothek informiert über das Krankheitsbild Osteoporose und gibt viele praktische Ernährungstipps zur Vorbeugung und Behandlung der Krankheit. Adressen zur qualifizierten Ernährungsberatung und zur weiterführenden Information runden den Ratgeber ab.

Factsheet „Nachhaltige Ernährungsempfehlungen“

Das Factsheet beschreibt die Bedeutung, Gemeinsamkeiten und Unterschiede von nachhaltigen Ernährungsempfehlungen (DGE-Empfehlungen und Planetary Health Diet). Es eignet sich zum Einsatz in der Verbraucher- und Ernährungsberatung sowie für den Unterricht. Das Factsheet wird zum kostenfreien Download angeboten.



Factsheet Sammlung Nährstoffe

Die neuen Factsheets zu einzelnen Nährstoffen geben kompakt und leicht verständlich einen Überblick zu Vitamin A, B₁₂, D, E, Folat sowie zu Calcium, Eisen und Jod. Klar strukturiert bieten die doppelseitigen Factsheets Informationen zur Funktion und zum Referenzwert für Jugendliche und Erwachsene. Was bei Unter- oder Überversorgung passiert und in welchen Lebensmitteln der Nährstoff enthalten ist, wird ebenfalls anschaulich dargestellt. QR-Codes verlinken zu weiteren Informationen und beispielhaften Speiseplänen auf der Webseite. Die Factsheets im DIN-A4-Format sind einzeln oder als Sammlung (acht Stück) zum kostenpflichtigen Download verfügbar.

LEICHTE SPRACHE

Infoblätter in Leichter Sprache

Medien in Leichter Sprache sind hilfreich für Menschen mit Lernschwierigkeiten, aber auch für Menschen, die nur wenig Deutsch beherrschen. Die DGE bietet Infoblätter zu den lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen in Leichter Sprache an, die gemeinsam mit Special Olympics Deutschland (SOD) erarbeitet und aktualisiert wurden. Sie eignen sich zum Einsatz in der Verbraucher*innen- und Ernährungsberatung sowie für den Unterricht.

Infoblatt Leichte Sprache „Kein Alkohol trinken ist am besten“

Alkohol trinken steht im Zusammenhang mit mehr als 200 verschiedenen negativen gesundheitlichen Folgen wie Krankheiten und Unfällen. Das 2025 erschienene Infoblatt in Leichter Sprache gibt einen Überblick zu den Risiken des Konsums von alkoholischen Getränken.

Überarbeitet: Infoblätter Leichte Sprache „Ballast-Stoffe“, „Obst und Gemüse“, „Wasser trinken“, und „Hülsen-Früchte“

Aktualisiert wurden die bereits vorhandenen Infoblätter zu Hülsenfrüchten, Ballaststoffen, Wasser, Obst und Gemüse. Sie geben einen kompakten Überblick über die Bedeutung der jeweiligen Lebensmittelgruppe für den Körper und die Gesundheit. Die Seiten informieren über die Mengen, die in der täglichen Speiseplanung berücksichtigt werden sollten und bieten praxisnahe Tipps für die Umsetzung im Alltag. Ein passendes Rezept wie Beeren-Müsli, Rotkohl-Salat oder Möhren-Linsen-Suppe ergänzt die jeweiligen Informationen.



Die barrierefreien Infoblätter stehen zum kostenfreien Download auf der Webseite der DGE und im DGE-Medienservice zur Verfügung. Außerdem werden sie auf der Webseite von Special Olympics mit weiteren Informationen in Leichter Sprache angeboten:

→ www.gesundheit-leicht-verstehen.de

Aktivitäten und Veröffentlichungen der DGE-Arbeitsgruppen

DGE-Arbeitsgruppe „Personalisierte Ernährung“

Anfang 2025 veröffentlichte die DGE-Arbeitsgruppe (AG) „Personalisierte Ernährung“ ihren fünften Artikel in der Fachzeitschrift *Advances in Nutrition*. Er diskutiert die Bedeutung von Daten im durch die AG entwickelten Konzept der „adaptiven personalisierten Ernährungsberatungssysteme“ (adaptive personalized nutrition advice systems, APNAs). Prof. Dr. Christina Holzapfel erläutert in einem Interview für den DGE-Blog, dass dieser Ansatz neben den herkömmlichen Faktoren wie Lebensstil, Gesundheitsstatus und Risikofaktoren, auch Fähigkeiten, Kapazitäten, Ziele und Zwänge eines Menschen innerhalb seines täglichen Lebens und sozialen Kontexts berücksichtigt. Das heißt, Empfehlungen, Dienstleistungen oder Produkte werden auf personalisierte Ziele und Verhalten abgestimmt, die zudem auf dynamischen, individuellen und nicht mehr nur auf statischen Daten basieren.

Vom 27. bis 28. Februar 2025 traf sich die AG ein zweites Mal in München. Unter Leitung von Prof. Dr. Christina Holzapfel und Prof. Dr. Britta Renner arbeitete sie neben dem fachlichen und interdisziplinären Austausch auch an aktuellen Projekten und lotete Fördermöglichkeiten aus, um das APNAS-Modell in die Anwendung zu bringen.

DGE-Arbeitsgruppe „Sporternährung“

Im Dezember 2025 veröffentlichte die DGE-Arbeitsgruppe „Sporternährung“ das Statement „Nahrungsergänzungsmittel und Sponsoring im Sport“. Die Expert*innen weisen darin ausdrücklich darauf hin, dass eine ausgewo-

gene, vielseitige und an den Bedarf angepasste Ernährung in den meisten Fällen ausreicht, um auch im Leistungssport Spitzenleistungen zu erbringen – ohne die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln. Die AG rät Sportler*innen dringend, Nahrungsergänzungsmittel nur unter fachkundiger Beratung durch entsprechend qualifizierte Fachkräfte und nach vorheriger Abschätzung von individuellem Nutzen und Risiken zu verwenden.



Für den DGE-Kongress 2025 in Kassel organisierte die AG eine Joint Session zusammen mit der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (DGSP) zum Thema „Nahrungsergänzungsmittel versus Food First Approach im Sport“. Die Moderation hatten Prof. Dr. med. Andreas Nieß (DGSP, AG Sporternährung) und DGE-Geschäftsführerin Dr. Kiran Virmani inne. Im Juni beteiligte sich die AG am Sports Medicine Health Summit (SMHS) 2025 in Hamburg mit zwei Sessions:

1. NEM-Joint Session (DGE/DGSP) „Nahrungsergänzungsmittel versus Food First Approach im Sport“
2. Workshop zum Thema: „Methoden zur Quantifizierung von Energiebedarf und -aufnahme“



4

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

DGE-Internetauftritt

Die DGE informiert zielgruppenspezifisch zu ihren Veröffentlichungen, neuen Medien und Maßnahmen über ihren Internetauftritt, Newsletter, Blog, Podcasts, Presseinformationen sowie über ihre Social-Media-Kanäle. Die DGE beantwortet Anfragen von Journalist*innen und gibt Interviews in Hörfunk, Fernsehen oder Podcasts zu ernährungsrelevanten Themen.

2025 verzeichnete die Internetseite der DGE ein durchschnittliches Besuchervolumen von 271 293 Besuchen (Visits) pro Monat, was rund 3,25 Mio. Besuchen im gesamten Jahr entsprach.
→ www.dge.de

Die DGE-Webseite bietet Informationen zur ausgewogenen und nachhaltigen Ernährung, zu den lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen sowie zur Ernährung unterschiedlicher Bevölkerungsgruppen. Stellungnahmen und Leitlinien sowie die Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr mit Daten zu einzelnen Makro- und Mikronährstoffen werden vorgestellt.

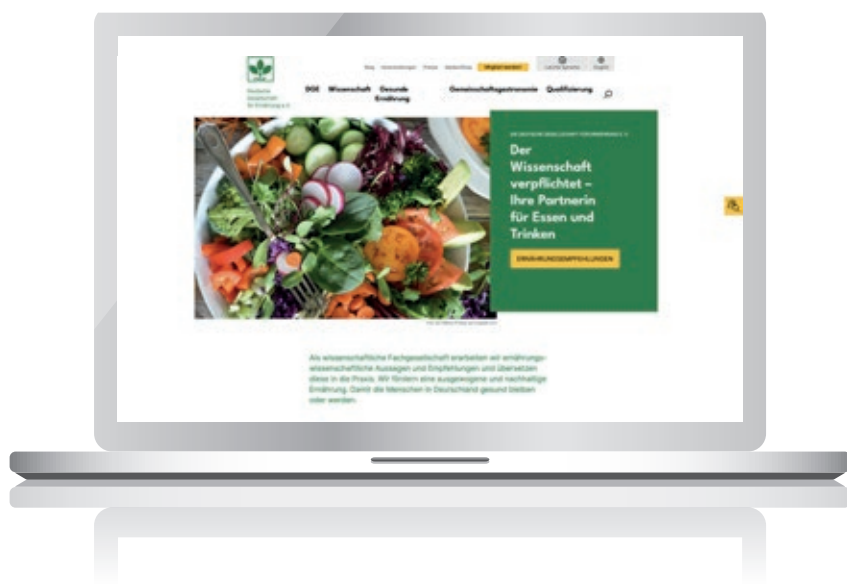
Informationen rund um die Gemeinschaftsgastronomie, zu den DGE-Qualitätsstandards und zum DGE-VerpflegungsCheck ergänzen das Angebot.

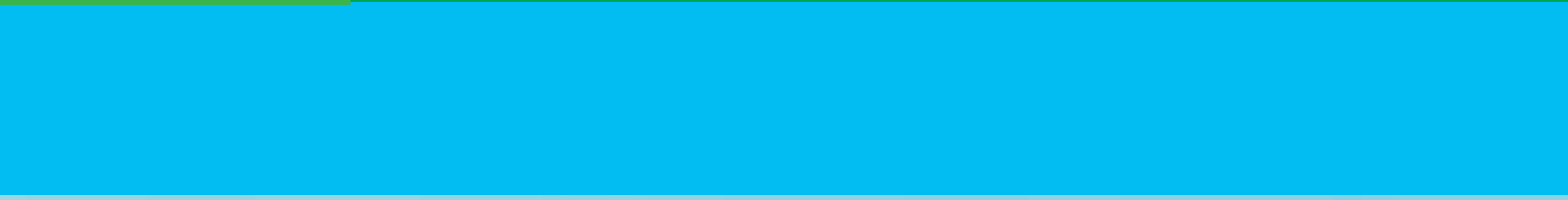
Auch die Sektionen, Vernetzungsstellen und Projekte der DGE präsentieren sich auf der Internetseite. Interessierte können sich zu Fortbildungen und Veranstaltungen sowie zur DGE-Mitgliedschaft informieren. Sie finden zudem eine Übersicht zertifizierter Ernährungsfachkräfte und Kursleiter*innen für das DGE-Training ICH-nehme-ab.

IN FORM in der Gemeinschaftsverpflegung

Auf fünf lebensweltspezifischen Internetseiten präsentiert das Projekt IN FORM in der Gemeinschaftsgastronomie und -verpflegung Fachinformationen und Medien zur Optimierung der Verpflegungsqualität in unterschiedlichen Einrichtungen von der Kita bis zur Senioreneinrichtung. Im Zentrum stehen die DGE-Qualitätsstandards, die die Kriterien für eine optimale, gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung beschreiben. Rezeptdatenbanken, Aktionswochen, ein Online-Speiseplancheck und Erklärfilme unterstützen bei der praktischen Umsetzung.

- www.fitkid-aktion.de
- www.schuleplussessen.de
- www.jobundfit.de
- www.station-ernaehrung.de
- www.fitimalter-dge.de





Social-Media-Aktivitäten



Die DGE ist auf verschiedenen Social-Media-Kanälen präsent: Bluesky, LinkedIn, Instagram, Facebook und YouTube. 2025 veröffentlichte sie auf all ihren Social-Media-Profilen insgesamt 1 413 Posts, die rund 1,2 Millionen Aufrufe erzielt haben. Die durchschnittliche Interaktionsrate – über alle Kanäle hinweg – lag bei 4,55 %.



Die DGE bei Bluesky

Über ihren Bluesky-Kanal informiert die DGE seit Dezember 2024 unter dem Namen @dgewissen.bsky.social über ihre wissenschaftliche Arbeit, Qualifizierungsangebote bei der DGE sowie ernährungsrelevante Themen aus der Ernährungspraxis und Gemeinschaftsverpflegung. Der Kanal trägt zur Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung bei und stärkt die Kommunikation zwischen nationalen und internationalen

Institutionen. Zu den Zielgruppen zählen Medienvertretende, wissenschaftliche Institutionen, Universitäten, Verbände, Ministerien sowie politische Parteien – insbesondere aus dem Ernährungs- und Gesundheitsbereich – sowie Ernährungsfachkräfte und Verbrau-

cher*innen. Die Social-Media-Redaktion veröffentlichte 2025 insgesamt 475 Posts, im Schnitt 9 pro Woche.



LinkedIn – über 4 000 neue Follower

Seit April 2021 ist die DGE mit einem eigenen Account auf dem weltweit größten Berufszusammenhang LinkedIn vertreten. 2022 wurden acht Fokuseiten der Sektionen und Vernetzungsstellen ergänzt, die vom DGE-Social-Media-Team mitbetreut werden.

Der Schwerpunkt liegt darauf, sich mit Wissenschaftler*innen und Ernährungsfachkräften zu vernetzen und auf Veranstaltungen aufmerksam zu machen. Gleichzeitig positioniert sich die Fachgesellschaft als potenzielle Arbeitgeberin.

Auf dem DGE-LinkedIn-Kanal erschienen 2025 insgesamt 245 Posts. Das bedeutet im Schnitt knapp 5 Posts pro Woche. Auf den zugehörigen Fokuseiten wurden weitere 358 Posts veröffent-



licht, darunter 281 Reposts von Inhalten der DGE-Hauptseite. Die durchschnittliche Interaktionsrate lag bei 5,49 %.

Zum Jahresende hatte der DGE-Kanal inkl. Fokussseiten insgesamt 19 827 Follower*innen (Vorjahr: 15 562 Follower*innen) auf LinkedIn. Die meisten folgten dabei dem DGE-Hauptkanal (18 687 Follower*innen).



**Instagram –
über 2 000 neue Follower**

Seit Mai 2023 ist die DGE auf Instagram vertreten. Das Social-Media-Team postete insgesamt 244 Beiträge (Foto-Posts, Carousel-Posts, Videos, Stories sowie Direktnachrichten und Kommentare),

das entspricht durchschnittlich knapp 5 Beiträge pro Woche in allen genannten Formaten. Die durchschnittliche Interaktionsrate lag bei 3,03 %. Zum Ende des Jahres hatte der DGE-Instagram-Kanal 12 485 Follower*innen (Vorjahr: 10 380 Follower*innen).



f Facebook

Den DGE-Facebook-Kanal richtete das Social-Media-Team ebenso wie den Instagram-Kanal im Mai 2023 ein. Mit insgesamt 91 Posts veröffentlichte die DGE im Jahr 2025 im Schnitt 2 Posts pro Woche. Die durchschnittliche Interaktionsrate lag bei 4,1 %. Zum Ende des Jahres hatte der DGE-Facebook-Kanal 13 824 Follower*innen (Vorjahr: 13 754 Follower*innen).

YouTube Die Videos mit den meisten Aufrufen 2025 waren:

Beikost: Wann starten, was einsetzen, wie zubereiten?

8.488

Ernährung in der Stillzeit: Was sollten Mütter essen und trinken – was nicht?!

4.499

Ernährung in der Schwangerschaft: „Nicht für zwei essen – sondern für zwei denken!“

4.211

Ernährung im Alter: So gelingt sie ausgewogen, vielfältig & genussvoll

3.251

Ernährung im Alter: Hilfsmittel für mehr Freude beim Essen

2.680



DGE-Blog: Einblick in die Praxis der Ernährungswissenschaften

2025 sind auf DGE-Blog insgesamt 8 Beiträge erschienen. Zu Wort kommen sowohl Wissenschaftler*innen als auch Mitarbeiter*innen der DGE mit aktuellen Themen.

DGE-Newsletter

Der Newsletter dient als Forum für aktuelle und wissenschaftliche Informationen der DGE. Im vergangenen Jahr stieg die Abonent*innenzahl auf 18 222.

Er informiert Interessent*innen über die vielfältigen Aktivitäten der wissenschaftlichen Fachgesellschaft. Alle Interessierten erhalten über ihn die Möglichkeit, sich über aktuelle Erkenntnisse aus dem Bereich der Ernährungswissenschaft sowie neue Publikationen und Veranstaltungen der DGE zu informieren.



Presseanfragen und -informationen

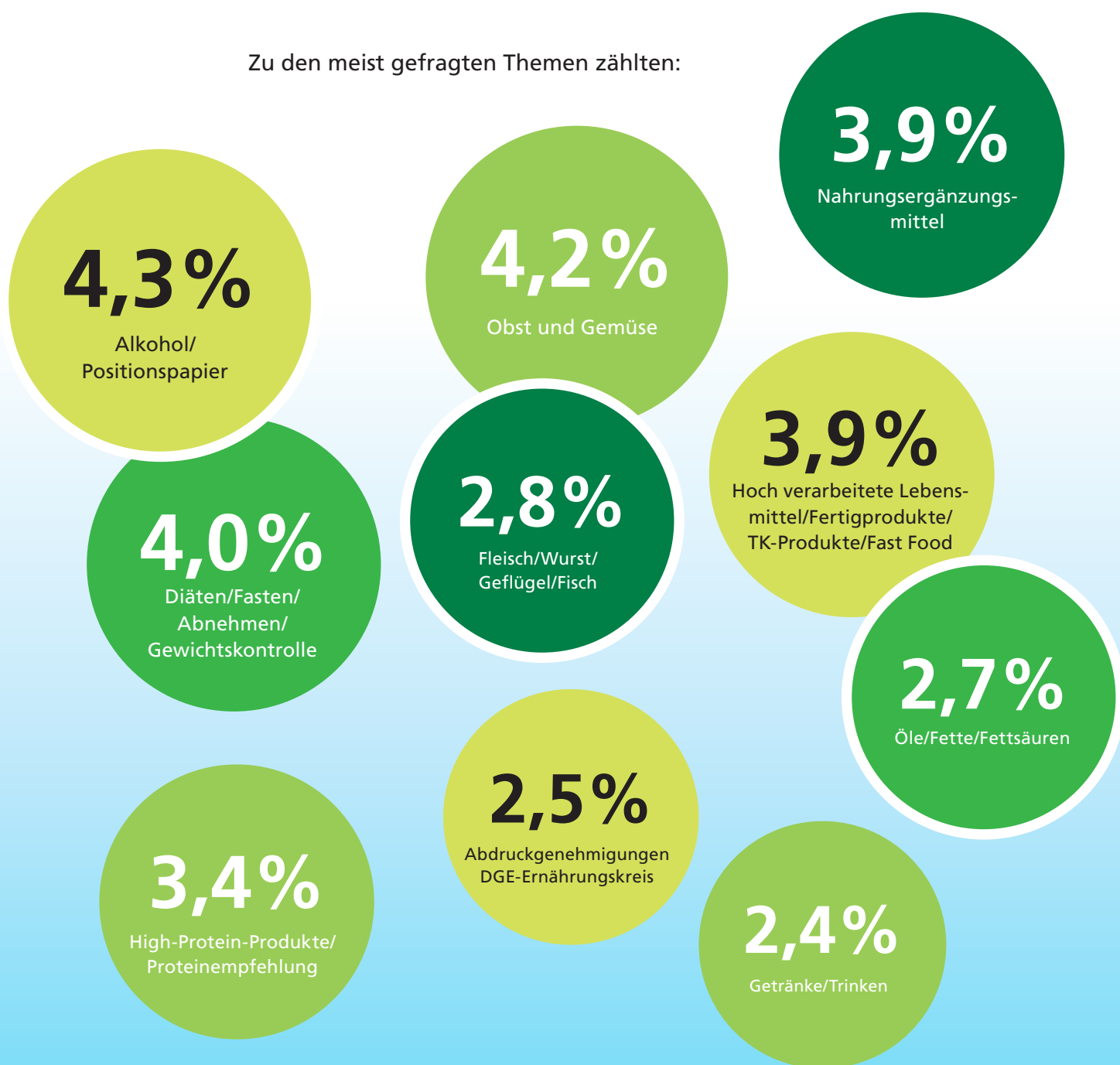


2025 beantworteten
die Mitarbeiter*innen
der DGE-Pressestelle
672 Anfragen, davon

- 255** Anfragen der Fach- und Publikumspresse
- 53** Anfragen von TV-Redaktionen
- 84** Anfragen von Hörfunkredaktionen
- 27** Anfragen von Internetredaktionen,
Gesundheitsportalen

- 48** Anfragen Sonstiger, z. B. Institutionen,
Organisationen, Krankenkassen, Verlage,
Firmen, Agenturen, Fragen zu Veranstal-
tungen, Wissenschafts- und Journalisten
preisen

Zu den meist gefragten Themen zählten:





Öffentlichkeitsarbeit zum DGE-Positionspapier Alkohol

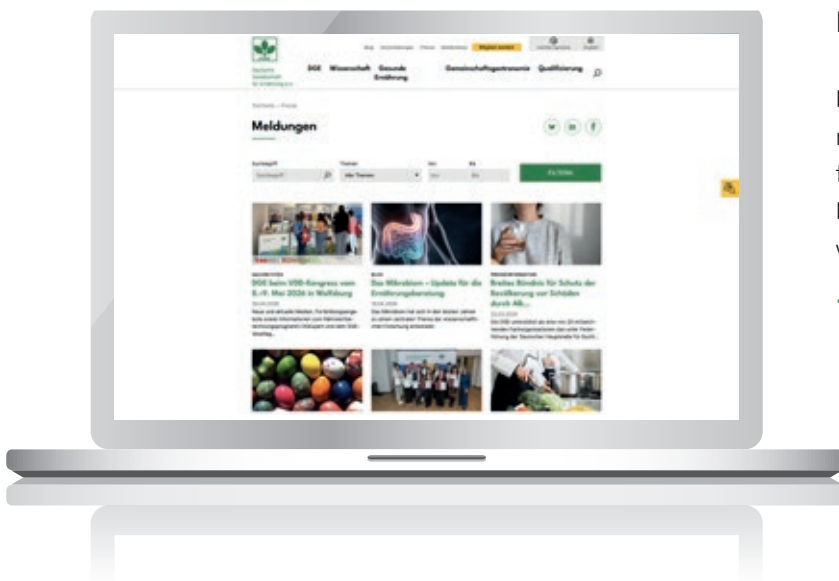
Im Zuge der Medienberichterstattung zur Veröffentlichung des DGE-Positionspapiers „Alkohol – Zufuhr in Deutschland, gesundheitliche sowie soziale Folgen und Ableitung von Handlungsempfehlungen“ erschienen insgesamt 151 Beiträge in deutschsprachigen Print- und Onlinemedien, die sich direkt auf die Empfehlung beziehen, möglichst keinen Alkohol zu trinken.



Presseinformationen und Nachrichten

Mit den regelmäßig veröffentlichten Presseinformationen und Kurznachrichten bietet die DGE fundierte und aktuelle Informationen und Hintergrundwissen. Eine Übersicht der Presseveröffentlichungen:

→ www.dge.de/presse/meldungen



Podcasts



Podcast „Zu Tisch, bitte!“

Informationen über Ernährung finden sich viele. Doch woher wissen Verbraucher*innen, was davon wirklich stimmt? Und wie ist der aktuelle wissenschaftliche Stand überhaupt? Der Podcast „Zu Tisch, bitte!“, der Ernährungspodcast aus Niedersachsen, bietet eine Orientierung, sodass sich Zuhörer*innen eine eigene Meinung bilden können. Die Redaktion greift aktuelle Ernährungsthemen auf, lädt Expert*innen ein und diskutiert miteinander. Die Folgen thematisieren u. a. Aspekte wie Glutenunverträglichkeit, Ernährung im Alter oder faire Ernährungsumgebungen. Eine Kids Edition greift speziell Themen rund um Kinderernährung und Kita auf. Der Podcast wird von der DGE-Sektion und der Vernetzungsstelle Seniorenernährung Niedersachsen gemeinsam gestaltet.



Horch mal wer da is(s)t! – Der Podcast für die Kitaverpflegung

Im IN FORM-Projekt der Vernetzungsstelle Kita-Verpflegung Thüringen wird ein Podcast zu unterschiedlichen Aspekten der Kitaverpflegung angeboten. Eingeladen werden Expert*innen aus Praxis und Theorie. „Horch mal wer da is(s)t!“ bietet Informationen und Umsetzungsideen für die Verpflegung in der Kita-Einrichtung.



Redaktionskooperationen und Expert*innen-Interviews

Mit verschiedenen Redaktionen werden Kooperationen vereinbart, mit einigen Redaktionen gibt es auch eine kontinuierliche Zusammenarbeit. Das DGE-Presseteam steht für Expert*innen-Statements bereit oder stellt ausführliche Informationen für Sonderberichte zu Ernährungs- und Warenkundethemen sowie zur Beantwortung von Leser*innenfragen zur Verfügung.

Kooperation mit der Fachzeitschrift „VerpflegungsManagement“

Seit 2004 besteht eine Kooperation des Referates GV mit der Zeitschrift „VerpflegungsManagement“. Sie spricht schwerpunktmäßig die Zielgruppen „stationäre Senioreneinrichtungen, Essen auf Rädern, Krankenhäuser, Rehabilitationskliniken

sowie Betreutes Leben“ an. Mit dem Verkauf der Zeitschrift im Frühjahr 2025 endete die Kooperation. Im Berichtsjahr erschienen zwei Artikel zu den Themen „Kuhmilch(producte) und pflanzliche Milchalternativen“ sowie zu „Kau- und Schluckstörungen in Kliniken“.

Kooperation mit der Redaktion Focus Gesundheit

Der Redaktion Focus Gesundheit, Burda Verlag, wurden zu ausgewählten Lebensmitteln 4-6 gesundheitliche Fakten von der DGE zur Verfügung gestellt. Die Redaktion setzte diese grafisch um und postete zu 10 Themen einen „Food-Check“ auf ihrem Social-Media-Kanal Facebook.

Mandarine - im Check

- Kalorienarm**
50 kcal auf 100 Gramm,
86 Prozent Wasser
- Reich an Vitamin C**
Wichtig u.a. für
Knochen und Zähne
- Saison**
November bis
Februar
- Enthält Kalium**
Wirkt positiv
u.a. auf die
Herzgesundheit
- Unterschied zur Clementine**
Mandarine:
viele Kerne, herb;
Clementine:
festere Schale, mild
- Kann man die weiße Schale mitessen?**
Ja. Die Ballaststoffe
sorgen u.a. für eine
lange Sättigung

Bildinhalt erstellt von FOCUS-Gesundheit mit Hilfe von KI (ChatGPT)

FOCUS GESUNDHEIT #Foodcheck #Lecker

Wissenschafts- und Journalistenpreise

Hans Adolf-Krebs Preis 2025

Mit dem Wissenschaftspreis ehrt die DGE herausragende junge Wissenschaftler*innen, deren wegweisende Forschungsarbeiten sich mit bedeutenden ernährungsphysiologischen Fragestellungen beschäftigen. 2025 zeichnete die DGE den Ernährungswissenschaftler Dr. Fabian Eichelmann vom Deutschen Institut für Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke (DIfE) aus. Er nahm den mit 5000 Euro dotierten Preis von Prof. Dr. Ute Nöthlings, Vizepräsidentin der DGE, anlässlich des 62. Wissenschaftlichen Kongresses, entgegen. Die Auszeichnung erhielt er für seine in „Nature Medicine“ im Juli 2024 veröffentlichte Originalarbeit zum Thema „Lipidome changes due to improved dietary fat quality inform cardiometabolic risk reduction and precision nutrition“. Die Publikation zeigt, wie es mit Hilfe der Lipidomik gelingt, Lipide zu identifizieren, die statistisch mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen assoziiert sind. Die Jury überzeugte insbesondere die innovative Herangehensweise und gute Methodik der Arbeit. Auffallend war die Qualität der zahlreichen Interventions- und Beobachtungsstudien und der Zugriff auf hochwertige Daten.

DGE-Journalisten-Preise 2025

Am 18. September prämierte die DGE die besten journalistischen Arbeiten zu aktuellen Ernährungsthemen mit dem Journalistenpreis. Dagmar von Cramm, Mitglied des Wissenschaftlichen Präsidiums der DGE, überreichte auf der DGE-Arbeitstagung in Bonn die Auszeichnungen. Den mit insgesamt 10 000 Euro dotierten Preis vergab die Fachgesellschaft 2025 bereits zum 36. Mal für wissenschaftlich fundierte, originelle und zielgruppengerecht aufbereitete Arbeiten in fünf Medienkategorien.



v. l. n. r: Prof. Dr. Bernhard Watzl (Präsident der DGE), Dr. Fabian Eichelmann und Prof. Dr. Ute Nöthlings (Vizepräsidentin der DGE)

Die Preisträger*innen sind:

- **Dagmar Metzger** im Bereich Tages- und Wochenzeitungen für ihren Serviceartikel „Essen ohne Gluten & Laktose“ in der Bild am Sonntag
- **Martin Theis und Fabian Weiss** im Bereich Publikumszeitschriften für ihre Reportage „Gurken für die Welt“ im P.M. Magazin
- **Nicole Ficociello** im Bereich Hörfunk/Podcast für ihren Podcast „Sinkender Alkoholkonsum: Auf dem Weg zur Null-Promille-Gesellschaft“ in Bayern 2
- **Petra Thurn und Frédérique Veith** im Bereich Filmbeiträge für ihre Wissenschafts-Dokumentation „42 – die Antwort auf fast alles: Beherrscht uns das Mikrobiom?“ in Arte
- **Janina Otto, Annika Franck und Ingo Knopf** im Bereich Online/Social Media für ihre Recherche-Doku „Glukose-Tricks getestet: Die Wahrheit über Blutzuckerspitzen“ auf dem YouTube-Kanal von WDR Quarks

Die Preisträger*innen 2025 und ihre ausgezeichneten Beiträge
 → www.dge.de/presse/journalistenpreis-2025/

5

Veranstaltungen und Fortbildungen

62. Wissenschaftlicher Kongress

Der Wissenschaftliche Kongress fand 2025 vom 12. bis 14. März erneut im Kongress Palais Kassel statt. Zum Thema „Was bestimmt unsere Lebensmittelauswahl? – Einfluss von Kultur und Biologie“ kamen rund 680 Teilnehmende.

Was bestimmt unsere Lebensmittelauswahl?



Mit der wissenschaftlichen Leitung vom Institut für Agrar- und Ernährungswissenschaften der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, Prof. Dr. Gabriele Stangl, Prof. Dr. Andrea Henze und Prof.

Dr. Wim Wätjen, stellte die DGE ein interessantes Programm zusammen. In Vortrags- und Postersessions mit über 190 Beiträgen und 13 Symposien, davon 8 Symposien der DGE-Fachgruppen, je ein Symposium zu 40 Jahre DONALD Studie, Nahrungsergänzungsmittel versus Food First

Approach im Sport, zum Bürgerrat Ernährung, zur Kinderernährung sowie zu den Ergebnissen der dritten Bayerischen Verzehrsstudie (BVS III), erhielten die Teilnehmenden einen Überblick zum aktuellen Stand der ernährungswissenschaftlichen Forschung und zu laufenden Projekten. Die Fachgruppe Early Career Scientists präsentierte einen Science Slam.

Die Plenarvorträge thematisierten folgende Aspekte:

- **Planetary Health Food unter Realitätsschock. Der Kampf der Ernährungsimperative gegen Gleichgültigkeit und noch schlimmere Feinde**
Prof. Dr. Gunther Hirschfelder, Universität Regensburg
- **Control of hunger by intrinsic signals and environmental cues**
Prof. Dr. Suzanne Dickson, Universität Göteborg, Schweden



Prof. Dr. Wim Wätjen verabschiedet die Teilnehmer*innen nach drei erfolgreichen Kongresstagen.





v. l. n. r.: Moderator Tobias Höhn, Prof. Dr. Hans Hauner, TU München, Eva Bell, BMLEH, Prof. Dr. Britta Renner, Universität Konstanz

In der abschließenden Diskussion beleuchteten Expert*innen aus Politik, Ernährungspsychologie und Ernährungsmedizin entscheidende Faktoren unserer Lebensmittelauswahl: Was braucht es, um das Ernährungsverhalten zu verbessern? Wie isst Deutschland 2040?

DGE-Fachgruppen boten Symposien zu vielfältigen Themen an

Die Fachgruppensprecher*innen engagierten sich im Kongresskomitee, gestalteten das wissenschaftliche Programm mit und begutachteten die eingereichten Abstracts. Zum Kongress organisierten die Fachgruppen (FG) verschiedene Symposien bzw. Programmpunkte:

FG Early Career Scientists (ECS)

Science Slam – in 7 Minuten Forschung verständlich und unterhaltsam präsentiert

FG Epidemiologie

Biomarker für Umweltkontaminanten in der Ernährung

FG Ernährungsbildung

Schulische Ernährungsbildung in der transformativen Gesellschaft

FG Ernährungsmedizin

Appetitregulation

FG Ernährungsverhaltensforschung

Von Konsumtypen bis Gemeinschaftsessen: Psychologische und soziale Perspektiven auf Lebensmittelwahl und -nutzung

FG Gemeinschaftsverpflegung

Macht Krankenhausessen krank?

FG Lebensmittelwissenschaft

Neuartige Lebensmittel – rechtliche Grundlagen und Beispiele

FG Physiologie und Biochemie der Ernährung

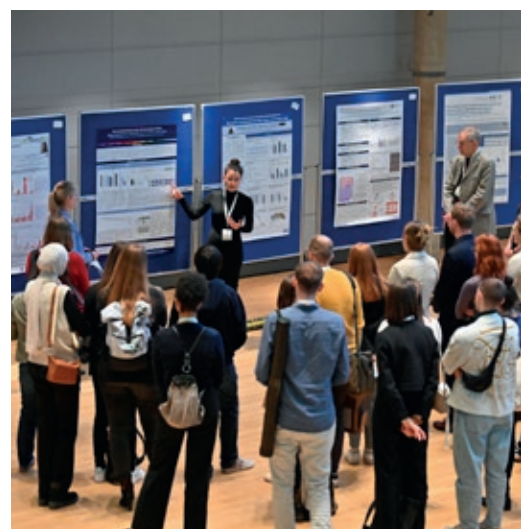
Sinneswahrnehmungen und Nährstoffaufnahme

FG Public Health Nutrition

Proteine auf dem Teller – welche werden wir zukünftig essen?

11 Posterpreise für herausragende Beiträge

Mit einem Posterpreis wurden auf dem Kongress Wissenschaftler*innen für herausragende Beiträge ausgezeichnet. 9 Poster vergab die DGE sowie 2 weitere die Ernährungs Umschau. Für die DGE prämierte eine Jury aus Gutachter*innen und den DGE-Fachgruppen unter allen angenommenen Abstracts Posterbeiträge, die sowohl durch ihren experimentellen Studienansatz, die Relevanz ihrer Studienergebnisse als auch die Gestaltung und Präsentation überzeugten. Alle Posterpreise waren mit jeweils 100 Euro sowie einem Jahresabonnement der Fachzeitschrift Ernährungs Umschau dotiert.



DGE-Arbeitstagung



Vom 17.-18. September 2025 luden die DGE und das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) gemeinsam zu den 8. Bonner Ernährungstagen ein.

Den Auftakt machte das BZfE-Forum zum Thema „Ist Bildung der Schlüssel? – Ganzheitliche Ansätze für mehr Ernährungskompetenz“. Am zweiten Tag folgte die DGE-Arbeitstagung „Ultra-Processed Foods (UPF) – Einordnung und Bedeutung eines umstrittenen Konzeptes“ unter der wissenschaftlichen Leitung von Prof. Dr. Jakob Linseisen, Universität Augsburg. 150 Teilnehmende aus Wissenschaft und Praxis verfolgten das Programm vor Ort im Wissenschaftszentrum Bonn und rund 140 im Livestream.



Prof. Dr. Jakob Linseisen eröffnet die Arbeitstagung

Die Arbeitstagung widmete sich verschiedenen Fragen rund um verarbeitete Lebensmittel und ihre Klassifizierung: Wie sind verschiedene Klassifizierungskonzepte, insbesondere die NOVA-Klassifikation, aus lebensmitteltechnologischer Sicht zu bewerten? Welche epidemiologische Evidenz zu UPF und welches Risiko für chronische Erkrankungen lassen sich in wissenschaftlichen Studien beobachten? Auch der Umgang mit UPF in der Praxis war Thema: Wie wird das UPF-Konzept in den sozialen Medien dargestellt und welche Bedeutung hat es für die Ernährungsberatung oder auch für die Gemeinschaftsverpflegung? Abschließend diskutierten Expert*innen Pro und Contra von UPF und deren zugrundeliegende Einteilung.

Es wurde deutlich, dass mehr Differenzierung bei der Einordnung von hochverarbeiteten Lebensmitteln notwendig ist. Nicht jedes UPF sei automatisch ungesund, wie das Beispiel Säuglingsnahrung eindrücklich zeige. Wichtig seien die Zusammensetzung bzw. das Nährstoffprofil. Klar wurde zudem, dass neben Ernährungsbildung und Verhaltensprävention die Verhältnisprävention wichtig ist. Hier sei auch die Politik gefragt. Was heute bekannt ist, sollte in die politische Umsetzung kommen, zum Beispiel durch eine geringere Besteuerung von Obst und Gemüse, eine „Zuckersteuer“, ein Werbeverbot für Kinderlebensmittel, ein Verbot von Sponsorship bei Veranstaltungen oder die verständlichere Kennzeichnung von Lebensmitteln. Auch der Gesetzgeber sei gefragt, um die genannten Zielkonflikte auszugleichen. Gleichzeitig könne jede*r in seinem eigenen Umfeld kleine Schritte einer individuellen Reduktionsstrategie gehen.



Podiumsdiskussion v. l. n. r. mit Prof. Dr. Martin Smollich, Universitätsklinikum Schleswig-Holstein, Lübeck, Dr. Johanna Conrad, Leitung DGE-Referat Wissenschaft, Bonn, Prof. Dr. Jutta Dierkes, Universität Bergen, Norwegen, Prof. Dr. Sascha Rohn, Technische Universität, Berlin, und Moderator Prof. Dr. Jörg Meier, Hochschule Neubrandenburg (Bildmitte)

Fortbildungsveranstaltungen

Die DGE, ihre Sektionen und Vernetzungsstellen bieten deutschlandweit berufliche Fort- und Weiterbildungen für Fachkräfte und Multiplikator*innen an. Dazu zählen Seminare und Lehrgänge sowie Fachtagungen, jeweils sowohl in Präsenz als auch online.

Veranstaltungen des DGE-Referates Fortbildung

Das Referat Fortbildung führte 48 Veranstaltungen durch, zwölf der 40 Seminare in Kooperation mit der Sektion Baden-Württemberg der DGE.

Die meisten Seminare fanden online statt, drei in Präsenz in Bonn. Die meisten Seminare beinhalten therapeutische Themen. Weitere Fortbildungen hatten einen präventiven oder methodischen Schwerpunkt bzw. widmeten sich der Gemeinschaftsverpflegung.

Lebensmittelunverträglichkeiten sowie
-allergien, Reizdarmsyndrom

Schichtarbeit

Lebensmittel- und Infektionshygiene

Magen-Darm-Erkrankungen

bariatrische

Endometriose

Kursleitungsschulung zum
DGE-Programm ICH-nehme-ab

Chirurgie

Demenz

Diabetes mellitus

Laborwerte

Essauffälligkeiten
bei Kindern und Jugendlichen

Onkologie

Niereninsuffizienz

Ernährung in der
Palliativmedizin

Lebensmittelkennzeichnung

Nährwertberechnungsprogramm
DGExpert

Selbstständigkeit



Eine Selbstlernaufgabe widmete sich dem Thema „Nachhaltigere Ernährung“. Sie ist sowohl geeignet für Fachkräfte in der Ernährungsberatung als auch Gemeinschaftsverpflegung.

Die Seminarteilnehmer*innen setzten sich gemäß den Zugangsvoraussetzungen überwiegend aus Absolvent*innen ernährungsbezogener Studiengänge (Oecotrophologie, Ernährungswissenschaft und inhaltlich vergleichbare Studiengänge) und aus Diätassistent*innen zusammen. Weitere Berufsgruppen – vor allem Fachkräfte aus der Gemeinschaftsverpflegung, aber auch Pflegekräfte, Erzieher*innen und Verbraucherberater*innen – hatten einen Anteil von knapp 10 %.

Zu den Lehrgängen gehörten sechs Lehrgänge Ernährungsberater*in/DGE (EB/DGE) und ein Lehrgang Hygienebeauftragte*r in der Gemeinschaftsverpflegung/DGE. Die EB/DGE-Lehrgänge

wurden in vier Varianten durchgeführt, der Digital- und Intensiv-Lehrgang zweimal:

- **„Präsenz“:** 27 Tage in Präsenz an neun Wochenenden je 3 Tage
- **„Digital“:** 27 Tage online in neun Blöcken je 3 Tagen
- **„Kombi“:** 15 Tage in Präsenz in drei Blöcken, 12 Tage online in 3 Blöcken
- **„Intensiv“:** 5 Tage in Präsenz in einem Block, 5 Tage online in einem Block

Die Inhalte der Lehrgänge entsprechen den im Curriculum zum Lehrgang festgelegten 10 Modulen und werden einheitlich in allen Lehrgängen berücksichtigt. Lediglich der Anteil der Themen im Live-Unterricht in Präsenz und online sowie im selbstgesteuerten Lernen variiert.

→ www.dge.de/qualifizierung

Sektionsveranstaltungen 2025 – eine Auswahl

Sektion Baden-Württemberg der DGE e. V.



24. DGE BW Forum: Trinken und Hitzeschutz

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung Baden-Württemberg stellte ihr 24. Forum an der Universität Hohenheim unter das Thema „Trinken und Hitzeschutz“. Im Mittelpunkt standen die Bedeutung von Wasser als bevorzugtem Getränk, die gesundheitlichen Auswirkungen von Hitzeperioden sowie der Beitrag von Getränken zur Nährstoffversorgung. Darüber hinaus wurde der Einsatz digitaler Assistenzsysteme in der Pflege vorgestellt. Rund 260 Ernährungsfachkräfte nahmen teil.

Vor dem Hintergrund des Klimawandels wurde deutlich, dass steigende Temperaturen, tropische Nächte und langanhaltende Hitzewellen den

menschlichen Wasserhaushalt erheblich belasten und das Risiko für Sterblichkeit – vor allem bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen – erhöhen. Als besonders gefährdet gelten ältere Menschen, weil sie ein vermindertes Durstempfinden haben, in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, häufig unter chronischen Erkrankungen leiden und mehrere Medikamente einnehmen. Expert*innen betonen die Notwendigkeit, Pflegekräfte und Angehörige frühzeitig zu sensibilisieren, besser auf Hitzeperioden vorzubereiten und medikamentöse Therapien konsequenter an hohe Temperaturen anzupassen.

Ein weiterer Schwerpunkt war die Rolle von Getränken zur Vitamin- und Mineralstoffversorgung. Analysen von rund 1 000 Getränken zeigen, dass insbesondere Milch sowie Obst und Gemüsesäfte relevante Mengen an Kalium, Calcium, Zink, Selen und Jod liefern. Mineral- und Trinkwasser tragen – teilweise durch gezielte Anreicherung – zur Versorgung mit Natrium und Calcium bei. Hervorgehoben wurde Milch als nährstoffreiches Lebensmittel, das Trinkempfehlungen und Mikronährstoffversorgung optimal verbinden kann. Kritisch diskutiert wurde der wachsende Einfluss von Werbung und sozialen Medien auf das Trinkverhalten, da Softdrinks weiterhin einen hohen Stellenwert im Konsumverhalten vieler Menschen einnehmen.

Innovative Ansätze präsentierte das Projekt [KARE](#) zur Verbesserung des Hitzeschutzes in der häuslichen Pflege. Ein KI-basiertes Assistenzsystem für die ambulante Pflegeversorgung erfasst Trinkmenge, Umgebungsbedingungen und Mimik, erinnert Betroffene ans Trinken, informiert Angehörige und alarmiert Pflegekräfte in kritischen Situationen. Da rund zwei Drittel der pflegebedürftigen Menschen allein leben, kann eine solche Lösung personelle Ressourcen sinnvoll ergänzen.

Sektion Hessen – DGE e.V.

Ernährung zum Anfassen und Mitmachen – die Sektion auf dem Hessentag 2025

Das älteste und größte Landesfest in Deutschland hatte in diesem Jahr ca. 950 000 Besucher*innen. Die Sektion Hessen – DGE e.V. war gemeinsam mit der Vernetzungsstelle Seniorenernährung in Hessen in der Sonderausstellung „Natur auf der Spur“ vertreten. Ziel des war es, ernährungswissenschaftlich fundierte Informationen zur gesundheitsfördernden und nachhaltigeren Ernährung niedrigschwellig und praxisnah zu vermitteln. Während der gesamten Veranstaltung informierte die Sektion am Stand über die DGE-Empfehlungen und lud zum persönlichen Austausch ein. Inhaltlich stand die Lebensmittelgruppe „Hülsenfrüchte und Nüsse“ im Mittelpunkt.

Ein besonderes Highlight war die Beteiligung am Veranstaltungsformat „Cook & Talk“ der Marketinggesellschaft GUTES AUS HESSEN e.V. Gemeinsam mit dem hessischen Koch Reiner Neidhart bereitete das Team der Sektion einen Linsendip zu. Währenddessen gab es für die Zuschauer*innen praktische Hinweise zur Verarbeitung und vielseitigen Verwendung von

Hülsenfrüchten. Zudem zeigten sie, wie sich diese Lebensmittel unkompliziert in die Alltagsküche integrieren lassen und welche Rolle sie in einer ausgewogenen Ernährung spielen können.

Ein interaktiver Kinderparcours ergänzte das Angebot. Bei einem Zuordnungsspiel rund um Hülsenfrüchte und Nüsse konnten nicht nur Kinder ihr Wissen spielerisch testen und erweitern. Der handlungsorientierte Ansatz ermöglichte es, zentrale Botschaften zur Vielfalt und zum Nährwert dieser Lebensmittelgruppe anschaulich zu vermitteln.

Vom 13. bis 22. Juni 2025 fand der Hessentag in Bad Vilbel statt – ein Fest der Begegnung, Kultur und Information.





DGE-Sektion Niedersachsen

Künstliche Intelligenz (KI) in Ernährung und Bewegung

Carola Persiel, Referatsleitung des Niedersächsischen Ministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz, eröffnete die Tagung, Marco Lutz vom LSB sowie Sektionsleiter PD Dr. Thomas Ellrott stimmten die 360 Teilnehmenden auf das Thema ein.

Vier spannende Fachvorträge beleuchteten die Frage, inwieweit KI im Bereich Ernährung, Gesundheit und Bewegung innovativ, fundiert und zukunftsweisend unterstützen kann.

Prof. Dr. Carolin Victoria Schneider von der Universität Aachen erläuterte die Bedeutung von KI für die Ernährungsempfehlungen am Beispiel der Fettleber.

Dr. Maren Podszun, Universität Hohenheim, thematisierte Chatbots und deren Einsatzmöglichkeiten für den Bereich der Ernährungsberatung und -empfehlungen. Sie verdeutlichte die Unterschiede beim Einsatz von zwei verschiedenen Chatbots zur Erstellung von Ernährungsplänen und zeigte auf, dass die aktuellen Ernährungsempfehlungen (FBDG) damit nur teilweise erfüllt werden.

Carina Micheel und Corina Ostwinkel gaben einen Einblick in das SMART-EAT Forschungsprojekt der Universität Paderborn. Das Projekt soll nachhaltige Ernährungsbildung in Virtual Reality (VR) möglich machen und u. a. im Bereich Schule eingesetzt werden. In einem Video konnten die Teilnehmenden einen Einblick in einen virtuellen Supermarkt erhalten, den Einkauf begleiten und das Feedback sehen.

Abschließend hielt Dr. Eduard Isenmann von der IST-Hochschule für Management einen Vortrag zur Verwendung und Qualität von KI entwickelten Trainings- und Ernährungsplänen zur Verbesserung der sportlichen Leistungsfähigkeit und Gesundheit. Je mehr Informationen die KI bekommt, desto besser sind die bereitgestellten Pläne, allerdings sollten diese auch immer geprüft werden. Am Ende gab es einige Tipps zum „Prompting“, um die Pläne zu verbessern. Isenmanns Fazit: „Die KI ist (aktuell) nur so gut, wie ihre Anwender*in.“ Der rege Austausch und die Diskussion verdeutlichten die Relevanz des Tagungsthemas.

DGE-Sektion Schleswig-Holstein

Die Zukunft kocht regional und bio! Nachhaltigkeit in der Gemeinschaftsverpflegung – Ein Projekt mit Spitzenkoch Volker Fuhrwerk und zukünftigen Köch*innen in Schleswig-Holstein

Wie können Nachhaltigkeit, regionale Wertschöpfung und gesunde Ernährung in Kitas, Schulen oder Senioreneinrichtungen auf den Teller kommen? Diese Frage stand im Mittelpunkt des Projekts, das die DGE-Sektion Schleswig-Holstein im Auftrag des Ministeriums für Landwirtschaft, ländliche Räume, Europa und Verbraucherschutz Schleswig-Holstein (MLLEV) an sechs berufsbildenden Schulen des Landes umgesetzt hat.

Schleswig-Holstein bietet mit über 11 000 landwirtschaftlichen Betrieben – davon 7,5 % ökologisch bewirtschaftet – ideale Voraussetzungen, um regionale Produkte stärker in der Gemeinschaftsverpflegung (GV) einzusetzen. Ziel des Projekts war es, angehende Köch*innen für den Einsatz biologisch und regional erzeugter Lebensmittel zu sensibilisieren und sie auf die besonderen Anforderungen der GV vorzubereiten.

Die DGE-Sektion Niedersachsen und die Akademie des Sports im Landes-Sportbund Niedersachsen (LSB) luden am 5. November gemeinsam zum 29. Niedersächsischen Ernährungsforum unter dem Motto „Künstliche Intelligenz (KI) in Ernährung und Bewegung“ ein.

Spitzenkoch Volker Fuhrwerk
im Gespräch mit einer
angehenden Köchin



In einem interaktiven Vortrag erhielten die Auszubildenden Einblicke in nachhaltige und gesundheitsfördernde Verpflegung anhand der DGE-Qualitätsstandards. Dabei lernten sie, wie Speisen für verschiedene Lebenswelten angepasst werden können. Ob fein pürierte Konsistenzen, kindgerechte Portionen oder proteinreiche Gerichte für ältere Menschen: die Anforderungen an Geschmack, Nährstoffgehalt und Textur sind vielfältig.

In der anschließenden Praxisphase setzten die Auszubildenden das Gelernte in die Tat um: unter Anleitung von Spitzenkoch Volker Fuhrwerk, der selbst ein Betriebsrestaurant führt, bereiteten sie regionale und saisonale Gerichte zu – von pflanzenbetonten Mahlzeiten bis hin zu Fisch und Fleisch. Alle Zutaten stammten aus biologischem Anbau. Fuhrwerk vermittelte nicht nur Kochtechniken, sondern schärfte auch den Blick für Ästhetik und kreative Präsentationen.

Die von ihm entwickelten zwölf Rezepte bildeten das kulinarische Herzstück des Projekts. Sie zeigen, wie sich Bio-Qualität, Regionalität und Saisonalität in modernen Speiseplänen vereinen lassen.

DGE-Sektion Thüringen

32. Wissenschaftliche Ernährungsfachtagung der DGE-Sektion Thüringen: Ernährung im Freizeitsport im Fokus

Am 6. November 2025 fand unter der Schirmherrschaft des Thüringer Ministeriums für Wirtschaft, Landwirtschaft und Ländlichen Raum die Ernäh-

rungsfachtagung der DGE-Sektion Thüringen statt. Rund 200 Fachkräfte aus Praxis, Wissenschaft und Bildung kamen in den Räumlichkeiten der Ernst-Abbe-Hochschule Jena zusammen, um sich zum Thema „Ernährung im Freizeitsport – zwischen wissenschaftlicher Evidenz und Alltagsrealität“ auszutauschen.

Die wissenschaftliche Leiterin Dr. Christine Dawczynski betonte in ihren Grußworten die wachsende Bedeutung evidenzbasierter Ernährungsempfehlungen für den Freizeit- und Breitensport sowie die Notwendigkeit, wissenschaftliche Erkenntnisse praxisnah zu vermitteln.

In sechs Fachvorträgen erhielten die Teilnehmenden fundierte Einblicke in aktuelle Forschungsergebnisse sowie praxisrelevante Handlungsempfehlungen. Themen waren u. a. der Nährstoffbedarf im Freizeitsport auf Basis der Positionspapiere der DGE-AG-Sporternährung, die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln – insbesondere Proteinsupplementen – und die Evidenz zyklusbasierter Sport- und Ernährungsempfehlungen.

Die Pausen nutzten die Teilnehmenden zum Netzwerken und fachlichen Dialog. Ein besonderes Highlight waren die „Bewegten Pausen“. Passend zum Tagungsthema verband das interaktive Format Theorie und Praxis und setzte ein sichtbares Zeichen für die enge Verknüpfung der beiden zentralen Säulen der Gesundheitsförderung: Ernährung und Bewegung.

Die Ernährungsfachtagung leistete einen wichtigen Beitrag zur qualifizierten Weiterbildung von Fachkräften im ernährungswissenschaftlichen Bereich und bot zugleich Raum für interdisziplinären Austausch.

Am Ende waren sich alle Beteiligten einig: das Projekt war ein voller Erfolg. Es weckte Neugier und Begeisterung für nachhaltiges Kochen und machte deutlich, wie Bildung und Praxis Hand in Hand gehen können.

Weitere Infos zum Projekt und die Rezepte unter:

→ www.dge-sh.de/kocht-regional-bio

Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung

Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Mecklenburg-Vorpommern



Vernetzungsstelle on Tour 2025

Um die Kitas, Schulen und Speisenanbieter in den entlegeneren Regionen Mecklenburg-Vorpommerns persönlich zu erreichen, startete die Vernetzungsstelle auch 2025 wieder ihre Aktionswoche und reiste eine Woche lang im südlichen Landkreis Vorpommern-Greifswald umher. Die im Vorfeld angekündigte Tour stieß auf großes Interesse. Zahlreiche Kitas

und Küchen meldeten sich, um an den verschiedenen Aktionen teilzunehmen.

In zwei Schulen fanden Tagesseminare statt, Beratungstermine konnten vor Ort wahrgenommen werden und eine Speisenanbieterin lud ihre Kitas ein, gemeinsam mit der Vernetzungsstelle den Speiseplan weiterzuentwickeln. Auch 2025 ermöglichte die Tour wieder einen Einblick in lokale Verpflegungssituationen und einen regen Austausch mit den Beteiligten vor Ort.

Vernetzungsstelle Kitaverpflegung Thüringen

Zum jährlich wiederkehrenden Tag der Kitaverpflegung fand vom 5. bis 9. Mai 2025 zum ersten Mal eine bundesweite Aktionswoche statt. Gemeinsam mit dem Bundeszentrum für Kita- und

Schulverpflegung haben die Vernetzungsstellen der einzelnen Bundesländer die Aktion ins Leben gerufen. Mit einem vielseitigen Online-Programm wurde die Woche zu einer lebendigen Plattform für Austausch, Information und Inspiration. Die Vernetzungsstelle Kitaverpflegung beteiligte sich zusammen mit dem Verein a tip: tap e.V. mit der Veranstaltung „Lecker Leitungswasser – das ganze Jahr!“. Gemeinsam mit der Referentin Maren Sommer wurden Fragen, Unsicherheiten sowie Vorurteile rund um das Thema Leitungswasser besprochen: Woher kommt das Wasser aus dem Wasserhahn? Wie wird schmutziges Wasser wieder sauber? Wie viel Wasser braucht mein Körper und wie schmeckt es mir am besten? Die Akteur*innen wie Kitaleitungen, pädagogisches Personal, Kindertagespflegepersonen und der Kitaträger erhielten nicht nur hilfreiche Tipps, wie Leitungswasser sicher in den Kita-Alltag integriert werden kann, sondern lernten auch altersgerechtes Material zum Thema Trinkwasser kennen.

Vernetzungsstelle Schulverpflegung Niedersachsen

Die enge Zusammenarbeit mit den Schulträgern konnte im Jahr 2025 durch ein breites Angebot erfolgreich ausgebaut werden. Vor allem die erfolgreiche Themenreihe „Schulverpflegung gut geplant – vom Konzept bis zur Umsetzung“ hat einen besonders guten Zugang zur Zielgruppe ermöglicht. In insgesamt acht Online-Modulen erhielten die Kommunen einen umfassenden Einblick in das komplexe Feld der Schulverpflegung. Ziel war es, sie weiter darin zu bestärken, ihren Einfluss für eine gesundheitsfördernde und nachhaltige Schulverpflegung aktiv zu nutzen.



erfolgreiche Konzept der Zusammenarbeit mit Schulträgern auf Grundschulen übertragen. Anfang 2025 startete die neue Themenreihe für (zukünftige) Ganztagsgrundschulen „Schulverpflegung – gemeinsam gestaltet und gut begleitet“ mit vier Online-Modulen zu den Themen:

Die Themen waren:

- Schulverpflegung – Gestaltungsmöglichkeiten und Akzeptanzfaktoren
- Wege zum kommunalen Verpflegungskonzept
- Schulverpflegung als Chance für Gesundheit und Nachhaltigkeit
- Stellschrauben von Kosten und Preisen in der Schulverpflegung
- Grundlagen zur Küchen- und Mensaplanung
- Vergaberecht – Möglichkeiten der Verfahrensarten und der Bewertung
- Vergaberecht – Möglichkeiten der Bewertung
- Die Leistungsbeschreibung – Wege zu mehr Qualität

Zudem konnten sich die Schulträger in den vier Austauschtreffen des Netzwerkes „Schulverpflegung für Schulträger“ online vernetzen und so zahlreiche Impulse für die eigene Arbeit, Gestaltungsmöglichkeiten und Lösungsansätze für alle Bereiche rund um die Schulverpflegung sammeln.

Neue Themenreihe „Schulverpflegung – gemeinsam gestaltet und gut begleitet“

Vor dem Hintergrund des ab dem Schuljahr 2026/27 geltenden Rechtsanspruchs auf Ganztagsbetreuung in Grundschulen wurde das

- Akzeptanzfaktoren
- Verpflegungskonzepte
- Qualität des Verpflegungsangebots
- Materialien zur Ernährungsbildung

Daran anknüpfend fand der Auftakt des Netzwerkes „Schulverpflegung für Grundschulen“ statt. Die Online-Netzwerktreffen bieten seitdem einen wertvollen Raum, um sich über Herausforderungen und Lösungswege auszutauschen.



Cover zur Ankündigung der Themenreihe für Schulträger

Vernetzungsstellen Seniorenernährung

Vernetzungsstelle Seniorenernährung Niedersachsen

Gemeinsam für eine hohe Qualität in der Gemeinschaftsverpflegung – Inhouse- Schulungen in niedersächsischen Senioren- einrichtungen

In enger Zusammenarbeit mit fünf unterschiedlichen Senioreneinrichtungen entwickelte die Vernetzungsstelle ein Konzept, das alle Fachkräfte mit Schnittstellen zur Verpflegung in den Blick nimmt.

Inhouse-Schulungen für die Fachkräfte aus der Pflege, Küche, Hauswirtschaft sowie dem Service und den Einrichtungsleitungen förderten die berufsübergreifende Zusammenarbeit und Kommunikation vor Ort. Der Schwerpunkt lag auf der Prävention von Mangelernährung. Neben einem fachlichen Input wurden in einem Praxisteil einfache energie- und proteinreiche Zwischenmahlzeiten zubereitet und verkostet. Gemeinsam nahmen die Teilnehmenden die Speisepläne der Einrichtungen auf Basis der Kriterien des DGE-

Qualitätsstandards unter die Lupe. Ein weiteres Ziel der Schulungen war die Etablierung eines fachspezifischen Qualitätszirkels „Ernährung und Verpflegung“, durch den Verpflegungsverantwortliche aus allen Bereichen in einem regelmäßigen, klar strukturierten Austauschformat zusammenkommen und sich langfristig ein interdisziplinäres Ernährungsteam entwickeln soll.

Die Gespräche mit den Teilnehmenden verdeutlichten, dass durch die bisherige Vorgehensweise bestehende Ressourcen nicht oder kaum genutzt wurden und so Synergien der unterschiedlichen Berufsgruppen unerkannt blieben. Durch den intensiven Austausch konnten die unterschiedlichen Aspekte des Themenfeldes „Ernährung und Verpflegung“ sichtbar gemacht werden. Dadurch wurde den Teilnehmenden ein Perspektivwechsel ermöglicht. „Für mein Team in der Küche kann ich einiges mitnehmen, zum Beispiel, dass wir uns besser mit der Pflege absprechen und zusammenarbeiten, um die Menüplanung gezielter auf unsere Tischgäste anzupassen“, so der Koch einer Einrichtung.

Der gemeinsame Wissenserwerb schaffte eine Basis, zu der jede Berufsgruppe mit ihrer Expertise beitragen konnte. Die gemeinsame Zubereitung und Verkostung von Zwischenmahlzeiten vor Ort führte zu einer deutlich besseren Akzeptanz und Implementierung der Rezepte in den Verpflegungsalltag der Senioreneinrichtungen.

Die Nachfrage nach Inhouse-Schulungen zu einer gesundheitsfördernden Verpflegung in Senioreneinrichtungen stieg in Niedersachsen in den vergangenen zwei Jahren stark an. Deshalb widmete sich die Vernetzungsstelle Seniorenernährung Niedersachsen in 2025 der Weiterentwicklung ihres Schulungsangebotes mit Fokus auf die Bedarfe und Bedürfnisse der Fachkräfte vor Ort.





Vernetzungsstelle Seniorenernährung Thüringen

Fachtag „Ernährung im Alter – besondere Aspekte bei Mangelernährung“

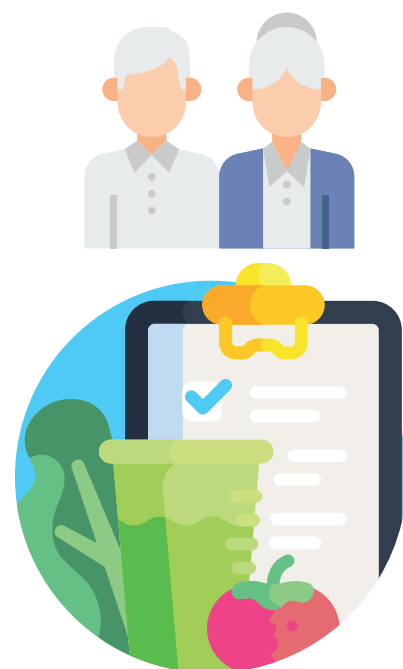
Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung Thüringen veranstaltete ihren jährlichen Fachtag am 18. November 2025 in Weimar zum Thema Mangelernährung im Alter. Fachkräfte aus Küche, Hauswirtschaft, Pflege und Betreuung sowie pflegende Angehörige und alle, die mit älteren Menschen arbeiten, waren eingeladen, sich zu diesem wichtigen – aber oft unterschätzten – Thema zu informieren, auszutauschen und zu vernetzen.

Prof. Dr. Dorothee Volkert vom Institut für Biomedizin des Alterns der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg vermittelte

wichtige Fakten zur Mangelernährung im Alter und stellte aktuelle ‚nutritionDay‘-Daten vor.

Anhand des „DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung mit ‚Essen auf Rädern‘ und in Senioreneinrichtungen“ zeigte Alexandra Lienig von der Vernetzungsstelle, wie die Verpflegung von Senior*innen gestaltet werden kann, damit Mangelernährung gar nicht erst entsteht.

Im Anschluss berichteten eine Pflegekraft und ein Koch aus der Praxis und gaben den Teilnehmenden wertvolle Tipps zum Umgang mit Mangelernährung in Senioreneinrichtungen. Die Teilnehmenden bekamen Kostproben von nährstoffreichen Speisen – wie Fingerfood und konsistenzangepasste Speisen für Menschen mit Kau- oder Schluckstörungen – die nicht nur gut schmeckten, sondern auch appetitlich aussahen.



Messen und Ausstellungen

Vor Ort im Dialog: die DGE auf Veranstaltungen 2025

Vor Ort im Dialog: Die DGE auf Veranstaltungen und im Gespräch mit Stakeholdern. Im Jahr 2025 war die DGE auf verschiedenen Fachveranstaltungen präsent, konnte dort ihre Zielgruppen ansprechen, ihre Kompetenzen, Projekte und Medien zeigen. Als maßgebliche wissenschaftliche Fachgesellschaft war die DGE gefragte Gesprächspartnerin zu zahlreichen Ernährungsthemen.



- **Beim 62. DGE-Kongress** vom 12.-14. März 2025 in Kassel war der DGE-Stand zentrale Anlaufstelle für Fragen. Das wissenschaftliche Fachpublikum und der studierende Nachwuchs nutzten die Gelegenheit für zahlreiche Gespräche und Informationen.

- Die Berufsgruppe der Diätassistent*innen stand im Fokus beim Stand der DGE auf dem **67. Kongress des Verbandes der Diätassistentinnen (VDD)** vom 15.-17. April 2025 in Wolfsburg. Der Kongress stand unter dem Leitthema „Vielfältig, professionell & individuell: Ernährungstherapie und Prävention für die Gesellschaft von heute“. Für rund 1 500 Teilnehmende – Diätassistent*innen, weitere Ernährungsfachkräfte und zahlreiche Gäste aus Wirtschaft, Wissenschaft, Praxis und Lehre sowie anderen Verbänden – bot die Veranstaltung viele Möglichkeiten für den fachlichen und persönlichen Austausch.

Die DGE auf dem VDD-Kongress





- Vom 17.-18. September 2025 präsentierte sich die DGE mit ihrem Stand auf den **Bonner Ernährungstagen (BERTA)**, die gemeinsam von der DGE und dem BZfE zum achten Mal organisiert wurden. Die Veranstaltung startete mit dem BZfE-Forum und am zweiten Tag folgte die DGE-Arbeitstagung. Der DGE-Stand wurde von den rund 150 Teilnehmenden aus Wissenschaft und Praxis gut besucht.



- Besuch des Kongresses **Nutrition 2025** „Ernährungsmedizin 2025: wo geht die Reise hin?“ vom 22.-24. Mai 2025 in St. Gallen/Schweiz. Vortrag der DGE zu den DGE-Empfehlungen in der Session „Von der Theorie zur Praxis: Umsetzung der neuen D-A-CH Ernährungsempfehlungen“.



- Auf der **7. Tagung der Ernährungs Umschau** „Neue Ansätze für die Ernährungsberatung“ am 7. November 2025 war die DGE ebenfalls mit einem Stand vertreten. Die über 140 teilnehmenden Ernährungsfachkräfte zeigten reges Interesse an den DGE-Medien inkl. Nährwertberechnungsprogramm DGEExpert.

6

Qualitätssicherung

Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung

DGE-Referat Fortbildung erneut qualitätstestiert

Das LQW-Testat bescheinigt die hohe Qualität der DGE-Fortbildungen. In allen elf geprüften Qualitätsbereichen – darunter Leitbild, Lehr-Lern-Prozess, Infrastruktur, Evaluation und Kundenkommunikation sowie im optionalen Bereich Nachhaltigkeit – wurden die Anforderungen nachgewiesen. Seit 2013 verfügt das Referat Fortbildung über dieses in der beruflichen Fort- und Weiterbildung anerkannte Gütesiegel. Dadurch sind DGE-Fortbil-

Das Referat Fortbildung hat sein Testat „Lernerorientierte Qualitätstestierung in der Weiterbildung“ (LQW) zum 3. Mal erfolgreich verlängert.



dungen in zahlreichen Bundesländern für Bildungsurlaub und Fördermaßnahmen anerkannt.

Die Testierung unterstreicht auch den Stellenwert von Nachhaltigkeit in den Fortbildungsangeboten der

DGE. Neben wissenschaftlicher Aktualität und methodischer Vielfalt spielt die Gestaltung eines nachhaltigen Lernumfeldes – ökologisch, sozial und ökonomisch – eine zunehmend wichtige Rolle.

DGE-Fachkräfteportal und DGE-Fortbildungszertifikat

Die DGE-Fachkräfteliste ist offen für alle Interessierten mit einem gültigen Zertifikat gemäß „Rahmenvereinbarung zur Qualitätssicherung“ (www.wegweiser-ernaehrungsberatung.de).

Bisher gab es dieses Angebot nur für Ernährungsberater*innen/DGE (EB/DGE) und zertifizierte Kolleg*innen mit DGE-Mitgliedschaft. Auch Fachkräfte mit einem Zertifikat von VDD, VDOE, VFED oder QUETHEB können dieses Angebot seit dem 1. Januar 2025 unabhängig von der DGE-Mitgliedschaft gegen eine Servicegebühr nutzen. Für EB/DGE und Fachkräfte mit DGE-Mitgliedschaft ist das Angebot weiterhin kostenfrei.

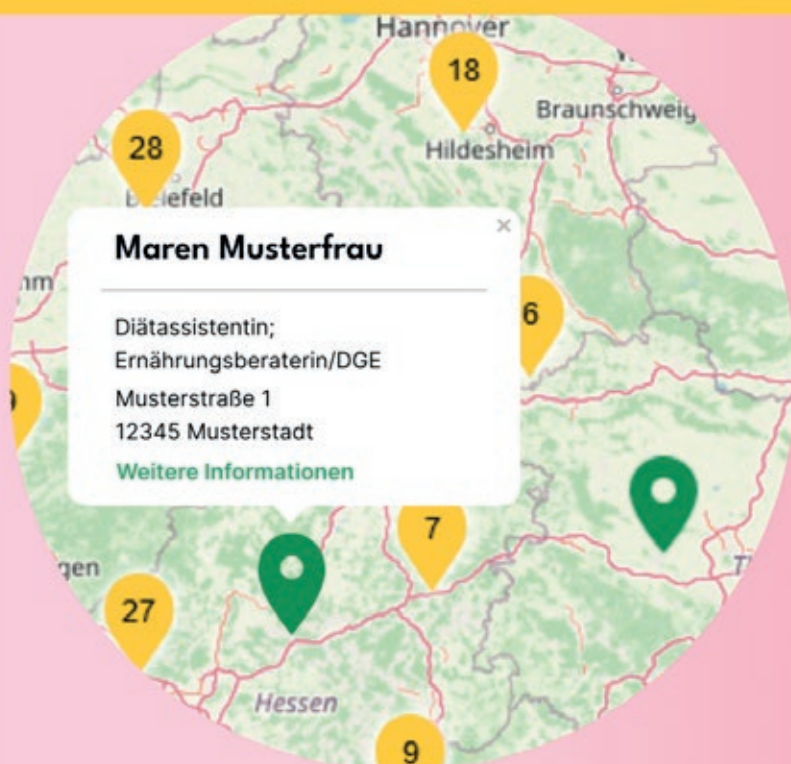
Zum 31. Dezember 2025 präsentierten sich bundesweit mehr als 800 zertifizierte Ernährungsfachkräfte mit ihren Kontaktdaten auf der DGE-Internetseite. Verbraucher*innen, Patient*innen, Auftraggeber*innen oder Krankenkassen können sie in ihrer Region nach Postleitzahl und/oder nach Beratungsschwerpunkten finden.

→ www.dge.de/ernaehrungsberatung

Mit dem neuen „DGE-Fortbildungszertifikat“ ausschließlich für die Nachzertifizierung bietet die DGE Absolvent*innen eines ernährungsbezogenen Studiengangs mit einem bestehenden Zertifikat von VDOE und QUETHEB die Möglichkeit, dessen Gültigkeit über die DGE für drei Jahre verlängern zu lassen. Damit leistet die DGE einen Beitrag zur Wahlfreiheit auf dem Markt der Zertifikate. Die Mitgliedschaft in einem Berufs- oder Fachverband ist erforderlich.



ERNÄHRUNGSBERATER*IN FINDEN



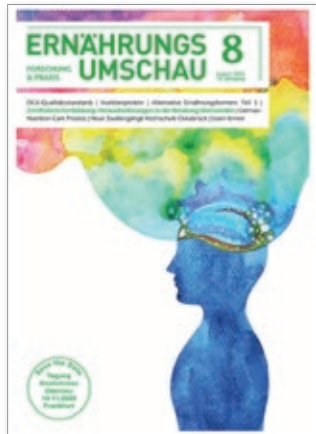
Maren Musterfrau

Diätassistentin;
Ernährungsberaterin/DGE
Musterstraße 1
12345 Musterstadt

[Weitere Informationen](#)



→ www.dge.de/ernaehrungsberatung



Online-Fachartikel der Ernährungs Umschau bieten zeitlich flexible Fortbildung

Die Online-Fachartikel der Ernährungs Umschau sind Bestandteil des Punktesystems für die Qualitätssicherung der DGE-Zertifikate. Fachkräfte können für die Verlängerung ihrer Zertifikate über die sechs Fachartikel Fortbildungspunkte erwerben. Die Themen werden in Absprache zwischen der Redaktion der Ernährungs Umschau und dem Referat Fortbildung festgelegt.

Themen 2025

- Chronische Nierenkrankheit: Ernährungstherapie in der Dialysephase. Teil 1: Mangelernährung, Energie- und Proteinzufuhr, Hyperkaliämie
- Chronische Nierenkrankheit: Ernährungstherapie in der Dialysephase. Teil 2: Hyperphosphatämie und Flüssigkeitszufuhr
- Lebensmittelverarbeitung: Ein Überblick über verschiedene Verfahren und Bereiche
- Handlungsstrategien für herausfordernde Beratungssituationen
- Evidenzbasierte Ernährungsempfehlungen zur Vorbeugung und Unterstützung bei metabolischen Lebererkrankungen
- Verständnis von Gewichtsstigmatisierung und Umsetzung gewichtsinklusiver Beratungsstrategien

Sichere Ernährungstherapie – Informationsbroschüre für Patient*innen, Angehörige und Fachpersonal

Die Broschüre „Sichere Ernährungstherapie“ unterstützt Patient*innen und ihre Angehörigen bei der Suche nach qualifizierten Ernährungsfachkräften und erläutert, worauf bei der Recherche nach einer qualitätsgesicherten Ernährungstherapie zu achten ist. Sie wurde in Zusammenarbeit zwischen dem Verband für Ernährung und Diätetik e. V. (VFED) und der DGE unter dem Dach des Aktionsbündnisses Patientensicherheit (APS) in der „Expertengruppe Ernährungstherapie“ erarbeitet. Der Schwerpunkt dieser Publikation liegt auf der ambulanten Ernährungsberatung in den Bereichen Prävention und Therapie, d. h. auf Angeboten außerhalb von Krankenhäusern, Reha-Kliniken und anderen stationären Einrichtungen.



Qualitätssicherung in der Gemeinschaftsverpflegung



Eine gesunde und nachhaltige Ernährung fördert Wachstum, Entwicklung, Leistungsfähigkeit und Gesundheit des Menschen über alle Lebensphasen hinweg und kann zugleich ernährungsmitbedingten Krankheiten vorbeugen. Durch den hohen Anteil pflanzlicher Lebensmittel unterstützt diese zudem den Klima- und Umweltschutz. Mit einem gesunden und nachhaltigen Verpflegungsangebot kann gerade die Gemeinschaftsgastronomie und -verpflegung einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsförderung der Bevölkerung leisten.

Wissenschaftliche Grundlage für die Gestaltung einer ausgewogenen und nachhaltigen Verpflegung sind die fünf DGE-Qualitätsstandards, die für die Lebenswelten Kita, Schule, Betriebe (zusammen mit Behörden und Hochschulen), Kliniken sowie Senioreneinrichtungen zusammen mit „Essen auf Rädern“ vorliegen. Sie sind zugleich



die fachliche Grundlage für Zertifizierungen in der Gemeinschaftsverpflegung, die die DGE seit 1996 durchführt.

Zentrales Element einer DGE-Zertifizierung ist ein Audit vor Ort. Dabei werden schwerpunktmäßig die Bereiche Lebensmittelqualität und -häufigkeit, Speiseplanung und -herstellung geprüft. Wichtig ist zudem, ob rechtliche Rahmenbedingungen sowie Aspekte des Qualitätsmanagementsystems eingehalten werden. Mit einer bestandenen DGE-Zertifizierung dokumentieren Einrichtungen und Betriebe ihr Engagement für eine gesunde und nachhaltige Verpflegung ihrer Tischgäste. Neben zufriedenen Gästen und einem Kompetenzgewinn für die Mitarbeitenden ist zusätzlich ein Image- sowie Wettbewerbsvorteil verbunden.

Im Herbst 2025 wurde ein neues System zur Überprüfung der Verpflegungsqualität vorgestellt – der DGE-VerpflegungsCheck (s. Themenschwerpunkte 2025).

Zertifizierungen in der Gemeinschaftsverpflegung

Derzeit verfügen **2 113** Einrichtungen und Caterer aus allen Lebenswelten über eine DGE-Zertifizierung. Der Anstieg um insgesamt **50** Zertifikate ist vor allem auf den Bereich Kliniken zurückzuführen (**+32**). Einen weiteren nennenswerten Anstieg gab es im Bereich „Education“ mit einem Plus von **22**.



Zertifizierungen Kita

Die Lebenswelt Kita macht seit 2010 den größten Anteil an den DGE-Zertifizierungen insgesamt aus. Im Jahr 2025 verfügten **920 Kitas bzw. Caterer** über eine DGE-Zertifizierung. Somit entfallen knapp 43 Prozent aller DGE-Zertifizierungen auf den Bereich „Kita“.

Zertifizierungen Schule

Ende 2025 waren knapp **760 Schulen sowie Caterer**, die Schulen beliefern, von der DGE zertifiziert. Der Anteil an allen DGE-Zertifizierungen beträgt rund 35 Prozent.





Gesund essen, besser leben.

Zertifizierungen Senioreneinrichtungen und „Essen auf Rädern“

Im Seniorenbereich haben derzeit **73 Einrichtungen bzw. Betriebe** eine DGE-Zertifizierung und sind so in der Lage, ihren Tischgästen eine gesunde und nachhaltige Verpflegung anzubieten.



Zertifizierungen Betriebe, Behörden und Hochschulen

204 Betriebsrestaurants, Behörden sowie Mensen von Hochschulen haben eine DGE-Zertifizierung.



Zertifizierungen Kliniken

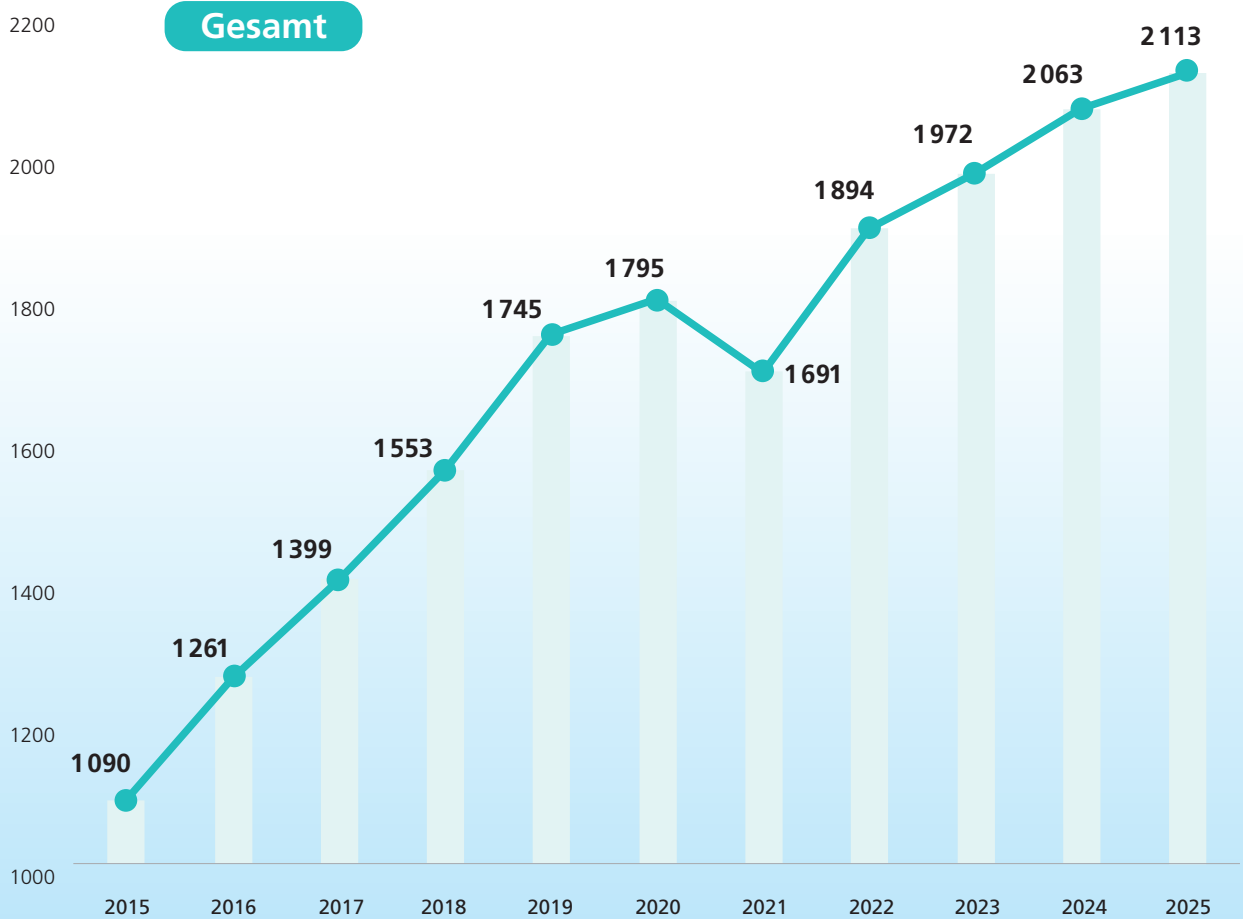
Unter „Kliniken“ werden die Lebenswelten Krankenhäuser und Rehabilitationskliniken zusammengefasst. Derzeit sind **151 dieser Einrichtungen** über die DGE zertifiziert. So wird Patient*innen ermöglicht, eine gesunde und nachhaltige Wahl zu treffen und Anregungen für die Zeit zu Hause mitzunehmen.



DGE ZERT-KONFORM

Das seit 2018 bestehende Angebot richtet sich an Caterer und Produzent*innen von Menükomponenten mit einem ausreichend großen Angebotsportfolio. Geprüft und zertifiziert werden einzelne Speisekomponenten, die als Grundlage für eine eigene DGE-Zertifizierung (und seit Mitte September für ein DGEprüftes Angebot) dienen können. Aktuell sind **6 Produktionsstätten** mit dem Logo „DGE ZERT-KONFORM“ ausgezeichnet.

Entwicklung der DGE-Zertifizierungen von 2015 bis 2025





DGE-Fachberatung

Die DGE-Fachberatung hat das Ziel, aktuelle fachliche Grundlagen in Einrichtungen der Gemeinschaftsgastronomie umzusetzen.

Von der Lebensmittelauswahl und -lagerung, über Speiseplanung, Produktion und Ausgabe bis hin zur Reinigung und Entsorgung beinhalten die Tätigkeitsfelder relevante Aspekte der gesamten Wertschöpfungskette. Das umfangreiche Aufgabenspektrum ist schwerpunktmäßig in die Themengebiete Begleitung von Vergabeverfahren, Entwicklung und Umsetzung von Verpflegungskonzepten sowie das Angebot von Seminaren, Lehrgängen und Vorträgen unterteilt.

Vergabeverfahren wurden für mehrere öffentliche Kita- und Schulträger, ein Unternehmen der Privatwirtschaft und eine öffentlich geförderte Stiftung begleitet. Die DGE-Fachberatung erstellte Leistungsbeschreibungen, entwickelte Eignungs- und Zuschlagskriterien für die Vergabe und wertete die Angebote zusammen mit dem Auftraggeber aus.

Die Entwicklung von **Verpflegungskonzepten** wurde zudem unabhängig von Vergabeverfahren in Auftrag gegeben. Darunter fielen auch Träger mit Einrichtungen für Menschen mit Behinderung.

Die Analyse und die Konzepte beinhalteten die Verpflegung in den Wohngruppen, in denen insbesondere an den Wochenenden alle Mahlzeiten selbst zubereitet werden. Sowohl die Partizipation als auch die Ernährungsbildung der Bewohner*innen standen im Mittelpunkt eines Auftrags. Zudem entwickelte die DGE-Fachberatung Kriterien für die Speisenzubereitung in den Wohnküchen, die auf die Lebensmittelauswahl, Grundsätze zur Hygiene sowie auf den regionalen Einkauf abzielten.

Im Rahmen der Komplettanierung eines Landesbehördenverbunds in Nordrhein-Westfalen wurde das Verpflegungskonzept mit den vorliegenden Bau- und Küchenplänen abgestimmt, um weitere Planungsschritte in die Wege leiten zu können. Zusätzlich stimmte die DGE-Fachberatung das Verpflegungskonzept mit einem Integrationsbetrieb ab, der den Verpflegungsbetrieb künftig führen soll.

→ www.dge.de/gemeinschaftsgastronomie/fachberatung/



Seminare, Lehrgänge und Vorträge

Im Auftrag des nordrhein-westfälischen Justizministeriums führte die DGE-Fachberatung das DGE-Basis-Seminar „GV-geschulte Fachkraft-JVA“ an der Justizakademie (JAK) durch und konzipierte das darauf aufbauende Praxisseminar neu. Neben einem Theorieteil mit dem Fokus auf vegetarische Kostformen beinhaltete es einen Praxisteil zur Erprobung und zur Optimierung vorhandener Speisepläne. Mit den Schwerpunkten Lebensmittelhygiene, Infektionshygiene, HACCP und Dokumentation fand in NRW der zweite viertägige Zertifikatslehrgang „DGE-Hygienebeauftragte*r JVA“ statt. Alle Teilnehmenden bestanden den Abschlusstest, das Feedback fiel durchweg positiv aus. Für Küchenleitungen des hessischen Justizvollzugs bot ein zweitägiges Seminar in einem Trainingscenter vertiefende Einblicke in die Umsetzung vegetarischer Kostformen mit dem Schwerpunkt auf Proteinalternativen.

Mit dem Ziel, dem anstehenden Rechtsanspruch auf Ganztagsbetreuung in Grundschulen gerecht zu werden, wurden alle Ausgabekräfte eines hessischen Schulträgers zum Schwerpunkt Hygiene in einem zweitägigen Seminar geschult.



Inhaltlich und methodisch entsprach das Seminar den Anforderungen der gesetzlich vorgeschriebenen Hygieneschulung sowie der Belehrung nach dem Infektionsschutzgesetz. Der Träger konnte anhand der zahlreichen Rückmeldungen im Anschluss gezielte Maßnahmen zur Verbesserung des Hygienestandards in den jeweiligen Einrichtungen umsetzen.

In Zusammenarbeit mit der DGE-Vernetzungsstelle Schulverpflegung Niedersachsen hat die DGE-Fachberatung in einer Seminarreihe einen Beitrag zum Schwerpunkt „Qualitätssicherung bei der Vergabe“ geleistet.

Jahresbericht 2025 der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE)

Herausgegeben von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE),
Godesberger Allee 136, 53175 Bonn

Download des Jahresberichts unter
→ www.dge.de/jahresbericht

Redaktion:

Silke Restemeyer, Constanze Schoch,
Delal Schlachter
Referat Öffentlichkeitsarbeit, DGE

Gestaltung und Produktion:

WUM Werbeagentur GmbH

Art.-Nr.: 992037

Nachdruck – auch auszugsweise – sowie jede Form der Vervielfältigung oder die Weitergabe mit Zusätzen, Aufdrucken oder Aufklebern nur mit ausdrücklicher Genehmigung durch den Herausgeber gestattet.

© DGE Bonn, 2026

Bildnachweise:

S. 3, S. 8 (Bild unten), S. 46 (Bild unten) DGE,
Foto: Thomas Hauss
S. 7 DGE, Foto: Tobias Vollmer – fotojetzt.com
S. 8 (Bild oben) DGE, Foto: Fotostudio Reuther
S. 9 SITTIPONG – stock.adobe.com
S.11 (Bild oben links) Orest Lyzhechka/iStock/Getty Images Plus, (Bild oben rechts) „Bild oben: Lisa F. Young – stock.adobe.com, Bild unten: denio109 – fotolia.com“, (Bild unten links) Asep – stock.adobe.com, generiert mit KI, (Bild unten rechts) 2026 S. Karger AG, Basel (Switzerland)
S.13 Shibly Sadik – stock.adobe.com, generiert mit KI
S.14 (Bild unten links) Oksana Kuzmina – 123rf.com, (Bild unten rechts) stockbroker – 123rf.com

S. 15, S. 49 contrastwerkstatt – stock.adobe.com
S. 19, S. 23 (Bild unten rechts) Maryna – stock.adobe.com, generiert mit KI
S. 23 (Bild oben links) Katsiaryna Hatsak – stock.adobe.com
S. 24 Yulia Furman – stock.adobe.com
S. 25 Cozine – stock.adobe.com
S. 27 Andrii Lysenko – stock.adobe.com
S. 28 (Bild oben links), Ernährungs Umschau 2025
S. 28 (Bild unten rechts), S. 44 (Bild oben)
Foto: Gmeta – stock.adobe.com, generiert mit KI
S. 29 (Bild Mitte links) Yulia Raneva – stock.adobe.com, (Bild unten links) Engel.ac – stock.adobe.com, (Bild oben rechts) wavebreakmediamicro – 123RF.com, (Bilder unten rechts) Essen und Trinken bei Demenz: prime stock – stock.adobe.com, Essen und Trinken im Alter: Halfpoint – stock.adobe.com, Essen und Trinken bei Schluckstörungen im Alter: Fit im Alter, DGE, Essen und Trinken bei Mangelernährung im Alter: creative-family – stock.adobe.com, Mangelernährung in Kliniken: manonallard – iStock.com, Kau- und Schluckstörungen in Kliniken: Alex Rath – iStock.com
S. 31 (Bild Mitte links) Illustration: frischeminze GbR
S. 33 New Africa – stock.adobe.com
S. 35 MclittleStock – stock.adobe.com
S. 36 Urupong – stock.adobe.com
S. 41 frank peters – stock.adobe.com
S. 42 Bildinhalt erstellt von FOCUS-Gesundheit mit Hilfe von KI (CHATGPT)
S. 43, S. 44 (Bild unten), S. 45, S. 46 (Bild oben), S. 58 (Bild oben) DGE, Foto: Christian Augustin
S. 47 (Bild unten links und rechts),
S. 59 (Bild oben) DGE, Foto: TobiasVollmer.de
S. 47 (Bild oben links) PixelsEffect – istock.com
S. 50 Africa Studio – stock.adobe.com
S. 51 Sektion Hessen – DGE e.V.
S. 52 Tharindu – stock.adobe.com, generiert mit KI
S. 53 Benno Jonitz

S. 55 (Bild unten) Vernetzungsstelle Schulverpflegung, Maja Schültingkemper, (Bild oben) Bay – stock.adobe.com, generiert mit KI
S. 56 (Bild links und rechts) Maja Schültingkemper, Layout und Design: FIREFLY – Agentur für Marketing, Design & Medien, Sandra Hohr & Uwe Hohr, GbR
S. 57 Andrii – stock.adobe.com, generiert mit KI
S. 61 luismolinero – stock.adobe.com / bearbeitet
S. 62 (Bild oben) Benjavisa/iStock/Getty Images Plus, (Bild unten) APS, Gestaltung: lanuaria Cipolletta – APS e. V. | Bilder: Shutterstock
S. 64 (Bild oben) Oksana Kuzmina – stock.adobe.com, generiert mit KI, (Bild unten) Robert Kneschke – stock.adobe.com
S. 65 (Bild oben links) WavebreakMediaMicro – stock.adobe.com, (Bild Mitte rechts) buraratn – stock.adobe.com, generiert mit KI, (Bild unten links) amazing studio – stock.adobe.com
S. 67 visoot – stock.adobe.com, generiert mit KI
S. 68 Rido – stock.adobe.com
S. 69 kasto – stock.adobe.com

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Landwirtschaft, Ernährung
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

www.dge.de