



Die Ernährung ist in den Zielen für nachhaltige Entwicklung (Sustainable Development Goals, SDGs) der Vereinten Nationen fest verankert. In Bezug auf die Umsetzung dieser Ziele unterstützt die DGE Praktiker und Multiplikatoren unter anderem bei der Gestaltung einer entsprechenden Verpflegung durch die DGE-Qualitätsstandards, erweiterte Zertifizierungsmöglichkeiten sowie Projekte zum Thema Nachhaltigkeit in der Gemeinschaftsverpflegung. Der nachfolgende Artikel gibt hierzu einen Überblick.



## Verpflegung gesundheitsfördernd und nachhaltig gestalten

Die Außer-Haus-Verpflegung inkl. der Gemeinschaftsverpflegung gewinnt zunehmend an Bedeutung und bildet ein wichtiges Handlungsfeld in Sachen Nachhaltigkeit und Gesundheitsförderung. Hier bietet sich die Chance, viele Menschen mit einer nachhaltigen Verpflegung zu erreichen, ihre Geschmacks- und Handlungsmuster positiv zu prägen bzw. über ein attraktives nachhaltiges Speisenangebot weitere Kunden zu gewinnen. Mit der Berücksichtigung von Nachhaltigkeitsaspekten übernehmen Essensanbieter Verantwortung, indem sie dem Kunden ein gesundheitsförderndes, qualitativ hochwertiges und umweltverträgliches Angebot anbieten.

### Wie unterstützen die DGE-Qualitätsstandards?

Verschiedene bundesweite Erhebungen haben deutlich gemacht, dass in der Gemeinschaftsverpflegung nach wie vor Fleisch und Fleischerzeugnisse zu häufig und Gemüse, Rohkost und Salat zu selten angeboten werden (*Arens-Azevêdo et al. 2014, Arens-Azevêdo et al. 2015, Arens-Azevêdo et al. 2016, Volkert et al. 2016*). Durch die Umsetzung der DGE-Qualitätsstandards wird eine nachhaltige Ernährung begünstigt. Denn die DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in

Kindertageseinrichtungen (Kita), Schulen, Betrieben, Kliniken und Einrichtungen der Seniorenverpflegung fördern ein Verpflegungsangebot, das Gemüse, Salat, Obst und Getreideprodukte in den Mittelpunkt rückt, ergänzt durch tierische Lebensmittel. So ist z. B. das Fleischangebot auf zwei Portionen innerhalb einer Mittagsverpflegung über fünf Tage begrenzt.

Die Lebensmittelqualitäten und -häufigkeiten der DGE-Qualitätsstandards basieren auf den lebensmittelbezogenen Empfehlungen der DGE (10 Regeln der DGE, DGE-Ernährungskreis und Dreidimensionale DGE-Lebensmittelpyramide). deren Basis sind wiederum die Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr (DGE et al. 2019) sowie evidenzbasierte Erkenntnisse zur Prävention ernährungsmitbedingter Krankheiten durch Nährstoffe bzw. Lebensmittel. Der im DGEinfo 6/2019 erschienene Beitrag „Vollwertige Ernährung nach den Empfehlungen der DGE ist auch ökologisch nachhaltig“ legt dar, dass die DGE-Empfehlungen durch internationale Bewertungen gestützt und sowohl mit präventiven Aspekten in Bezug auf die menschliche Gesundheit als auch mit Aspekten der ökologischen Nachhaltigkeit vereinbar sind (DGE Referat Wissenschaft 2019).

Ungeachtet dessen, dass die DGE-Qualitätsstandards primär zur Gesunderhaltung und Gesundheitsförderung des Tischgastes entwickelt wurden, haben sie auch Auswirkung auf die ökologische Bilanz, insbesondere auf die Treibhausgasemissionen (THG-Emissionen), wie auch die Szenariorechnungen der wissenschaftlichen Beiräte des BMEL, von Meier und die des KEEKS-Projekts zeigen (Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz und Wissenschaftlicher Beirat für Waldpolitik beim BMEL 2016, Meier 2014, IZT – Institut für Zukunftsstudien und Technologiebewertung o. J.). Das Einsparungspotenzial zur Minderung der THG-Emissionen wurde im Gutachten der

wissenschaftlichen Beiräte des BMEL mit 9 % (entsprechend 3,0 bis 3,6 Mio. t CO<sub>2</sub>-Äquivalent) für die Außer-Haus-Verpflegung beziffert. In dieser Szenariorechnung wurde neben der Umsetzung der DGE-Qualitätsstandards zusätzlich berücksichtigt, dass das Trinkwasser den Tischgästen nur noch aus leitungswassergebundenen Zapfanlagen angeboten wird und zudem Lebensmittelabfälle durch Maßnahmen der Produktionssteuerung weitestgehend vermieden werden (Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz und Wissenschaftlicher Beirat für Waldpolitik beim BMEL 2016). Meier berechnete, dass eine mittelgroße Hochschulmensa mit einer durchschnittlichen Tagesproduktion von 3.000 Essen mit einer Menüoptimierung nach dem DGE-Qualitätsstandard ca. 280 t CO<sub>2</sub>-Äquivalent einsparen kann (Meier 2014). Die Szenariorechnung des KEEKS-Projekts zeigt, dass in den 22 Schulküchen des Netzwerkverbundes ein Einsparpotenzial von ca. 11 % in Bezug auf die gesamten THG-Emissionen in Höhe von ca. 750 t CO<sub>2</sub>-Äquivalent (Lebensmittel und Technik) durch die Umsetzung der DGE-Empfehlung von maximal zweimal Fleisch pro Woche und die Reduktion und Substitution klimaintensiver Lebensmittel wie Fleisch und (fette) Milchprodukte besteht (IZT – Institut für Zukunftsstudien und Technologiebewertung o. J.).

**In der Gemeinschaftsverpflegung werden Fleisch und Fleischerzeugnisse zu häufig und Gemüse, Rohkost und Salat zu selten angeboten.**





## Wie gelingt es, eine attraktive, nachhaltige Verpflegung anzubieten?

Um gesundheitsfördernde und nachhaltige Mahlzeiten attraktiv zu machen, hat sich in verschiedenen Studien eine Veränderung der Lebensumwelt durch Nudging, etwa durch Veränderung der Mahlzeitauswahl oder durch die Positionierung von Lebensmitteln im Ausgabebereich, als wirksam erwiesen (*Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz und Wissenschaftlicher Beirat für Waldpolitik beim BMEL 2016*).

### Info

#### Nudging

Der Begriff „Nudge“ (engl. „Stups“, Thaler und Sunstein 2008, Marteau et al. 2011) beschreibt Umweltbedingungen, die die Wahlmöglichkeiten („choice architecture“) verändern, diese aber nicht einschränken. Die Idee ist, dass ein Nudge dabei unterstützt, das erwünschte Verhalten leichter zu machen. Dafür wird die Situation so strukturiert, dass sie das erwünschte Verhalten als Standardoption ermöglicht (de Ridder 2014).

Im Ernährungsbereich kann Nudging beispielsweise angewendet werden, indem die erwünschte Option die Standardoption wird bzw. leichter verfügbar gemacht wird (Thaler und Sunstein 2008, Marteau et al. 2011).

Essentscheidungen sind sehr komplex und werden meist unbewusst und spontan gefällt. Daher können an der Speiseausgabe gezielte Platzierungen und optische Hervorhebungen dabei helfen, Tischgäste zu einer ausgewogeneren Speiseauswahl zu lenken. Neben der Möglichkeit, ausgewogene Hauptgerichte in der Ausgabelinie ganz vorne zu platzieren, können Wasser und ungesüßte Getränke im Getränkeregale auf Augen- und Greifhöhe platziert werden – gezuckerte Ge-



*Essentscheidungen sind sehr komplex und werden meist unbewusst und spontan gefällt.*

tränke dagegen in der „Bückzone“. Dies sind Beispiele für Veränderungen von Kontexten und Situationen, die das Verhalten verändern können. Der Vorteil der Etablierung solcher sogenannten „gesundheitsfördernden Umgebungsstrukturen“ besteht darin, dass nicht nur interessierte Personen bzw. Tischgäste erreicht werden, sondern alle Personen, die das Angebot der Gemeinschaftsverpflegungseinrichtung nutzen.

## Wie kann ein nachhaltiges Verpflegungskonzept etabliert werden?

In den DGE-Qualitätsstandards sind im Kapitel „Nachhaltigkeit“ beispielhaft Kriterien aufgeführt, um Nachhaltigkeit im Verpflegungskonzept der Einrichtung zu verankern. Diese Kriterien basieren auf den vier Dimensionen einer nachhaltigen Ernährung (v. Koerber und Kretschmer 2006): **Ökologie, Gesellschaft, Wirtschaft und Gesundheit**. Dabei obliegt es jeder Einrichtung selbst festzulegen, welche Bereiche der Nachhaltigkeit für sie von Bedeutung sind bzw. umgesetzt werden.

Zu den Kriterien zählen z. B. der Einsatz von saisonalen, regionalen und ökologisch erzeugten Produkten – ohne Nennung einer Größenordnung – oder die Bevorzugung gering verarbeiteter Produkte, umweltverträglicher Verpackungen und von Produkten des fairen Handels. In Bezug auf eine Senkung der THG-Emissionen sind insbesondere die Empfehlungen hervorzuheben, energetisch optimierte Großküchengeräte

einzusetzen, unnötige Stand- und Warmhaltezeiten sowie Lebensmittelabfälle zu vermeiden und unvermeidbare Abfälle zur Energiegewinnung oder zu weiterer Verwendung bereitzustellen. Für die Umsetzung eines nachhaltigen Verpflegungskonzepts sollten möglichst für alle Prozessstufen – von der Planung über Einkauf, Lagerung, Vor- und Zubereitung, Ausgabe bis hin zur Reinigung und Entsorgung – Anforderungen festgelegt werden. Unerlässlich für die Umsetzung sind dabei:

- die eindeutige Bestimmung der Verantwortlichen für die dauerhafte Umsetzung des Nachhaltigkeitskonzepts,
- die regelmäßige Evaluierung aller Maßnahmen,
- die Schulung der Mitarbeitenden und
- die Information der Tischgäste.



## NACHHALTIGE VERPFLEGUNG

Nachhaltigkeit in der Verpflegung wird vonseiten der DGE nicht nur im Rahmen der DGE-Qualitätsstandards betrachtet. So gibt es für zertifizierte Logopartner die Möglichkeit, das DGE-Zusatzzertifikat „Nachhaltige Verpflegung“ zu erwerben (siehe DGEinfo 6/2019).

Des Weiteren werden im Referat Gemeinschaftsverpflegung und Qualitätssicherung der DGE zwei Projekte durchgeführt, die sich mit der Umsetzung einer nachhaltigen Verpflegung beschäftigen.

## „Nachhaltig (B)und Gesund“

Das Projekt „Nachhaltig (B)und Gesund“ unterstützt Betriebsrestaurants bei einer nachhaltigeren Zubereitung gesundheitsfördernder Mahlzeiten mit hohem Bio-Anteil. Gleichzeitig werden die Tischgäste über die Vorzüge des nachhaltigen, gesundheitsfördernden Speisenangebotes informiert, um dessen Akzeptanz zu fördern. Das Projekt leistet einen Beitrag zur Umsetzung der Nachhaltigkeitsstrategie der Bundesregierung sowie der Zukunftsstrategie Ökologischer Landbau des BMEL.

Im Rahmen des Projektes wird ein Handlungsleitfaden entwickelt, der Betriebsrestaurants konkrete Wege aufzeigt, um die folgenden Aspekte der Nachhaltigkeit zu realisieren:

### Ökologie:

- Optimierung / Einführung eines Abfallmanagements mit dem Ziel der Reduzierung vermeidbarer Lebensmittelabfälle.
- Steigerung des Einsatzes von Bioprodukten sowie vermehrter Einsatz regionaler und saisonaler Lebensmittel.

### Gesundheit:

- Umsetzung des „DGE-Qualitätsstandard für die Betriebsverpflegung“ und erhöhte Akzeptanz der optimierten Speiseangebote (JOB&FIT-Menüs) bei den Tischgästen.

**Lebensmittelreste lassen sich zu Energie- und Wärmegewinnung einsetzen.**



Die Erarbeitung des Handlungsleitfadens erfolgt in einer prozessbegleitenden Interventionsstudie: Zwei Betriebsrestaurants von Bundesministerien in Bonn dienen als Modellkantinen. Dort wurde im Jahre 2018 zunächst durch Erhebung von Zahlen zum Bio-Einsatz, zum Absatz des JOB&FIT-Menüs, einer Abfallmessung sowie einer umfassenden Befragung der Tischgäste die Ausgangssituation in Bezug auf die oben genannten Aspekte analysiert. Darauf basierend wurden Konzepte für optimierte Prozessstufen der Modellkantinen entwickelt und überprüft. Konkrete Maßnahmen wurden seit Dezember 2018 umgesetzt, welche nach einer erneuten Bestandsaufnahme im Frühjahr 2019 bezüglich ihres Erfolgs beurteilt wurden. Beispiele für eingeführte Maßnahmen sind Schulungen des Kantinenpersonals zur Tischgastansprache und dem Umgang mit Biolebensmitteln, eine Aktionswoche, in der Wunschmenüs der Tischgäste gekocht wurden.

### Gesundheitsförderliche Schul- und Kitaverpflegung unter Berücksichtigung von Nachhaltigkeitsaspekten

Ein nachhaltiges Ressourcenmanagement ist ein wichtiger Faktor für eine gelingende Schulverpflegung. Zu diesem Ergebnis kam ein vom BMEL gefördertes Forschungsprojekt der Vernetzungsstellen Schulverpflegung in den Bundesländern Bremen, Hamburg, Schleswig-Holstein, Mecklenburg-Vorpommern und Niedersachsen, welches 2018 abgeschlossen wurde. Unter dem Titel „Gelingen einer gesundheitsförderlichen Schul- und Kitaverpflegung unter Berücksichtigung von Nachhaltigkeitsaspekten“ folgt nun ein Anschlussprojekt. Mit diesem sollen Wege aufgezeigt werden, wie Schul- und Kitaverpflegung nachhaltiger gestaltet und gezieltes Praxiswissen im Bereich Ressourcenmanagement vermittelt werden kann. Das BMEL fördert dieses Projekt im Zeitraum 2019 bis 2020.

Die Vernetzungsstellen setzen im Rahmen dieses Projektes in ihren Bundesländern unterschiedliche Schwerpunkte: In Niedersachsen stehen die Themen Lebensmittelwertschätzung und Reduzierung von Lebensmittelabfällen im Fokus. Die Vernetzungsstelle in Hamburg untersucht die Möglichkeiten, Schulverpflegung und Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) zu verknüpfen. Schleswig-Holstein greift Aspekte von Nachhaltigkeit rund um das Thema Essen und Trinken im Gefüge der Bildungseinrichtungen Kita und Schule auf. In Bremen führt die Vernetzungsstelle Schulverpflegung ein neu entwickeltes modulares Fortbildungsprogramm für Küchen- und Schulleitungen sowie Leitungen der Verpflegungsdienstleister durch und trägt damit zur Umsetzung des Aktionsplanes 2025 – Gesunde Ernährung in der Gemeinschaftsverpflegung der Stadtgemeinde Bremen – bei. Meck-

lenburg-Vorpommern organisiert Wissenstransfer zwischen den Akteuren der Schulverpflegung zum Thema Nachhaltigkeit und führt Nachhaltigkeitscoaching an Schulen durch.

In der Schul- und Kitaverpflegung werden täglich große Mengen an Lebensmitteln verarbeitet und anschließend teilweise entsorgt. Sie bietet somit zahlreiche Ansatzpunkte für ein nachhaltiges Ressourcenmanagement. Indem das Verbundprojekt Akteure der Schul- und Kitaverpflegung bei der Umsetzung von Nachhaltigkeitsaspekten unterstützt, leistet es einen wichtigen Beitrag zur Umsetzung der Nachhaltigkeitsstrategie der Bundesregierung.

*Referat Gemeinschaftsverpflegung und Qualitätssicherung*

### Literatur

1. Arens-Azevêdo U, Pfannes U, Tecklenburg E: Is(s)t KiTa gut? KiTa-Verpflegung in Deutschland – Status quo und Handlungsbedarfe. Bertelsmann Stiftung, Gütersloh (2014)
2. Arens-Azevêdo U, Schillmöller Z, Hesse L et al.: Qualität der Schulverpflegung – Bundesweite Erhebung. Abschlussbericht. Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Hamburg (2015) <https://www.in-form.de/materialien/studie-qualitaet-der-schulverpflegung/> (eingesehen am 08.01.2020)
3. Arens-Azevêdo U, Tecklenburg ME, Häusler M et al.: Verpflegung in Kindertageseinrichtungen (VeKiTa): Ernährungssituation, Bekanntheitsgrad und Implementierung des DGE-Qualitätsstandards. In: Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): 13. Ernährungsbericht 2016. Bonn (2016) 103-160
4. de Ridder D: Nudging for beginners. *European Health Psychologist* 16 (2014) 2-6
5. Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Referat Wissenschaft: Vollwertige Ernährung nach den Empfehlungen der DGE ist auch ökologisch nachhaltig. *DGEInfo* (6/2019) 82-87
6. Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Österreichische Gesellschaft für Ernährung, Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Bonn, 2. Auflage, 5. Aktualisierte Ausgabe (2019)
7. IZT – Institut für Zukunftsstudien und Technologiebewertung: KEEKS-Projekt. Maßnahmen. Handlungsfeld Lebensmittel und Menüs. (o. J.) <https://elearning.izt.de/course/view.php?id=67> (eingesehen am 07.01.2020)
8. Marteau TM, Ogilvie D, Roland M et al.: Judging nudging: can nudging improve population health? *BMJ* (2011) 342: d228
9. Meier T: susDISH – Methodenbeschreibung zur Bilanzierung gesundheitlicher, ökologischer und wirtschaftlicher Leistungen in der Gastronomie. Institut der Agrar- und Ernährungswissenschaften, Universität Halle-Wittenberg, Halle (Saale) (2014)
10. Thaler RH, Sunstein CR: *Nudge: Improving decisions about health, wealth, and happiness*. Yale University Press, New Haven (2008)
11. v. Koerber K, Kretschmer J: Ernährung nach den vier Dimensionen: Wechselwirkungen zwischen Ernährung und Umwelt, Wirtschaft, Gesellschaft und Gesundheit. *Ernährung & Medizin* 21 (2006) 178-185
12. Volkert D, Arens-Azevêdo U, Pfannes U: Evaluation des „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen“. In: Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): 13. Ernährungsbericht 2016. Bonn (2016) 161-202
13. Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz und Wissenschaftlicher Beirat für Waldpolitik beim BMEL: Klimaschutz in der Land- und Forstwirtschaft sowie den nachgelagerten Bereichen Ernährung und Holzverwendung. Gutachten. Berlin (2016)