

Leckerer Essen für alle

ProVeg fördert eine gesunde und nachhaltige Schulverpflegung

Die tägliche Mittagsverpflegung an Schulen trägt zu guten Ernährungsgewohnheiten sowie der gesundheitlichen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen bei. Nachhaltigkeit und Inklusion spielen dabei eine zentrale Rolle. Schulen tragen daher die Verantwortung, die nächste Generation mit ausgewogenem und ansprechendem Essen zu versorgen. Im Bereich Schulverpflegung mangelt es an genussvollen Angeboten, die zugleich gesund und klimafreundlich sind.¹ Diese Aspekte können durch ein breiteres pflanzliches Angebot erfüllt werden. Das Thema Ernährung als wesentlicher Bestandteil einer umfassenden Gesundheitsbildung im Schulwesen ist noch unterrepräsentiert. Eine ausführliche Wissensvermittlung über den Zusammenhang zwischen unserer Ernährung und vielen der drängendsten Probleme in der Gesellschaft, sollte demnach mit allen Mitwirkenden stattfinden.

1. Wahlmöglichkeiten

Eine langfristige Veränderung des Speiseplans an Schulen setzt voraus, dass Schülerinnen und Schüler gern dort essen. Dazu spielen viele Faktoren eine Rolle: das appetitliche Aussehen und der Geschmack des Schulessens, Möglichkeiten zur Mitbestimmung beim Angebot sowie die Wohlfühlatmosphäre beim Essen. Die Einbettung pflanzlicher Alternativen in den Speiseplan hat das Potenzial, diese Aspekte zu unterstützen. Gefördert wird:

- **Variation:** Durch eine Ausweitung und Optimierung des täglichen Angebots mittels appetitlicher, abwechslungsreicher Gerichte bekommen Schülerinnen und Schüler Lust am gemeinsamen Mittagessen. Die Schulverpflegung muss nicht nur gesundheitsfördernd und sättigend sein, sondern den Kindern auch die Lebensmittelvielfalt nahebringen. Die Integration attraktiver pflanzlicher Komponenten bietet hierzu zahlreiche neue Kombinationsmöglichkeiten. Hier gilt es, den Akteurinnen und Akteuren geeignete Maßnahmen und Instrumente für die Qualitätsentwicklung an die Hand zu geben und sie institutionell bei der Umsetzung zu unterstützen.
- **Inklusion:** Die Schulmensa dient als Begegnungsraum für Schülerinnen und Schüler, in dem das Sozialverhalten gestärkt und die Kommunikation gefördert wird. So rät die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE), dass allen Kindern die Teilnahme an der Gemeinschaftsverpflegung zu ermöglichen sei. Sie setzt als Voraussetzung zur Erreichung der Qualitätsstandards für die Schulverpflegung fest, dass täglich ein vegetarisches Gericht angeboten werden soll. Wird die vegetarische Option so gestaltet, dass sie optional ohne die allergenen Komponenten Ei und Milchprodukte gewählt werden kann, bekommen alle Kinder die Möglichkeit, am gemeinsamen Mittagessen teilzunehmen. Dadurch werden nebst Lebensmittelunverträglichkeiten und

Allergien auch kulturspezifische und religiöse Aspekte berücksichtigt.

- **Partizipation:** Können Schülerinnen und Schüler in puncto Verpflegung mitbestimmen und sich aktiv einbringen, sind sie zufriedener mit den Mahlzeiten.² Dadurch steigt die Akzeptanz des Schulessens und die Kinder und Jugendlichen werden in ihrer Position als Personen mit Entscheidungsbefugnis bestärkt. Daher braucht es einfache und einladende Methoden, die wirkungsvolle Effekte erzielen können. Ein anwendbares und effektives Mittel stellt hierbei die Integration der Ernährungsbildung durch Kochschulungen dar, in denen Kinder und Jugendliche selbst ausprobieren können, wie pflanzliche Optionen zuzubereiten sind und dabei die zahlreichen Vorteile erlernen.

Die Schulen gewinnen als Lebens- und Erfahrungsräume für Kinder und Jugendliche immer mehr an Bedeutung. Durch den frühen Erwerb von Ernährungskompetenzen werden sie dazu befähigt, Verantwortung für ihr eigenes Handeln zu übernehmen und einen gesundheitsförderlichen Ernährungs- und Lebensstil zu entwickeln. Eine Ausdehnung des pflanzlichen Angebots ist die Grundlage für eine stabile und langfristige Teilnahme an der Schulverpflegung.

2. Gesundheitsförderung

In Deutschland gibt es aktuell 8,4 Millionen Schülerinnen und Schüler, die potenzielle Tischgäste in der Schulverpflegung darstellen.³ Davon besuchen 3 Millionen den Ganztagsunterricht mit verbindlicher Bereitstellung eines Mittagessens.⁴ Sie benötigen für ihre körperliche und geistige Entwicklung sowie für die Stärkung ihres Immunsystems eine optimale Versorgung mit allen wichtigen Nährstoffen. Schulen wird empfohlen, sich an den Qualitätsstandards der DGE zu orientieren, die die tägliche Aufnahme von Obst und Gemüse beinhalten. Demnach soll täglich ein vegetarisches Gericht angeboten werden.⁵ ProVeg befürwortet außerdem die Einführung der zertifizierbaren vegetarischen Menülinie an Schulen, die mit Ausnahme von 2 Milchprodukten pro Woche rein pflanzlich zusammengestellt werden kann.

Aus dem aktuellen Bericht des Nationalen Qualitätszentrums für Ernährung in Kita und Schule (NQZ) geht hervor, dass eine Deckung der nötigen Nährwerte täglich nur bedingt möglich sei, da nur rund die Hälfte der Schulen mit den DGE-Qualitätsstandards vertraut ist. Sofern die Standards bekannt sind, werden sie nach Aussage der Schulleitungen nur in etwas mehr als 50 % der Fälle auch umgesetzt.⁶

- **Prävention von Zivilisationskrankheiten**

Der Fleischkonsum in Deutschland ist im Durchschnitt doppelt so hoch wie von der DGE empfohlen. Knapp 80 % der Schulen bieten zudem häufiger als 8-mal pro Monat Fleisch oder Wurst an und liegen damit ebenfalls über der gesundheitlich empfohlenen Maximalmenge für Kinder und Jugendliche.⁷ Die Bevorzugung vollwertiger pflanzlicher Lebensmittel und der geringe Verzehr tierischer Lebensmittel im Kindesalter kann das spätere Risiko für Übergewicht und andere ernährungsmitbedingte Krankheiten senken.⁸

- **Deckung aller wichtigen Nährstoffe durch pflanzliche Lebensmittel**

Gemüse, Obst und Vollkorngetreide sowie Hülsenfrüchte, Nüsse und Samen sind wichtige Lieferanten von Vitaminen, Mineral- und Ballaststoffen sowie Proteinen (Eiweißen) und ungesättigten Fettsäuren. Pflanzenbetonte Mahlzeiten sind ein guter Lösungsansatz für eine optimale Versorgung mit den in der Wachstumsphase wesentlichen Nährstoffen und tragen zusätzlich zur Bildung frühzeitiger, gesunder Ernährungsgewohnheiten bei.⁹ ProVeg berät zum Thema Nährstoffversorgung, um sicherzustellen, dass die angebotenen Gerichte nicht nur vielfältig und schmackhaft, sondern auch gesund und vollwertig sind.

3. Auswirkungen tierischer Produkte

Das gegenwärtige Produktions- und Konsumniveau tierischer Produkte in Deutschland ist hinsichtlich der Auswirkungen auf Umwelt, Klima und Gesundheit problematisch.¹⁰ Der Wissenschaftliche Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft beziffert die ernährungsbedingten Treibhausgasemissionen auf ein Viertel der Gesamtemissionen Deutschlands. Davon entfällt ein Großteil auf tierische Produkte, insbesondere Fleisch- und Milcherzeugnisse.¹¹

Die Erzielung wirkungsvoller Effekte für eine Klimawende beschäftigt aktuell insbesondere Kinder und Jugendliche, woraus beispielsweise eine globale Bewegung („Fridays for Future“) entstanden ist, die sich für Klimaschutz einsetzt. Die Schulverpflegung bekommt aufgrund dieser Entwicklung eine immer größere Bedeutung.² Eine pflanzenbasierte Ernährung ist eine einfache und effektive Maßnahme, mit der wir positiven Einfluss auf die Reduzierung von Treibhausgasemissionen nehmen können.¹²

Fazit

Die pflanzliche Ernährung gilt als Multiproblemlöser vieler drängender Probleme. Insbesondere im Hinblick auf die Schulverpflegung wird deutlich, dass sich ein breites pflanzliches Essensangebot nicht nur positiv auf die Gesundheit auswirkt, sondern zugleich den Geschmack der Kinder und Jugendlichen trifft. Eine frühzeitige Bewusstseinsbildung von Schülerinnen und Schülern befähigt diese, später verantwortungsvolle Entscheidungen für die Zukunftsfähigkeit unseres Planeten treffen zu können. Insgesamt sollte die Erweiterung des pflanzlichen Angebots in der Schulverpflegung als ein Baustein in eine ganzheitliche und gesamtgesellschaftlich erwartete Agrar-, Gesundheits- und Ernährungswende eingebettet werden.

ProVeg-Maßnahmen als Lösungsansatz

Mit dem Programm „Leckerer Essen für alle“ bietet ProVeg Unterstützung für die Entwicklung und Qualitätsverbesserung eines ausgewogenen Verpflegungsangebots in schulischen Einrichtungen. Durch Kommunikationsberatung, Kochschulungen und Rezeptentwicklungen unterstützt das Team von ProVeg Food Services bei der Implementierung von hochwertigen pflanzlichen Optionen. In Kooperation mit der Krankenkasse BKK ProVita werden im Rahmen der „Aktion Pflanzen-Power“ die nötigen Bedingungen geschaffen, um Schülerinnen und Schüler in Kocheinheiten mit pflanzlichen Gerichten vertraut zu machen. Küchenpersonal, Lehrkräfte oder Institutionen wie Schulvernetzungsstellen werden durch individuelle Methoden, beispielsweise Handlungsleitfäden und angepasstes Infomaterial, miteinbezogen.

Stand: Berlin, Mai 2019

Kontakt

Dr. Ruth Bartels
Leiterin ProVeg Schulprogramm
ruth.bartels@proveg.com

Quellen

- [1] Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (2016): Verpflegung in Kindertageseinrichtungen. Ergebnisse einer bundesweiten Studie. Online unter: https://www.in-form.de/fileadmin/Dokumente/Materialien/4_INFORM_Monitor_Verpflegung_Kita.pdf, S. 11 [23.10.2018],
- [2] Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (Hrsg.), Qualität in der Schulverpflegung – Bundesweite Erhebung, Abschlussbericht (2015) https://www.in-form.de/fileadmin/Dokumente/Materialien/20150625INFORM_StudieQualitaetSchulverpflegung.pdf
- [3] Statista (2018): Kennzahlen der Verpflegung/Gastronomie an Schulen in Deutschland. Online unter:

<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/692283/umfrage/kennzahlen-der-versorgung-an-schulen-in-deutschland/>

[4] KMK: Allgemeinbildende Schulen in Ganztagsform in den Ländern in der Bundesrepublik Deutschland - Statistik 2012 bis 2016 -. Online unter:

https://www.kmk.org/fileadmin/Dateien/pdf/Statistik/Dokumentationen/GTS_2016_Bericht.pdf

[5] DGE-Qualitätsstandard für die Mittagsverpflegung. Online unter:

<https://www.schuleplusessen.de/dge-qualitaetsstandard/gestaltung-der-verpflegung/mittagsverpflegung/>

[6] Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (2016): Verpflegung in Schulen. Ergebnisse einer bundesweiten Studie. Online unter

https://www.in-form.de/fileadmin/Dokumente/Materialien/6_INFORM_Monitor_Verpflegung_Schule.pdf, S. 3 [23.10.2018]

[7] Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (2016): Verpflegung in Schulen. Ergebnisse einer bundesweiten Studie. Online unter

https://www.in-form.de/fileadmin/Dokumente/Materialien/6_INFORM_Monitor_Verpflegung_Schule.pdf, S. 13 [23.10.2018]

[8] <https://proveg.com/de/5-pros/gesundheit/zivilisationskrankheiten/adipositas/>

[9] <https://proveg.com/de/5-pros/gesundheit/veggie-lebensphase/vegetarisch-vegane-kinderernaehrung/>

[10] <https://proveg.com/de/5-pros/pro-umwelt/klimawandel-ursachen-massentierhaltung/>

[11] Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (2016): Klimaschutz in der Land- und Forstwirtschaft sowie den nachgelagerten Bereichen Ernährung und Holzverwendung. Gutachten. Online unter

https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/Ministerium/Beiraete/Agrarpolitik/Klimaschutzgutachten_2016.html?__blob=publicationFile [14.2.2019]

[12] Nationales Programm für nachhaltigen Konsum: gesellschaftlicher Wandel durch einen nachhaltigen Lebensstil (2019) Online unter

<https://www.bmu.de/themen/wirtschaft-produkte-ressourcen-tourismus/produkte-und-konsum/produktbereiche/konsum-und-ernaehrung/>