

Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg
Fachbereich Life Sciences
Studiengang Ökotrophologie

Veränderung des Mahlzeitenmusters von 1980 bis 2010 in Deutschland
und Auswirkungen auf die Gemeinschaftsverpflegung
Diplomarbeit

Von Stella-Kathrin Freiling

Referentin:

Frau Prof. Ulrike Arens-Azevedo

Koreferentin:

Frau Prof. Dr. Ulrike Pfannes

Vorgelegt am 31.08.2010

Abstract

Objective: To show the alteration in the pattern of meals from 1980 to 2010 and the impact on the communal feeding in Germany.

Methods: A detailed literature research and the analysis of information about the diet of the German population in the period from 1980 to 2010. Information is mainly taken from national consumption studies "Nationale Verzehrsstudie 1 und 2" and many other nutrition studies.

Results: The studies reveal a change in diet, nutrition use and the pattern of meals over the last 30 years. The amount of time used for preparing and consume food also changed.

The alteration in German society, for example the change of lifestyles and the demographic changes have influenced the population's diet. New trends in nutrition have developed, which also affect the communal feeding.

The consume structure is uneven; therefore it is not possible to give valid evidence of all consumers. The single consumer however makes his decision on what to eat spontaneously out of different motives. The health orientation increased in many people's minds. Health, well-being and convenience are new trends in the process of making decisions on what to eat. Fast food however also plays a big role, with mostly little nutritional benefits. With a higher level of education the awareness of a healthy diet increases.

For most of the German population it is important to eat in company and the traditional manner of three meals a day is still common. The Germans use more time for having their meals compared as to 30 years ago. However the working population tries to keep the preparation time low and tend to go for "ready to serve" products. Also in the communal feeding more convenience products are being used. Snacks during the day increased in popularity and people more often have their meals outside their home as compared to 30 years ago.

The changed conditions of work have lead to reduced energy use, whereas the diet behaviour of the Germans didn't adapt enough. Thus the energy input is often too high and the number of overweight Germans and nutritional induced diseases has increased over the last 30 years.

Conclusions: The population's diet alterates with the changes in the society. The importance of a healthy diet increases. The nutritional behaviour is also related to the level of education and social stratum.

These aspects and other aspects shown in this diploma thesis should be considered in following discussions and actions for a healthier diet of the German population, especially in the communal feeding.

Key words: National Consumption Studies, pattern of meals, diet of the German population, communal feeding

Zusammenfassung

Ziel: Die vorliegende Arbeit stellt die Veränderung des Mahlzeitenmusters von 1980 bis 2010 in Deutschland und die Auswirkungen auf die Gemeinschaftsverpflegung dar.

Methode: Eine ausführliche Literaturrecherche und die Sammlung der Informationen zur Ernährungsweise der deutschen Bevölkerung der Jahre 1980 bis 2010 sowie die Analyse des Ernährungsverhaltens der Deutschen ist die Grundlage dieser Arbeit.

Ergebnisse: Informationen aus den Nationalen Verzehrsstudien sowie zahlreichen anderen Ernährungserhebungen haben ergeben, dass sich das Ernährungsverhalten, der Lebensmittelverbrauch und somit die Mahlzeitenmuster in den vergangenen 30 Jahren verändert haben.

Auch die Zeit, die für die Mahlzeiteneinnahme -zu und -nachbereitung aufgewendet wird, hat sich verändert. Der Strukturwandel in Deutschland, demographische Veränderungen, veränderte Haushalts- und Arbeitsstrukturen und neue Lebensmitteltechnologien haben die Ernährungsweise der Deutschen in den vergangenen 30 Jahren beeinflusst. So sind neue vielseitige Ernährungstrends entstanden die sich

auch auf die Veränderung des Mahlzeitenmusters in der Gemeinschaftsverpflegung ausgewirkt haben. Die Teilnahme an der GV hat zugenommen.

Die Deutschen sind heterogen in ihrem Ernährungsverhalten. Daher lassen sich keine allgemein gültigen Aussagen über alle Konsumenten machen. Der einzelne Konsument macht seine individuellen Ess-Entscheidungen aus den unterschiedlichsten Beweggründen. Dabei spielen Gesundheit und Wellness, Convenience, aber auch schnelles Essen unterwegs, in der heutigen Ernährung, eine besondere Rolle.

Insgesamt nehmen sich die Deutschen heute mehr Zeit zum Essen, als vor 30 Jahren. Jedoch versuchen beispielsweise Erwerbstätige durch zeitsparende Zubereitungsmethoden und küchenfertige Produkte den Zeitaufwand beim Kochen gering zu halten. Der Verbrauch an Convenienceprodukten hat in der Gemeinschaftsverpflegung und im Privathaushalt in den vergangenen 30 Jahren zugenommen. Zwischenmahlzeiten und Snacks sind beliebter geworden und es wird häufiger Außer Haus gegessen, als vor dreißig Jahren.

Allgemein lässt sich sagen, dass dem Hauptteil der deutschen Bevölkerung ein gemeinschaftliches Essen wichtig ist. Die traditionelle Ernährungsweise, dargestellt durch die drei Hauptmahlzeiten, die über den Tag verteilt werden, hat weiter Bestand. Es besteht ein größeres Interesse an einer gesunden Ernährungsweise.

Schlussfolgerungen: Das Ernährungsverhalten der Bevölkerung wandelt sich mit den gesamten gesellschaftlichen Veränderungen. Eine gesunde Ernährungsweise, wird aufgrund des vermehrten Übergewichts in Deutschland und der Vielzahl an ernährungsmitbedingten Erkrankungen immer wichtiger. Ein gesundes Ernährungsverhalten ist u. a. abhängig vom Bildungsniveau und von der sozialen Schicht der Menschen.

Die GV kann durch ein gesundheitsförderliches Verpflegungsangebot Einfluss auf eine gesündere Ernährungsweise der Deutschen nehmen.

Diese und andere Aspekte meiner Diplomarbeit sollten in folgenden Diskussionen, für eine gesündere Ernährungsweise in der deutschen Bevölkerung, besonders in der Gemeinschaftsverpflegung, berücksichtigt werden.

Schlüsselwörter: Nationale Verzehrsstudie 1 und 2, Mahlzeitenmuster, Ernährungsverhalten der deutschen Bevölkerung, Gemeinschaftsverpflegung.

Inhaltsverzeichnis

	Abstract	2
	Zusammenfassung	3
	Inhaltsverzeichnis	5
	Abkürzungsverzeichnis	7
1.	Einleitung	8
1.1	Aufbau der Diplomarbeit	9
2.	Gegenwärtige Ernährungstrends in Deutschland	10
2.1	Vollwerternährung und Ökologischer Landbau	20
2.2	Gesundheit und Wellness	23
2.3	Zukünftige Ernährungstrends	25
3.	Soziologie der Ernährung	27
4.	Ursachen für Veränderungen in der Ernährung der Deutschen Bevölkerung	35
4.1	Demographischer Wandel	36
4.2	Veränderungen der Haushaltsstrukturen	38
4.3	Zeit für die Ernährung	43
4.4	Berufstätigkeit der Frau	50
5.	Ist- Zustand: Gemeinschaftsverpflegung in Deutschland	55
6.	Veränderungen im Ernährungsverhalten in der Bundesrepublik Deutschland von 1980 bis 2010	58
6.1	Veränderungen im Lebensmittelverbrauch in Deutschland	63
6.2	Die Nationale Verzehrsstudie 1	65
6.2.1	Die Kernaussagen der Nationalen Verzehrsstudie 1	66
6.2.2	Mittlere tägliche Zufuhr an Nährstoffen nach NVS 1 (1985-1989) absolut	67
6.2.3	Verzehrsprofil einer Tageskost von Frauen und Männern (NVS 1)	67
6.3	Die Nationale Verzehrsstudie 2	68
6.3.1	Die Kernaussagen der Nationalen Verzehrsstudie 2	68
6.3.2	Mittlere tägliche Zufuhr an Nährstoffen nach NVS 2 (2008) absolut	70
6.3.3	Verzehrsprofil einer Tageskost von Frauen und Männern (NVS 2)	70
6.4	Vergleich der Ergebnisse der Nationalen Verzehrsstudie 1 (1988) und der Nationalen Verzehrsstudie 2 (2008)	71

Inhaltsverzeichnis

6.5	Ernährung in der ehemaligen DDR	72
6.6	Ernährungsverhalten Außer Haus	76
6.6.1	Kernaussagen der Nationale Verzehrsstudie 1 zur Gemeinschaftsverpflegung	80
6.6.2	Kernaussagen der Nationale Verzehrsstudie 2 zur Gemeinschaftsverpflegung	80
6.7	Veränderungen in der Gemeinschaftsverpflegung	80
6.7.1	Gemeinschaftsverpflegung in der ehemaligen DDR	82
6.7.2	Umfang der Gemeinschaftsverpflegung in der ehemaligen DDR (1985/88)	85
6.7.3	Gemeinschaftsverpflegung in den neuen Ländern	85
6.7.4	Umfang der Gemeinschaftsverpflegung in den neuen Ländern	86
7.	Veränderungen des Mahlzeitenmusters von 1980 bis 2010	88
7.1	Zeittafel GV- Praxis	91
7.2	Conveniencemarkt von 1980 bis 2010 in Deutschland	91
7.2.1	Tiefkühlmarkt in der Außer-Haus-Verpflegung	92
7.2.2	Pro Kopf Verbrauch von Tiefkühlkost in Deutschland, von 1989 bis 2009	93
7.2.3	Ursachen für die Zunahme der Tiefkühlkost	94
8.	Fazit: Bewertung der Mahlzeitenentwicklung von 1980 bis 2010, in Deutschland und Auswirkung auf die Gemeinschaftsverpflegung	95
	Abbildungsverzeichnis	100
	Literaturverzeichnis	102
	Eidesstattliche Erklärung	106
	Anhang	I

Abkürzungsverzeichnis

Abb	Abbildung
ABL	Alte Bundesländer
ADM	Arbeitskreis deutscher Marktforschungsinstitute
AHV	Außer-Haus-Verpflegung
AID	Auswertungs- und Informationsdienst, Bonn
BMELV	Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz
BMFSFJ	Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
BMFT	Bundesministerium für Forschung und Technologie
BMI	Body-Mass-Index
BRD	Bundesrepublik Deutschland
CMA	Centrale Marketinggesellschaft der deutschen Agrarwirtschaft mbH
D-A-CH	Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr der deutschen, österreichischen und schweizerischen Ernährungsgesellschaften
DDR	Deutsche Demokratische Republik
DGE	Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.
EG	Europäische Gemeinschaft
EVA	Ernährungsverhalten Außer Haus
EVS	Einkommens- und Verbraucherstichprobe
EWG	Europäische Wirtschaftsgemeinschaft
g/d	Gramm am Tag
g/Tag	Gramm pro Tag
GfK	Gesellschaft für Konsum- und Absatzforschung
GPF	Gesellschaft für Panelforschung
GV	Gemeinschaftsverpflegung
kcal	Kilokalorien
KH	Kohlenhydrate
LPG	Landwirtschaftliche Produktionsgenossenschaft
M	Mark
mg/dl	Milligramm pro Deziliter
Monica	Monitoring of Trends and Determinants in Cardiovascular Disease
n	Anzahl
NBL	Neue Bundesländer
NVS	Nationale Verzehrsstudie
t	Tonnen
Tab	Tabelle
TK	Tiefkühlkost
VERA	Verbundstudie Ernährungserhebung und Risikofaktoren-Analytik
WHO	World Health Organization
μ	Mikro

1. Einleitung

Unsere Gesellschaft wandelt sich in allen Bereichen permanent. Mit ihren Veränderungen ändert sich auch die Art und Weise unserer Ernährung. Unser Ernährungsverhalten ist vielfältig und für Veränderungen in der Ernährung der Deutschen Gesellschaft gibt es viele Ursachen. Die Außer-Haus-Verpflegung (AHV) trägt mit ihren Restaurationen, Schnellimbissen und Gemeinschaftsverpflegungsbetrieben dazu bei, dass neue Ernährungstrends entstehen und orientiert sich ebenso an den sich wandelnden kulinarischen Vorlieben der Deutschen, um den Ansprüchen der Kunden zu genügen. Die Veränderung des Mahlzeitenmusters in der Gemeinschaftsverpflegung (GV) geht einher mit den kulinarischen Veränderungen innerhalb der Gesellschaft, da sich eine erfolgreiche GV an den Wünschen des Kunden orientiert.

Kulinarische Veränderungen haben unterschiedliche Ursachen. Trends entstehen, die durch die Erschließung neuer Märkte, die Globalisierung sowie den vermehrten Tourismus in entferntere Regionen der Welt mitgebracht und in unseren Speiseplan eingebaut werden. Unsere Gesellschaft ist weltoffener geworden. Der kulturelle Austausch mit anderen Ländern nimmt immer weiter zu.

Kulinarische Veränderungen stehen auch im Zusammenhang mit politischen und marktwirtschaftlichen Aspekten. Das deutsche Wirtschaftswunder in den 60er- und 70er-Jahren hat vermehrt Gastarbeiter nach Deutschland gebracht. Flüchtlinge haben in Deutschland eine neue Heimat gefunden. Die Wiedervereinigung hat vielen Menschen das Reisen in entfernte Länder erst ermöglicht. Auch dadurch haben sich die unterschiedlichen Esskulturen miteinander vermischt. Die Gesellschaft hat sich weiter entwickelt. Beispielsweise führte die Emanzipation der Frau dazu, dass vermehrt Kinder in Kindertagesstätten und Schulen durch die GV versorgt werden.

In meiner Diplomarbeit führe ich die Veränderungen des Mahlzeitenmusters der letzten 30 Jahre auf. Ich gehe dabei auf einige Faktoren ein, die diese Veränderungen mit beeinflusst haben. Zeige auf wie sich das Ernährungsverhalten innerhalb der letzten 30 Jahre verändert hat und welche Entwicklungen dabei Einfluss auf die Gemeinschaftsverpflegung haben.

Bei der Betrachtung der Mahlzeitenveränderungen orientiere ich mich ausschließlich an den Mittagsmahlzeiten, da diese Menüs im Vergleich am aussagekräftigsten sind und in der GV den Hauptanteil an der Verpflegung ausmachen. Die Bewertung der

Veränderungen und die Auswirkungen auf die Gemeinschaftsverpflegung soll aufzeigen, wie sich die Gemeinschaftsverpflegung innerhalb der letzten 30 Jahre entwickelt hat und ob diese Entwicklungen für den Konsumenten wünschenswert sind.

1.1 Aufbau der Diplomarbeit

Mein Ziel ist die Darstellung der Veränderung des Mahlzeitenmusters in Deutschland innerhalb der letzten 30 Jahre und die Auswirkungen auf die Gemeinschaftsverpflegung. Eine Bewertung der Qualität dieser Entwicklungen bezogen auf eine gesundheitsförderliche Ernährungsweise. Dabei liegt der Schwerpunkt auf dem Mahlzeitenrhythmus, dem Ort und Zeitpunkt des Mahlzeitenverzehr sowie der Zufuhr von Nährstoffen mit den Mahlzeiten.

Eine ausführliche Literaturrecherche und die Sammlung der Informationen zur Ernährungsweise der deutschen Bevölkerung der Jahre 1980 bis 2010 ist die Grundlage meiner Arbeit.

Um die Veränderungen des Mahlzeitenmusters und die Auswirkungen auf die Gemeinschaftsverpflegung beurteilen zu können, ist es notwendig sich die gegenwärtigen Ernährungsentwicklungen zu vergegenwärtigen und sich die zukünftigen Ernährungsentwicklungen vorzustellen. Daher gehe ich kurz auf die gegenwärtigen Ernährungstrends und auf die voraussichtlich, zukünftigen Trends in der Ernährung ein.

Um die kulinarischen Veränderungen innerhalb einer Gesellschaft und die damit einhergehenden Veränderungen des Mahlzeitenmusters besser verstehen zu können, betrachte ich die Soziologie der Ernährung näher. Ich gehe auf die Ursachen ein, die einen Einfluss auf Veränderungen in der gesellschaftlichen Ernährungsweise haben und stelle dar, wie sich die Ernährungsweise in der GV, in den letzten 30 Jahren entwickelt hat und wie sie sich heute darstellt. Die Veränderung des Mahlzeitenmusters wird zusammenfassend beschrieben. Anschließend folgt mein Fazit mit einer Bewertung dieser Entwicklungen.

Zur Vereinfachung der Lesbarkeit verzichte ich in meiner Diplomarbeit darauf, eine Unterscheidung zwischen der weiblichen und männlichen Schreibweise vorzunehmen. Es werden immer beide Geschlechter angesprochen.

2. Gegenwärtige Ernährungstrends in Deutschland

In den letzten 30 Jahren führte der fortschreitende wirtschaftlich-technische, soziale und kulturelle Wandel zu Veränderungen in den Ernährungsgewohnheiten der Deutschen. Dieser Wandel zeigt sich durch die Verschiebung der Verbrauchsstrukturen, veränderte Zubereitungstechniken und durch die größere Vielfalt neuer Ernährungsformen.

Die Ernährung innerhalb einer Gesellschaft spiegelt ihren Wohlstand, die sozialen Unterschiede, die Struktur, das Qualitätsbewusstsein und die Werte ihrer Kultur wieder. Das Ernährungsverhalten wandelt sich innerhalb der gesamten gesellschaftlichen Veränderungen.

Nachdem die Nachkriegszeit und die zeitgemäße Ernährung, in der es eher um die quantitative als um die qualitative Faktoren ging, der Vergangenheit angehört, liegt der Mittelpunkt der Betrachtung nicht mehr auf dem satt werden an sich, sondern speziell auf der Qualität der Nahrung und der individuellen Ernährungsweise. Die Gesellschaft, die ihr Hauptaugenmerk auf die Arbeit und die existenzielle Sicherung gelegt hatte, verwandelte sich zur Wohlstandsgesellschaft mit vermehrter Blickrichtung auf freizeitorientierte Aktivitäten. Die gesellschaftlichen Veränderungen der vergangenen Jahre haben zu folgenden Ernährungstrends geführt.

Die heutige Essweise in den fortgeschrittenen Wohlstandsgesellschaften ist neben dem Trend zur Biokost von dem Trend zu Convenience Food und Functional Food gekennzeichnet. Neben der Fast-Food-Mentalität liegt heutzutage die gesunde Ernährung im Trend. Nach zahlreichen Lebensmittelskandalen sehnen sich viele Menschen nach Sicherheit und Natürlichkeit und haben ein zunehmendes Verlangen zu wissen was letztendlich auf ihren Tellern landet.

Die Ursachen für die Veränderungen im Ernährungsverhalten sind vielseitig. Eine Studie des Rheingold-Instituts zeigt, dass Lebensmittelskandale einen entscheidenden Einfluss auf das Einkaufsverhalten der Verbraucher haben. "Die tiefenpsychologische Studie hat ergeben, dass 61% der Konsumenten unter dem Einfluss von Lebensmittelskandalen ihr Einkaufsverhalten ändern. Diese Konsumenten geben an, dass sie Produkte gar nicht mehr kaufen, temporär nicht mehr kaufen oder dauerhaft weniger kaufen" (Rheingold-Institut, „Wie tickt der Verbraucher?“, <http://www.bve-online.de/download/jahresbericht2010>, (n = 1.040), Stand: 22.07.10).

Durch unterschiedliche Konsumentengruppen innerhalb der deutschen Gesellschaft bestehen zeitgleich unterschiedliche Ernährungstrends. Während eine Vielzahl an

Konsumenten beispielsweise eine gesundheitsförderliche Ernährung anstrebt, gibt es zeitgleich eine vermehrte Nachfrage nach Fast Food. Man kann die unterschiedlichen Verzehrsvorlieben der Deutschen verschiedenen Ursachen zuordnen. Die Einen mögen gerne Gerichte, die sie schon immer kannten. Sie sind traditionsbewusste Esser und bevorzugen beispielsweise die herzhafte Hausmannskost von früher. 24% der Deutschen bevorzugten, laut der GfK (Gesellschaft für Konsumforschung) 1992 die traditionelle, bürgerliche Küche, 1998 waren es sogar 31% der Verbraucher. Diese bevorzugten dann auch regionale und vor allem deutsche Produkte. Andere sind offen für immer wieder neue Gerichte und bevorzugen die exotische, experimentelle Küche. Wieder andere Konsumenten sind ökologisch orientiert oder haben einen hohen Anspruch an den Genusswert der Speisen.

Die Nahrungsaufnahme stellt für den Menschen nicht mehr nur die Versorgung mit den lebensnotwendigen Nährstoffen sicher, sondern stellt eine Freiheit zur Selbstverwirklichung dar. Dank des steigenden Einkommens der Menschen ist die Nahrungsaufnahme zu einem formbaren Stück Lebensqualität geworden.

Viele Deutsche ergänzen ihre Ernährung durch Supplemente. Sie sollen einen Beitrag zur Nahrungsergänzung leisten. Dem Organismus also Nährstoffe zuführen, die über die tägliche Ernährung nicht ausreichend zugeführt werden. Ein Supplement ist ein Konzentrat von einem Nährstoff oder mehreren Nährstoffen oder anderen Stoffen mit einer ernährungsphysiologischen Wirkung, die in dosierter Form, als Pillen, Pulver oder Kapseln von Menschen eingenommen werden, um ergänzend zur Ernährung, den Nährstoffbedarf zu decken.

Ein weiterer Trend, der in Zukunft sicherlich noch weiter zunehmen wird, ist der der gentechnisch Veränderten Lebensmittel. Gentechnisch veränderte Lebensmittel werden aus gentechnisch veränderten Nahrungsbestandteilen sowie aus Zuchttieren oder -pflanzen hergestellt. Die genetischen Informationen des Lebens- oder Futtermittels werden biotechnologisch verändert und haben einen Einfluss und spezifische Eigenschaften für das Endprodukt. Seit 1994 werden gentechnisch veränderte Lebens- und Futtermittel in Europa genutzt.

Als technologischen Trend der Zukunft, verspricht die Biotechnologie einen Weg hin zur Ressourcenschonung und Nachhaltigkeit durch beispielsweise Nutraceuticals in Functional Food und durch neue Anbaumethoden, beispielsweise durch gentechnisch verändertes Saatgut.

Neu auf dem Lebensmittelmarkt bzw. neuerdings in größeren Mengen auf dem Lebensmittelmarkt vertreten sind so genannte "Novel Food" Lebensmittel oder Lebensmittelzutaten. Sie weisen eine gezielt modifizierte primäre Molekularstruktur auf, werden aus Mikroorganismen, Pilzen, Pflanzen, Tieren oder Algen isoliert oder werden aus unüblichen Herstellungsverfahren gewonnen, welche einen Einfluss auf den Nährwert, den Stoffwechsel oder den Anteil an unerwünschten Stoffen im Lebensmittel hat.

Ein weltweit sehr beliebter Ernährungstrend ist das Fast Food. Schnelles Essen für unterwegs gab es schon immer. Jedoch ist das Fast Food, wie wir es heute kennen, erst seit 1950 langsam aus den USA auf unseren Markt herüber gekommen. Der Reiz des Fast Food ist das unkonventionelle Essen mit den Fingern. "Mit Blick auf die Veränderungen in der Esskultur in Deutschland lassen sich zwei wesentliche Konsumorientierungen unterscheiden: Kultivierung und Simplifizierung. Die Kultivierung basiert auf einer Vorstellung des Lustgewinns durch kontrollierten Aufschub, während die Simplifizierung die rasche Befriedigung des Hungers anstrebt" (Alexander Deak, 2005, S. 29). Die Kultivierung ist ein Essverhalten, welches aufwendig ist. Qualitativ hochwertige Speisen werden bevorzugt und es wird Wert auf ein gepflegtes Ambiente gelegt. Die Simplifizierung ist ein eher einfaches Essverhalten. Reichhaltige Speisen in einem ungezwungenen Ambiente werden bevorzugt. Gegenwärtig praktizieren die Deutschen wohl ein Ernährungsverhalten, bei dem sie sich tagtäglich, situationsgebunden für die kultivierte oder simplifizierte Form entscheiden.

In den 1970er-Jahren setzte die Imbissbude ihren Siegeszug an. Durch die strukturellen Umwälzungen in der Gesellschaft und dem Gedankengut der 68er waren die Menschen offen für eine neue Art des Essens unterwegs. Tischmahlzeiten mit Handlungsbeschränkungen, Unterordnung und Tischzüchtigung weckten den Wunsch nach unkonventionellen, individuellen, selbstbestimmten Verzehrsituationen, sowie Tischgenossen, die frei wählbar waren. Auch der Fernseher zog in das Wohnzimmer ein und hatte vermehrt Einfluss auf die Mahlzeitengestaltung. So genannte TV-Mahlzeiten entstanden. Tischmanieren und Besteck-intensive Speisen wurden mehr und mehr verdrängt. Wie bei anderem Fast Food, wird beim Imbiss, der Verzehrsakt und die Verzehrsituation vereinfacht. Konsumenten dieser simplifizierten Mahlzeiten können nach dem Genuss ein Frustrationsgefühl empfinden, wenn sie sich den Fett-, Salz- und Kohlenhydratgehalt der gerade aufgenommenen

Nahrung vergegenwärtigen. "Während der formelle Konsument zufrieden vom Tisch aufsteht, weil er sich in der Gewissheit wiegen kann, ein kultiviertes und gesundes und somit auch „richtiges“ Leben zu führen, wird ein Großteil der Konsumenten des simplifizierten Essens von Gewissensbissen geplagt. Da zumindest bisher an der Schwelle zur Currywurstbude alle guten Vorsätze abgelegt werden müssen, und die direkte Triebbefriedigung sowohl den Ansprüchen an ein kultiviertes Essen als auch denen einer gesunden Ernährung zuwider läuft, ergibt sich für den Konsumenten zwangsläufig ein Dilemma:" (Alexander Deak, 2005, S. 35).

Eine Synthese der beiden Konsumorientierungen Kultivierung und Simplifizierung stellt zum Beispiel die neue Fruchttüte bei McDonalds dar. Das Obst ist in mundgerechte Stücke geschnitten und erfüllt alle Voraussetzungen des simplifizierenden Musters, der Genuss kann jedoch guten Gewissens erfolgen.

Es ist auch möglich gesundes Fast Food anzubieten. Doch dieses ist bis jetzt in der Gastronomie der Schnellrestaurants kaum geschehen. Fast Food wird auch als Junk Food bezeichnet. Es ist ein Nahrungsmittel, das sich an einen populären Geschmack richtet und meist wenig ernährungsphysiologischen Wert hat.

Dieser Trend zeigt, dass Menschen bei der Nahrungsauswahl von den unterschiedlichsten Motiven geleitet werden. Fast Food ist durch einen schnellen Service und ein gleich bleibendes Angebot gekennzeichnet, welches dem Konsumenten wahrscheinlich ein Gefühl von Sicherheit gibt, da er jedesmal die gleiche Qualität erwarten kann.

Fast-Food-Ketten wie McDonalds steigern nach wie vor ihren Umsatz, verlieren demnach nicht an Beliebtheit. Mit 132 Restaurants und einem Jahresumsatz von 341 Millionen DM wird McDonald's 1980 die Nummer eins in der Systemgastronomie in Deutschland. Diese Spitzenstellung hält McDonald's bis heute unangefochten. So hat McDonalds Deutschland im Jahr 2009 einen Nettoumsatz von 2,909 Milliarden Euro erzielt. Das entspricht einer Steigerung von 2,6% gegenüber dem Jahr 2008. Pro Tag fanden 2009 im durchschnitt mehr als 2,67 Millionen Gäste den Weg in die McDonalds Restaurants Deutschlands, das sind 3,2% mehr als im Jahr 2008 (McDonalds-Deutschland, Zahlen und Fakten, http://www.mcdonalds.de/unternehmen/ueber_mcdonalds/zahlen_und_fakten.html, Stand: 28.07.10). Es muss jedoch nicht immer Fast Food sein, das den Hunger bekämpfen soll. Ein kleiner Snack zwischendurch oder ein Imbiss ist ein guter "satt maker" für den Moment. Den derzeitigen Trend des "snackens" möchte ich durch ein Zitat von Hannelore Schläffer untermalen. „Der Ansturm auf Straßen-restaurants und Außensitze ist eine historische Neuigkeit. Nie

zuvor in der Geschichte waren, von Festtagen abgesehen, Städte so übersät von essenden Menschen wie seit zwei, drei Jahrzehnten. Die Tische haben sich im Laufe der Jahre immer weiter in die Gehwege hineingeschoben. Der Gast verdrängt den Fußgänger und das Restaurant bedrängt ihn mit Gerüchen. Aber auch auf dem Pfad der ihm noch bleibt ist er vor Küchendämpfen und kauenden Mäulern nicht sicher. Seinen Weg begrenzen Imbissstände und Bäckereien, die die Fenster heraus genommen haben, um wie Straßenlokale auszusehen. Den dort eingekauften Proviant sogleich im Stehen oder Gehen zu essen ist die neue Sitte. Mit einer Leberkäsemmel, einer Tüte Pommes Frites, einem Döner in die S-Bahn zu steigen, scheint der Gipfel des sorglosen Glücks zu sein. Um die Nasen der anderen Fahrgäste wird sich nicht gekümmert. Den Triumph des Daueressens feiert die Stadtbevölkerung schließlich auf den kalenderfüllenden Stadtfesten, die an festlicher Stimmung nichts, an lukullischen Genüssen viel zu bieten haben.“ (Hannelore Schlaffer, 2010, S. 64)

Slow Food ist das Gegenstück zum Fast Food. Es soll langsam, genüsslich und bewusst gegessen werden. Nahrungsmittel aus der Region werden bevorzugt und die Speisen sollen aus qualitativ hochwertigen Zutaten bestehen. Es gibt eine Slow Food-Organisation in Deutschland, deren Ziel es ist, die heimischen Pflanzen und regionale, tierische Produkte und deren lokale Produktion zu erhalten.

Ein Ernährungstrend der einen Beitrag zu einer gesundheitsförderlichen Ernährung leisten soll, ist das Functional Food. Dieser Trend ist jedoch sehr umstritten, da viele Produkte überflüssig erscheinen, wenn der Verbraucher sich allgemein ausgewogen ernährt. Functional Food soll neben dem Genusswert einen zusätzlichen Nutzen für den Verbraucher mitbringen. Functional Food bezeichnet Lebensmittel, die einen positiven Einfluss auf die Gesundheit und das Wohlbefinden über den Nährwert und Geschmack hinaus ausüben, und dadurch Krankheitsrisiken reduzieren. Im Gegensatz zu Nahrungsergänzungsmitteln werden sie als Lebensmittel und nicht in Form von Kapseln oder Pillen angeboten. Ein Beispiel ist ein verarbeitetes Lebensmittel, wie das Omega-3-Brot, bei dem während der Herstellung Omega-3-Fettsäuren hinzugefügt werden.

Jugendliche und junge Erwachsene praktizieren am häufigsten alternative Ernährungsweisen. Die größte Untergruppe sind die vegetarischen Ernährungsformen. 1,6% der Deutschen sind Vegetarier, die Mehrheit schließt den Verzehr von

Fisch, Milchprodukten und Eiern mit ein. 0,6% der Deutschen halten islamische Speisevorschriften ein und 0,6% richten sich nach den Kriterien der Vollwert-Ernährung. (Siehe Anhang B, S. XL, Tab. 38: "Häufigkeiten von besonderen Ernährungsweisen nach Geschlecht"). Vegetarische Kost, also eine Ernährung ohne Fleisch und ohne Fisch ist immer häufiger anzutreffen. Unterschieden wird bei Vegetariern nach der Lebensmittelauswahl. Man unterscheidet zwischen Ovo-Lakto-Vegetariern, die neben pflanzlichen Lebensmitteln Produkte von lebenden Tieren, wie Milch und Milcherzeugnisse und Eier essen. Laktovegetariern, welche zusätzlich zu Fleisch- und Fischerzeugnissen auf Eier verzichten und Veganern, die keine Lebensmittel, die von Tieren stammen, auch keine Milch und Milchprodukte und Honig essen. Veganer lehnen auch oft Gebrauchsgegenstände ab, die aus tierischen Materialien bestehen, beispielsweise Ledertaschen.

Einen weiteren Trend stellt die Zunahme an Convenienceprodukten auf dem Lebensmittelmarkt dar. Convenienceprodukte sind Fertigprodukte. Sie werden, je nach Fertigungsgrad in unterschiedliche Conveniencestufen unterteilt. (Eine Auflistung der verschiedenen Convenienceprodukte nach ihrer Conveniencestufe befindet sich im Anhang B auf S. XIII, in der Tab. 1: "Einteilung der Convenienceprodukte nach ihrer Conveniencestufe"). Lebensmittel der Conveniencestufe 0 sind weitestgehend unbearbeitet. Sie müssen erst einmal gereinigt und von Ungenießbarem befreit werden, bevor sie küchenfertig sind und weiter verarbeitet werden können. Lebensmittel, die einer weiteren Verarbeitung bedürfen oder durch weitere Zutaten ergänzt werden müssen, sind teilfertig und haben die Conveniencestufe 1. Lebensmittel, die so weit verarbeitet sind, dass nicht essbare Teile entfernt sind, können zubereitet werden. Sie sind gar-fertig und fallen in die Conveniencestufe 2. Fertig vorbereitete Lebensmittel, die nur noch für den Verzehr aufbereitet werden müssen, fallen in die Conveniencestufe 3. In die Conveniencestufe 4 fallen aufbereitete Lebensmittel, die nur noch für den Kunden erhitzt, also regeneriert, werden müssen. Verzehr fertige Lebensmittel, die ohne weitere Behandlung, bis auf das Öffnen der Verpackung, verzehrt werden können, fallen in die Conveniencestufe 5.

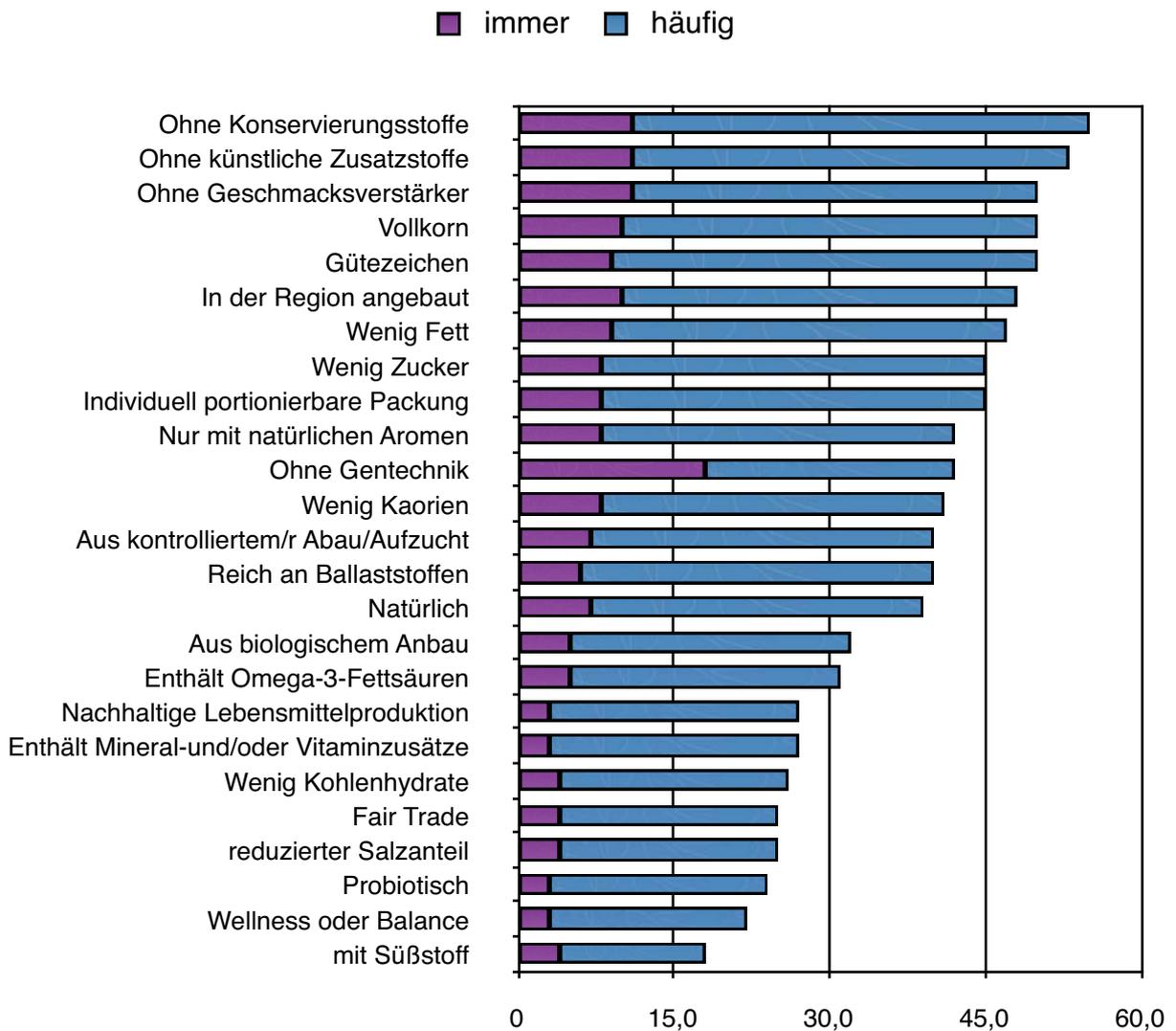
Convenienceprodukte stellen im privaten Haushalt, sowie in der GV eine enorme Entlastung dar. Gerade in der GV sind sie heute gar nicht mehr weg zu denken. Sie bringen eine hohe Zeitersparnis und eine Personalersparnis mit sich und sorgen somit für eine kostengünstigere und schnellere Speisenherstellung.

Es gibt Hypothesen, nach denen Convenience-Produkte und Küchen-technisierung zu einem Verlust hausfraulichen Kochwissens führen. "Nach, in England angestellten Untersuchungen, hat die an sich begrüßenswerte Erleichterung der häuslichen Küchenarbeit besonders in jüngeren Mittelschicht-Haushalten auf die Dauer zu einem merklichen Verlust von Kochkenntnissen geführt. Hausfrauen wussten bei Befragungen oft nicht anzugeben, woher die verwendeten Lebensmittel stammten, wie sie ursprünglich aussahen und wie sie mit anderen weiter kombiniert und geschmacklich verändert werden könnten. Offenbar ist die Verbindung nicht nur zur Natur, sondern auch zur traditionellen Zubereitung im Schwinden begriffen. Dies hat zur Einrichtung von privat oder öffentlich geförderten "Kochtrainingszentren" geführt, um diesen Verlust von früher intergenerativ weitergegebener, kulinarischer Kultur zu stoppen. Die starke Zunahme des Auswärtsessens in der Bundesrepublik, besonders bei der jüngeren Generation sowie alleinlebenden älteren Menschen, und der rapide Verfall der alten häuslichen Tischgemeinschaft indizieren, dass sich bei uns wohl ähnliche Entwicklungstrends ereignen. Zwar bieten neben den Restaurants Fernsehköche, Gourmet-Hochglanzpostillen und massenhaft aufgelegte Kochbücher als Mittel der Freizeitgestaltung eine, auf die äußerste Spitze getriebene luxuriöse "feine Küche". Doch hat das wenig mit täglicher häuslicher Nahrungsgestaltung zu tun." (Teuteberg, H.-J., 2004, S. 29) In der IGLO- Forum Studie "Kochen in Deutschland" gaben 1995 bereits 40% der Deutschen an, gar nicht oder nur ein bisschen kochen zu können; bei den Männern betrug dieser Anteil 70%.

Auch wenn der Verbraucher weniger selbst zubereitet und sich gerne Fertigprodukten bedient, ist er doch interessiert an den Bestandteilen der Waren. So geben 56% der Verbraucher, laut Ipsos-Studie 2008 an, das sie sich eine bessere Kennzeichnung der Produkte wünschen.

Die Lebensmittelindustrie bringt ständig neue Produkte oder veränderte Produkte auf den Markt. Häufig werden diese durch neue technologische Möglichkeiten überarbeitet. Durch die vermehrte Aufklärung des Verbrauchers, aber auch durch die Sensibilisierung, beispielsweise durch Lebensmittelskandale, ist der Verbraucher vermehrt an den Inhaltsstoffen der Waren interessiert. Das Marktforschungsunternehmen Ipsos hat in der Verbraucherstudie „16 Hot Trends“ 1000 Teilnehmer zwischen 16-64 Jahren im Juli und August 2009 befragt und die aktuellen Ernährungstrends in Deutschland ermittelt. Das Ergebnis zeigt, dass Lebensmittel, „ohne Konservierungsstoffe“ (55%), „ohne künstliche Zusatzstoffe“ (53%) und ohne „Geschmacksverstärker“ (51%) deutlich präferiert werden.

Die Verbraucher wollen eine klare Kennzeichnung der Produkte und wollen Produkte die auf das „Ursprüngliche“ zurückgehen. So bevorzugen die Befragten auch Produkte mit der Bezeichnung „Vollkorn“ zu 50% und solche, die ein Gütezeichen führen zu 49%. Der Verbraucher legt Wert auf regional angebaute Produkte (48%). Der biologische Anbau ist für jeden dritten Befragten von Bedeutung (32%). 42% der Verbraucher wollen Produkte „ohne Gentechnik“ und 56% der Verbraucher wünschen sich eine bessere Kennzeichnung der Produkte.



(n=1000; Ipsos, 16 Hot Trends, <http://knowledgecenter.ipsos.de/docdetail.aspx?c=1044&sid=67F6B1C4-CC4A-4636-A948-1860CB7A00B1&did=b8f56786-fb81-4987-9e88-95891326b4d4>, Stand: 21.07.2010)

Abb. 1: Trends im Einkaufsverhalten (in Prozent)

49% der Befragten achten beim Einkauf auf den Preis, jedoch steht der Genusswert der Lebensmittel für 42% der Befragten an erster Stelle.

Nachhaltigkeit und recyclingfähige Verpackungen spielen für 15-19% der Befragten beim Einkauf eine Rolle.

Die Abbildung 2 zeigt die am häufigsten genannten subjektiven Ernährungsdefizite der Teilnehmer der Nestlé-Studie 2009 (zwischen 16 bis 79 Jahre) in der Bundesrepublik Deutschland auf. Neben der Unzufriedenheit über die mangelnde Disziplin im Ernährungsverhalten, frustrieren auch die daraus folgenden Resultate.



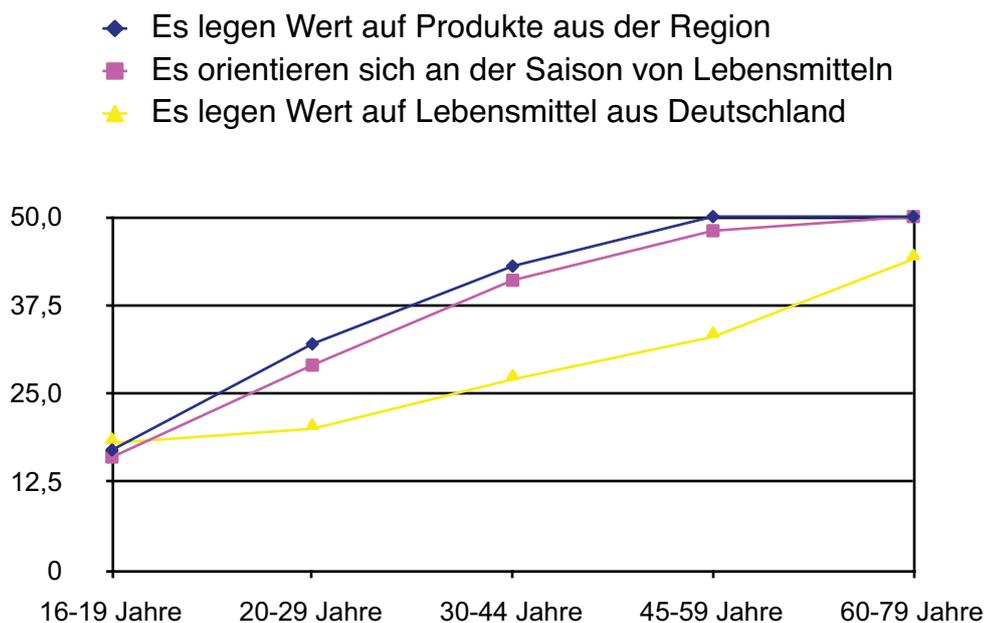
(Nestlé, 2009, S. 6)

Abb. 2: Subjektive Ernährungsdefizite

Die Unzufriedenheit über das eigene Gewicht ist in Deutschland stark verbreitet. 36% der Bevölkerung zwischen 16 und 79 Jahren sind mit ihrem Gewicht nur eingeschränkt oder gar nicht zufrieden. 30% der Männer sind unzufrieden mit ihrem Gewicht und 41% der Frauen. Zwischen 45 und 59 Jahren ist die Unzufriedenheit mit dem eigenen Gewicht auf dem Höhepunkt und nimmt danach tendenziell wieder ab. (Nestlé, 2009, S. 7) Viele Verbraucher sind mit ihrem eigenen Ernährungsverhalten unzufrieden. Sie wissen, dass sie manchmal zu viel, zu fett, zu unausgewogen essen, jedoch sind sie nicht in der Lage, diese Ernährungsdefizite auszumergen.

Laut der Nestlé-Studie isst knapp jeder Fünfte öfter etwas zwischendurch, ohne Hunger zu haben. Jeder Zehnte isst nach eigener Einschätzung gelegentlich etwas zwischendurch ohne Hunger zu haben als Reaktion auf Stress oder ein Frust-erlebnis. Jeder Fünfte denkt zu viel zu essen, knapp jeder Dritte gibt Heißhunger-attacken nach.

Die Ernährungstrends zeichnen sich auch im Kaufverhalten der Verbraucher ab. In der Grafik wird deutlich, dass mit zunehmendem Alter mehr Wert auf Produkte aus der Region, saisonale Lebensmittel und deutsche Produkte gelegt wird.



(Nestlé, 2009, S. 20)

Abb. 3: Kaufkriterien bei Lebensmitteln (in Prozent)

Das Ernährungsverhalten der Deutschen wurde in der Vergangenheit teilweise als preisgetrieben und unzureichend qualitätsorientiert beschrieben. Dies wird, laut der Nestlé-Studie, der Vielfalt der Lebens- und Konsumstile, der Einflüsse und Trends nicht gerecht.

Die Ernährung ist der deutschen Bevölkerung sehr wichtig. "Für 64% der gesamten Bevölkerung spielt eine gute Ernährung eine große Rolle im eigenen Leben. 53% sehen in einer guten Ernährung eine wesentliche Facette von Lebensqualität. Die Vorstellungen, was eine gute Ernährung ausmacht, sind jedoch sehr heterogen wie auch die Ernährungsbedürfnisse und -stile." (Nestlé, 2008, S. 3)

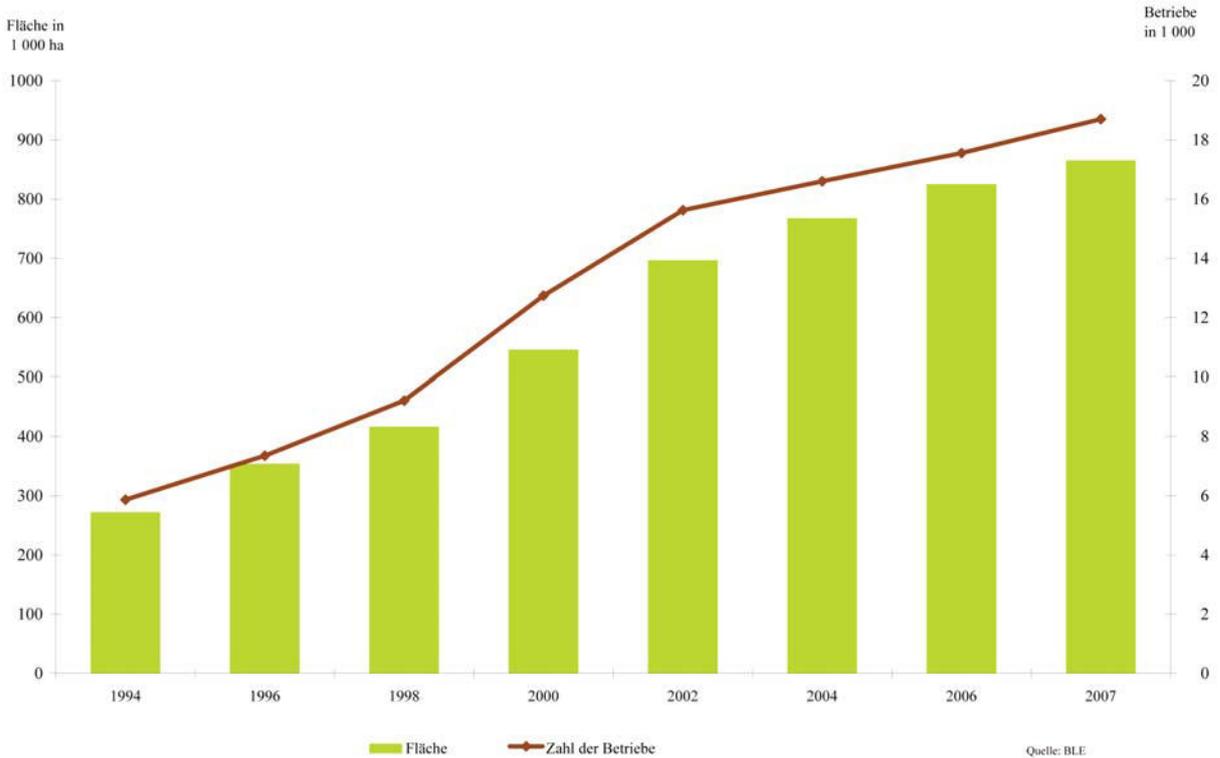
2.1 Vollwerternährung und ökologischer Landbau

Trotz der steigenden Ernährungsprobleme oder gerade deswegen, versuchen immer mehr Menschen sich in ihrem Ernährungsverhalten an den Grundsätzen einer vollwertigen Ernährung zu orientieren. Eine vollwertige Ernährung soll durch eine ausgewogene Mahlzeitengestaltung, idealer Weise nach den 10 Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), einen gesundheitsförderlichen Beitrag leisten. Die Ernährungsweise orientiert sich an der Lebensmittelpyramide der DGE und den Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr der deutschen, österreichischen und schweizerischen Ernährungsgesellschaften (D-A-CH-Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr). Vollkornprodukte werden in der Lebensmittelauswahl bevorzugt. Es wird angestrebt, fünf Mal am Tag Obst und Gemüse zu verzehren.

Die Naturbelassenheit der Lebensmittel hat nicht nur Auswirkungen auf den Gesundheitsgrad, sondern einen ganzheitlichen umweltschonenden Gedanken. Da bei weiterer Verarbeitung von Produkten natürliche Ressourcen wie Wasser, Arbeitskraft und Energie verbraucht werden. Lebensmittel aus ökologischem Landbau werden meist bevorzugt, da sie umweltschonender und unter weniger Pestizidbelastung angebaut werden. Beim ökologischen Landbau kommen keine chemisch, synthetischen Hilfsmittel wie Dünger oder Pflanzenschutzmittel zum Einsatz. Natürliche Lebensprozesse der Bodenfruchtbarkeit sollen gestärkt werden. 1980 war der Anteil an "alternativ" erzeugten Lebensmitteln sehr gering, die produzierten Mengen waren fast bedeutungslos. Nach Schätzungen (exakte Daten fehlen) trugen die Produkte aus "alternativen" Bewirtschaftungsformen nur etwa 1% zum Marktvolumen bei.

Mittlerweile hat sich der ökologische Landbau fest etabliert. Seit der Landwirtschaftszählung 1999 werden in Deutschland in der amtlichen Agrarstatistik, im zweijährlichen Turnus, Daten zum ökologischen Landbau erfasst. Diese Daten geben einen Überblick über das Wachstum des ökologischen Landbaus, durch die wachsende Nachfrage an ökologischen Produkten, durch den Verbraucher. "Nach den Ergebnissen der Agrarstrukturerhebung 2007 gab es in Deutschland 14.500 ökologisch wirtschaftende Betriebe. Das sind 3,9% aller landwirtschaftlichen Betriebe. Dies entspricht einem Zuwachs von rund 4.900 Betrieben (+51,2%) gegenüber der Landwirtschaftszählung 1999" (Statistisches Bundesamt, Ökologischer Landbau, <http://www.destatis.de/jetspeed/portal/cms/Sites/destatis/Internet/DE/Content/Statistiken/LandForstwirtschaft/OekologischerLandbau/Aktuell.psml>, Stand: 31.05.2010).

Entwicklung der Betriebe im ökologischen Landbau



(BMELV, Entwicklung der Betriebe im ökologischen Landbau, <http://www.bmelv-statistik.de/index.php?id=139&stw=Jahrbuch>, Stand: 20.06.2010)

Abb. 4: Entwicklung der Betriebe im ökologischen Landbau von 1994 bis 2007

Die Abbildung 4 stellt das Wachstum des ökologischen Landbaus, anhand der Fläche und der Anzahl der Betriebe in Deutschland von 1994 bis 2007 dar. Sie zeigt einen stetigen Anstieg der ökologischen Anbaufläche und der Anzahl an ökologischen Anbaubetrieben. Im Jahr 1994 war die ökologische Anbaufläche (als grüne Balken dargestellt) unter der Marke von 300 Hektar angesiedelt, diese hat im Verlauf bis zum Jahre 2007 auf über 800 Hektar zugenommen. Die Anzahl der Betriebe im ökologischen Landbau (als braune Markierung dargestellt) hat, von ca. 6.000 Betrieben im Jahre 1994 auf über 18.000 Betriebe bis zum Jahre 2007 zugenommen. Die ökologische Landwirtschaft wächst. Die steigende Beliebtheit von biologisch-angebauten Produkten führt dazu, dass immer mehr Betriebe auf eine ökologische Anbauweise wechseln, beziehungsweise ihre Produkte vermehrt mit biologisch angebauten Zutaten ergänzen, um die Waren mit einem Bio-Siegel auszeichnen zu können. So zeichnet sich auch ein Anstieg an Produkten ab, die das Bio-Siegel tragen.

Das staatliche Bio-Siegel für den ökologischen Landbau wurde im September 2001 eingeführt.

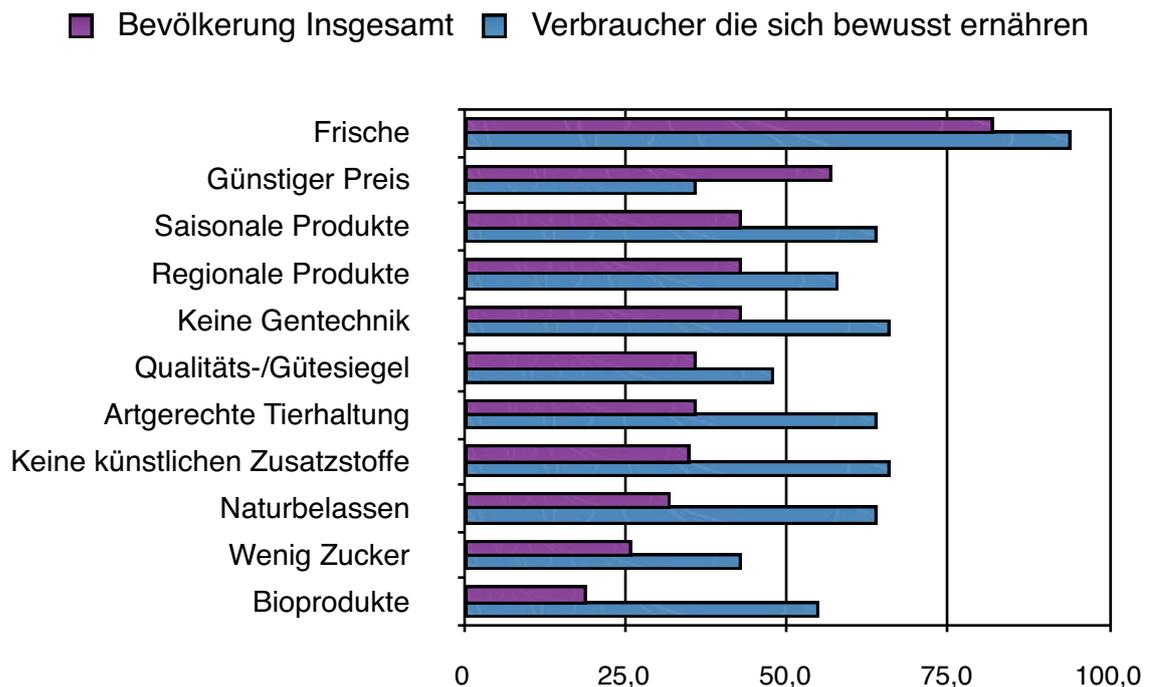
Es kann auf freiwilliger Basis zur Kennzeichnung von Erzeugnissen, die nach EG-Rechtsvorschriften für den ökologischen Landbau erzeugt und kontrolliert werden und mindestens 95% der Zutaten aus dem ökologischen Landbau enthalten, genutzt werden. Die gesetzliche Grundlage stellt das Öko-Kennzeichnungsgesetz dar, das im Dezember 2001 in Kraft getreten ist. Die Überwachung der Verwendung des Bio-Siegels ist Bestandteil der Kontrollmaßnahmen der EG-Öko-Verordnung. (Im Anhang B auf S. XIII, ist die Tab. 2: "Kennzahlen zum Bio-Siegel", aufgeführt).

Die Tabelle zeigt wie viele Unternehmen pro Jahr, in den Jahren 2002 bis 2009, das Bio-Siegel für sich genutzt haben, die Anzahl der Produkte die das Bio-Siegel tragen und wie groß der Anteil an Bioprodukten je Unternehmen ist. Die Anzahl der Unternehmen, die das Siegel nutzen, hat jedes Jahr weiter zugenommen. Ebenso wie die Zahl der Produkte auf dem Markt, die das Bio-Siegel tragen. Die Anzahl an Bioprodukten je Unternehmen ist bis zum Jahr 2005 leicht angestiegen, dann aber wieder abgefallen.

In der Tab. 3: "Bio-Siegel-Produkte nach Warengruppen 2009" im Anhang B, S. XIV, ist die Verteilung der Bio-Siegel nach den einzelnen Warengruppen aufgeführt. Sie verdeutlicht, dass besonders Backwaren und Brotaufstriche sowie Fleisch- und Wurstwaren, Gemüse, Getränke, Heißgetränke sowie Molkereiprodukte, Süßwaren und Knabbergebäck im Biosegment 2009 stark vertreten sind.

Den Deutschen geht es beim Lebensmitteleinkauf jedoch nicht primär darum Bio-Produkte einzukaufen. Die Menschen in Deutschland legen, laut Nestlé-Studie, Wert auf Natürlichkeit. Sie sehnen sich nach dem Ursprünglichen. Sich bewusst ernähren heißt nicht nur ausgewogen und gesund, auch die Herkunft, die Produktion und Verarbeitung der Produkte ist Ihnen wichtig. Möglichst naturbelassen und ohne gentechnologische Verfahren soll die Lebensmittelproduktion sein. Es wird saisonal und regional eingekauft. Tierische Produkte sollen aus artgerechter Tierhaltung stammen. "Saisonale Produkte, Provenienz aus der näheren Region, eine artgerechte Tierhaltung und Verzicht auf Gentechnologie rangieren in der Präferenzskala der Bevölkerung höher, als die Klassifizierung als Bio-Produkt. Die Präferenzen der Verbraucher zeigen, dass es eine weit verbreitete Sehnsucht nach dem Ursprünglichen gibt, nach einer Lebensmittelproduktion, die von Naturbelassenheit, artgerechter Tierhaltung und einem Leben mit den Jahreszeiten gekennzeichnet ist." (Nestlé, 2009, S. 17)

Kriterien beim Lebensmittelkauf:



(Nestlé, 2009, S. 23)

Abb. 5: Ausgewogene Ernährung ist auch eine weltanschauliche Positionierung

Die Abbildung 5 zeigt, dass die Frische der Produkte für die gesamte Bevölkerung die größte Rolle beim Lebensmitteleinkauf spielt, dicht gefolgt von einem günstigen Preis, der für Verbraucher, welche sich bewusst ernähren, eher eine untergeordnete Rolle spielt. Saisonale, regionale Produkte und Produkte ohne Gentechnik werden bevorzugt.

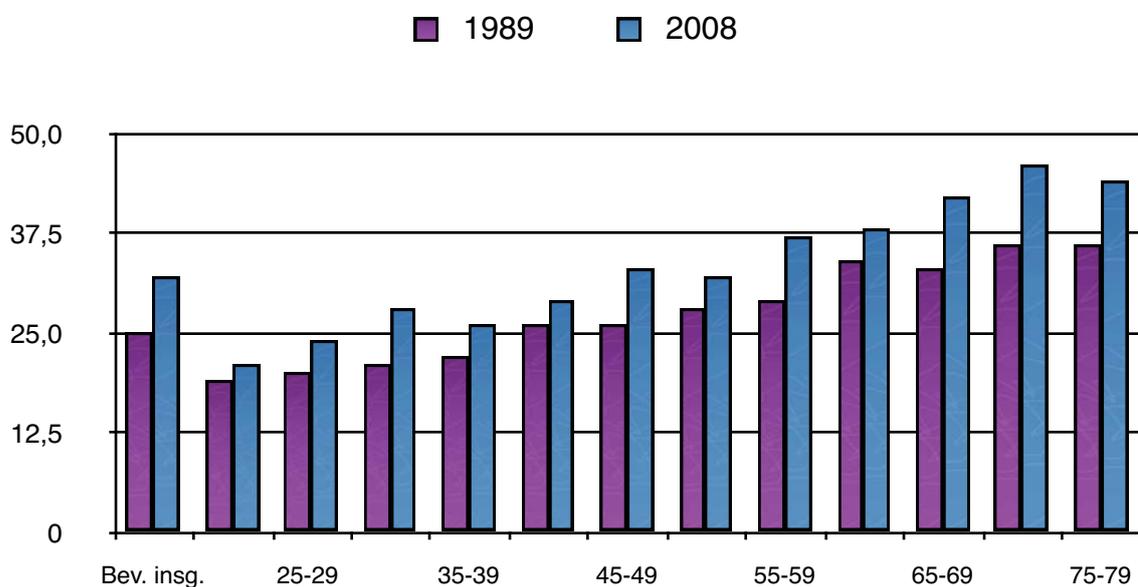
2.2 Gesundheit und Wellness

"Wellness", das Wort ist zusammengesetzt aus den Begriffen "well being", was soviel bedeutet wie "gefühlsmäßiges Wohlergehen" und "fitness" was "körperlich gut in Form sein" bedeutet. Die Erhaltung der Gesundheit soll neben dem Lebenswandel und der ernährungsphysiologisch empfohlenen Ernährung auch verknüpft sein mit dem sozialen und psychischen Wohlbefinden.

Trotz steigendem Leistungsdruck und Zeitmangel in unserer modernen Gesellschaft wächst das Interesse an einer ausgewogenen, qualitativ hochwertigen, gesundheitsorientierten, und bewussten Ernährung. "Jeder Achte organisiert seine Ernährung primär unter Gesundheitsaspekten."

Die Mehrheit dieses Kreises muss besondere Rücksicht auf die eigene Gesundheit nehmen. Weitere 14% der Bevölkerung messen gesundheitlichen Aspekten eine ganz besondere Bedeutung bei ihrer Ernährung bei, obwohl sie in der Regel nicht durch gesundheitliche Beeinträchtigungen dazu gezwungen sind. Sie ernähren sich aus Überzeugung gesund und achten auf eine gute und ausgewogene Ernährung, auf ausreichend Vitamine und Mineralstoffe, eine abwechslungsreiche Ernährung. Sie fühlen sich körperlich besser und leistungsfähiger, wenn sie sich entsprechend ernähren. Damit ist bereits rund 40% der gesamten Bevölkerung ausgeprägt darauf ausgerichtet, die eigene Fitness und Gesundheit durch Ernährung zu erhalten und zu fördern." (Nestlé, 2009, S. 7)

Es achtet sehr auf die Gesundheit (in Prozent):



(Nestlé, 2009, S. 19)

Abb. 6: Wachsendes Gesundheitsbewusstsein in allen Altersgruppen

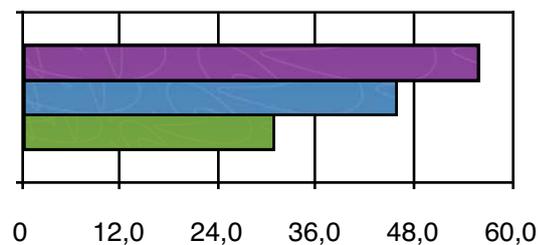
Die Abbildung 6 zeigt einen Vergleich des Gesundheitsbewusstseins der Jahre 1989 und 2008 innerhalb der verschiedenen Altersklassen. Insgesamt ist das Gesundheitsbewusstsein von 25% 1989 auf 32% im Jahr 2008 angestiegen. Es besteht ein wachsendes Gesundheitsbewusstsein in allen Altersgruppen - vor allem bei den 65-jährigen und Älteren.

Menschen, die sich sportlich betätigen, neigen auch zu einer gesünderen Ernährung als unспортliche Menschen. Das gilt zwar nicht in jedem Fall, jedoch geht aus mehreren Studien eine derartige Tendenz hervor.

Bei den Befragten der Nestlé-Studie, die angegeben haben, regelmäßig Sport zu treiben, setzen sich 59% intensiv mit der eigenen Ernährung auseinander.

Es treiben regelmäßig Sport (in Prozent):

- Personen, die sich intensiv mit der eigenen Ernährung auseinandersetzen
- Personen, die sich nur begrenzt mit der eigenen Ernährung auseinandersetzen
- Personen, die sich kaum, gar nicht mit der eigenen Ernährung auseinandersetzen



(Nestlé, 2009, S. 8)

Abb. 7: Sportliche Aktivitäten und bewusste Ernährung

2.3 Zukünftige Ernährungstrends

Der Lebensstil der Menschen unterliegt einem stetigen Wandel. Ob Fortschritt oder nostalgischer Rückschritt – die Vorlieben der Menschen sind abhängig von Ihrem Lebenswandel. Arbeitszeiten, Beanspruchung, Entspannungsmöglichkeiten, Freizeit, gesundheitliches Befinden und vieles mehr beeinflussen die Priorität einer gesunden Ernährungsweise.

Die zukünftigen Ernährungstrends werden sich mit den zukünftigen gesellschaftlichen Veränderungen zusammen weiter entwickeln.

Neue Technologien, wie die Gentechnik, könnten enorme Chancen bieten, jedoch gibt es auch viele Kritiker.

Lebensmittelskandale haben die Verbraucher und Landwirtschaft verunsichert und die Politik alarmiert, denn Krisen bergen nicht nur gesundheitliche Gefahren, sondern können auch von jetzt auf gleich ganze Wirtschaftszweige entwurzeln.

Die zukünftigen Entwicklungen sind schwer abzuschätzen. „In die Zukunft zu schauen, ist eine gefährliche Sache. Futurologen halten sich zwar für innovativ. Doch die meisten futuristischen Szenarien sind entweder Hochrechnungen der Gegenwart oder Opposition gegen die gerade im Trend liegenden Vorstellungen“ (Brian J. Ford, 2001, S. 18).

Durch die steigende Weltbevölkerung wird es notwendig sein, effektiver Nahrungsmittel zu produzieren. Dafür ist das Fortschreiten neuer technologischer Verfahren in der Lebensmittelindustrie notwendig und auch wahrscheinlich.

Durch die Ausbeutung der Böden und die häufig nicht artgerechte Tierhaltung, werden vermutlich auch in Zukunft Lebensmittelskandale, Epidemien und Krankheiten auftreten. Auch Mangelernährung und die daraus folgenden Mangelkrankungen werden wohl nicht auszumerzen sein.

Die Lebensmittelindustrie wird durch weitere Innovationen den Convenience Markt weiter ausbauen. Dadurch wird das häusliche Kochen wahrscheinlich weiter verdrängt werden. Traditionelle Speisen und Lebensmittel könnten dadurch in Zukunft etwas Seltenes und Besonderes sein.

Durch den sich weiter wandelnden Berufsalltag und der Fülle an Freizeitaktivitäten bleibt uns auch in Zukunft immer weniger Zeit zum Kochen und Essen. Küchenfertige Produkte bestimmen wahrscheinlich den Lebensmittelmarkt der Zukunft.

Nano, Novel, Nutraceutical- hinter diesen futuristischen Begriffen stecken große Hoffnungen und Potenziale. Sie bestimmen künftig unseren Ernährungsalltag.

Auch der Tiefkühlmarkt wird weiter boomen. Viele Haushalte sind mit Tiefkühlgeräten ausgestattet. Die Produkte sind im Allgemeinen qualitativ hochwertig. Der Trend zu Tiefkühlprodukten wird daher wahrscheinlich nicht weniger werden.

Weitere Probiotika werden auf den Markt kommen. Ihre Wirkung ist nachgewiesen. Sie haben einen hohen kommerziellen Nutzen für die Lebensmittelbranche. "Functional Food mit Präbiotika oder funktionellen Kohlenhydraten werden wahrscheinlich nicht als "Massennahrung", sondern vielmehr in verschiedenen maßgeschneiderten Nahrungsmitteln für spezifische Bevölkerungsgruppen eingesetzt werden" (Andrea Pfeifer et al., 2001, S. 111).

Ebenso werden Antioxidantien im Functional Food eine Rolle spielen, zur Senkung der Risikofaktoren von Herz-Kreislaufkrankungen und Krebs.

Durch das zunehmende Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung und die steigenden Ausgaben im Gesundheitswesen, wird das Interesse an Functional Food weiter steigen.

3. Soziologie der Ernährung

Die Veränderung des Mahlzeitenmusters in der GV ist verknüpft mit den kulinarischen Veränderungen innerhalb der Gesellschaft. Um den Ursachen dieser Veränderungen auf den Grund zu gehen, ist es sinnvoll soziale und kulturelle Aspekte der menschlichen Ernährung mit einzubeziehen und die tägliche Kost, jenseits naturwissenschaftlicher Aspekte zu betrachten.

Erkenntnisse der Ernährungswissenschaft sind durch Beratung, Aufklärung und Erziehung zu einem großen Teil in das Ernährungswissen breiter Bevölkerungsschichten eingeflossen. Dies hat jedoch nicht im erhofften Maße zu einer Veränderung des Ernährungsverhaltens bzw. Essverhaltens geführt. Dies ist u.a. darauf zurückzuführen, dass in der Ernährungswissenschaft bisher zu wenig auf die kulturellen, sozialen und individuellen Sinnbezüge des Ernährungsverhaltens und ihrer Bedeutung für die Ernährungsbildung, eingegangen wurde. "In der historischen Ernährungsforschung besteht ein wachsender Konsens darüber, dass sich die Ernährungsgewohnheiten in Mitteleuropa und damit auch in Deutschland zu keiner Zeit so grundlegend verändert haben, wie in den letzten 150 Jahren und dass in diesem Wandel Wurzeln für einige bedrückende Gegenwartsprobleme zu suchen sind. Dennoch ist die wissenschaftliche Beschäftigung mit der Ernährung nach wie vor eine Domäne der Agrar- und Naturwissenschaften. Vor allem der Biochemie und die Lebensmittelforschung. Diese Wissenschaften haben sich in den letzten Jahrzehnten zweifellos Verdienste erworben. Ihre Instrumente versagen indessen, wenn es um das Kulturphänomen und das Kulturthema Essen und Trinken geht. Naturwissenschaftlich-technische Kategorien sind kaum geeignet, die Komplexität des Kulturphänomens Essen einschließlich seiner kommunikativen und sozialen Funktionen zu erfassen. Sie vermögen uns auch nicht zu befähigen, so komplexe Gegenwartsaufgaben wie das Welthungerproblem oder die fatale Überernährung in vielen westlichen Industrieländern zu meistern" (Wierlacher, A., 1993, S. 1).

Zahlreiche Vereine, Organisationen und Institutionen informieren über die Ernährung. Dies wird von der Bundesregierung gefördert und unterstützt. Jedoch scheinen diese Informationen, obwohl sie zum größten Teil beim Verbraucher ankommen, nicht auszureichen, um das Ernährungsverhalten der Gesellschaft nachhaltig zu verändern. "Die Appelle der naturwissenschaftlich arbeitenden Ernährungswissenschaften für eine physiologisch richtige Ernährung werden vom Durchschnitts-

verbraucher wenig oder gar nicht registriert, weil dem tief verwurzelte Nahrungsgewohnheiten entgegenstehen" (DGE , 1976, S. 396).

In industriellen Überflussgesellschaften, in denen die Bedrohung durch Hunger und eine begrenzte Lebensmittelauswahl überwunden sind, scheinen neue Regelungen benötigt zu werden, um die neuen Ernährungsprobleme in den Griff zu bekommen. Richtlinien aus Grundlagen der ernährungsphysiologischen Analysen führen bei vielen Menschen nicht zum Erfolg, da sie dem Esser nicht erreichbar und als Selbstzwang erscheinen. Sie sehen ihr eigenes Ernährungsverhalten als falsch an und haben oft ein schlechtes Gewissen, wenn sie nicht in der Lage sind, es zu ändern. Die Menschen werden unsicher, fangen an, ihre Essgewohnheiten zu verändern. Dabei bewegen sie sich meistens weiter weg von einer natürlichen, gesunden Ernährungsweise, da sie ihren eigenen Hunger- und Sättigungsgefühlen nicht mehr vertrauen und zum Teil ihr Körpergefühl verlieren.

Andere wiederum schaffen es, sich an die Regeln einer gesundheitsförderlichen Ernährungsweise zu halten. Sie haben Kompetenzen erworben, die sie zu disziplinierten Essern machen.

Essen ist nicht nur die pure Nahrungsaufnahme, die Zufuhr von Nährstoffen, die der Mensch zum Leben braucht. Es ist ein sozialer Vorgang. Das Essen und der Rahmen in dem es zugeführt wird, wie der gedeckte Tisch, spiegeln die Haltungen von Menschen, Gruppen und ganzen Kulturen wieder. Wann, wer, wo, wie isst, Gesellschaft, Rituale, und Hierarchien beim Essen deuten darauf hin, dass das Essen kulturell beeinflusst wird und einen sozialen Ursprung hat.

"Der Mensch ist, was er isst". Dieser berühmte Satz von Ludwig Feuerbach ist nicht ganz zutreffend für die menschliche Nahrungsaufnahme. Der Mensch ist zwar auf die Einverleibung von Nahrung angewiesen. Jedoch unterscheidet er sich vom Tier in der Art und Weise wie er Nahrung zu sich nimmt. "Essen setzt also Kultur voraus, so das man allerdings sagen könnte: Der Mensch ist, wie er isst" (Fellmann F., 1997, S. 27).

Die Nahrung die gegessen wird, hängt zwar ab von Klimazonen, Transportgegebenheiten und Aufbewahrungsmethoden, jedoch auch von individuell und kulturell bedingten Vorlieben. Die Speisenauswahl ist vielseitig und die Kreativität bei der Kombination verschiedener Komponenten ist unerschöpflich. "Auch Kombination und Mischung der mannigfaltigen Gerüche und Geschmäcker sowie verschiedene Kochtechniken sind in ihrer Vielfalt und Komplexität keineswegs auf physische oder technische Zwangsläufigkeiten oder Eindeutigkeiten reduzierbar, sondern nur unter dem Aspekt der kulturellen Gestaltbarkeit des Essens und Trinkens inter-

pretierbar" (Barlösius, E., 1993, S. 85). Essen ist eine kulturelle Handlung, bei der neben der Nährstoffaufnahme auch Ambiente, Kommunikation und Gewohnheiten, eine wichtige Rolle einnehmen. "Essgewohnheiten waren und sind Unterscheidungskriterien für gesellschaftliche Schichten. Schweinefleisch, Innereien und Suppen waren beim Adel und in den begüterten Kreisen vergangener Jahrhunderte als Nahrung nicht akzeptiert, während Wild, Krebse, Austern und Flussfische eine hohe Wertanmutung hatten. Auch heute hat vieles nur wegen seiner Seltenheit einen hohen Stellenwert" (Ragotzky, K., 2001, S. 134).

Die Tischkultur wandelt sich zwar permanent, jedoch schafft die Oberschicht es immer, sich von den Ernährungsgewohnheiten des Volkes abzugrenzen. Bestimmte Mahlzeiten und Getränke gesellschaftlicher Gruppen, Schichten oder ethnischer und religiöser Minderheiten dienen der Abgrenzung vom Rest der Gesellschaft.

Die Zubereitung von Nahrung ist jedoch nicht nur kulturell bedingt, sondern folgt auch ernährungsphysiologischen Grundsätzen. Nahrung muss verträglich und in der Lage sein, den Organismus mit essentiellen Nährstoffen zu versorgen. Jedoch ist die Ernährung auch immer durch kulturelle Aspekte beeinflusst.

Der Mensch orientiert sich kulinarisch an dem, was die Natur ihm geben kann. Das ist der Grund dafür, dass es nicht nur eine menschliche Ernährungsweise gibt, sondern verschiedene Ernährungsweisen in den verschiedenen Erdregionen existieren. Menschen sind in ihrer Ernährungsweise sehr flexibel und anpassungsfähig. Sie können sich vegetarisch oder fleischhaltig ernähren, je nach dem, was ihre Umgebung ihnen ermöglicht. Heutzutage, in einer Zeit des Überflusses an Nahrung in den Industrienationen, machen aber auch viele Menschen ihre Ernährungsgewohnheiten von anderen Faktoren abhängig. Beispielsweise ernähren sich einige Menschen aus ideologischen Gründen auf eine bestimmte Art und Weise.

Der Mensch ist jedoch auch gezwungen sich variationsreich zu ernähren, da er eine Vielzahl von verschiedenen Nährstoffen braucht, die nur durch eine variationsreiche Kost zu decken sind. Als auf einen Nahrungsbestandteil spezialisierter Mensch, könnte er nicht überleben.

Die Menschen in den Industrienationen haben eine große Auswahl an Nahrungsmitteln. Jedoch resultiert daraus nicht unbedingt das richtige Ernährungsverhalten. So kommt es in unserer Zeit, in den wohlhabenden Staaten vermehrt zu Übergewicht und Mangelernährung, was auf eine falsche Ernährungsweise zurückzuführen ist. „Essen ist immer zugleich eine natürliche und eine kulturelle

Angelegenheit. Es lässt sich deshalb weder nur auf organische Mechanismen noch auf kulturelle Eigenschaften reduzieren“ (Barlösius, E., 1999 S. 31).

Verschiedene Faktoren bewirken die Zusammenstellung des Essens, kulturelle, physiologische, moralische, ideologische aber auch die Gewohnheit und die Fertigkeiten, die für die Speisenzubereitung notwendig sind. „Sich zu ernähren ist naturgebunden wie auch naturentlassen und besitzt deshalb körperliche und kulturelle Dimensionen. Es ist eine Tätigkeit auf der Grenzlinie von Natur und Kultur und repräsentiert geradezu idealtypisch die doppelte Zugehörigkeit des Menschen. Natürlich bedingt ist, dass Menschen sich ernähren müssen und ihre Nahrung physiologischen Anforderungen genügen muss. Wie sie dieses Bedürfnis befriedigen, ist Gegenstand kultureller Gestaltung und sozialer Auseinandersetzung“ (Barlösius, E., 1999, S. 36).

Unterschiedliche Speisen und Speisenrituale differenzieren auch Siedlungsräume und Nationalstaaten. Sie betonen Hierarchien innerhalb einer Gruppe und ein allgemeines Kulturgefälle innerhalb der Gesellschaft. Speisen und Speisenrituale dienen also auch zur Abgrenzung von anderen Kulturkreisen und zur Betonung des eigenen Kulturkreises. Die Esskultur der unterschiedlichen Völker hat daher oft eine Spezielle symbolische Ortsbezogenheit.

Essen ist die Lebensgrundlage für jeden Menschen. Jedoch gibt es nicht immer zu Essen für alle, die Nahrung brauchen. Hunger führt zu politischen Unruhen. Um diese zu vermeiden, haben staatliche Institutionen in der Vergangenheit versucht herauszufinden, wie viel Nahrung ein Arbeiter braucht um möglichst effektiv arbeiten zu können. Durch die Ermittlung von „Kostsätzen“, also präzisen Ernährungsempfehlungen, die in Mindesteinkommen umgerechnet wurden, erhoffte man sich eine Entspannung des „Kampfes um die Nahrung“. "Die im 19. Jahrhundert beginnende systematische naturwissenschaftliche Erforschung der Ernährung war somit darauf ausgerichtet, Ernährungsprobleme zu untersuchen, von denen ein großer Teil der Bevölkerung betroffen war. Beispielsweise die Mangelernährung der Proletarier.“ (Barlösius, E., 1999, S.59) In der Ernährungswissenschaft ging es nicht mehr hauptsächlich um diätetische Empfehlungen, die das Wohlbefinden des Menschen im Mittelpunkt ihrer Wissenschaft hatten, so wie es in der Antike der Fall war. Vielmehr ging es hauptsächlich um die optimale Verteilung der Nahrung.

Aus verschiedensten Gründen wurde das Interesse an Kostsätzen für Arbeiter größer. Es gab zahlreiche politische Interessen, die Ernährungssituation sollte gerechtfertigt werden, Lebensmittelmarken in Kriegszeiten orientierten sich an diesen

Werten für die Nährstoffzufuhr. Erst nachdem die Nachkriegszeit nach dem 2. Weltkrieg in Deutschland überstanden war und die Deutschen im Durchschnitt gut mit Nahrung versorgt waren, wandte man sich der qualitativen Betrachtung der Nahrung zu. Die Ernährungswissenschaft wurde nach und nach durch weitere Erkenntnisse ergänzt und entwickelte sich letztendlich von einer quantitativen Betrachtung der Nahrung und ihres Nutzens zu einer qualitativen Betrachtungsweise. Seit Mitte des 20. Jahrhunderts ist die Ökotrophologie eine eigenständige Wissenschaft, die sich mit den unterschiedlichsten Ernährungsproblemen befasst.

Heutzutage hat sich ein Wandel von der Mangelernährung zum Übergewicht in den Industrienationen vollzogen und die Folgen des Übergewichts stehen vermehrt im Blickpunkt der Ökotrophologie.

Die Ernährungswissenschaft dient nicht mehr primär dem Ziel, eine ausreichende Ernährung für Jedermann zu sichern. Vielmehr geht es darum eine Ernährungsweise zu vermitteln, die gesundheitsförderlich und ausgewogen für Jedermann ist und zu einer guten Entwicklung der Kinder beiträgt, sowie präventiv vor ernährungsmitbedingten Erkrankungen schützen soll.

Essen soll lustvoll sein, genossen werden und so auch einen Beitrag zum psychischen Wohlbefinden leisten.

Es gibt verschiedene Erklärungen, warum wir Menschen die Nahrungsaufnahme genießen können. Zum einen gibt es psychoanalytische Erklärungen und Erklärungen aus den Sinnestheorien. Die zahlreichen Sinne, die wir Menschen empfinden können, insbesondere Riechen und Schmecken ermöglichen uns überhaupt erst Genuss zu empfinden. „Riechen, Schmecken und Tasten gelten als niedere, leibnahe und gefühlsgebundene Sinne, weil ihre Empfindungen nicht differenziert versprachlicht oder durch wissenschaftlich anerkannte Methoden objektiviert werden können. Sehen und Hören werden als höhere und leibferne Sinne bezeichnet, weil sie sich durch eine größere Fähigkeit zur Intellektualisierung und objektivierenden Erkenntnis auszeichnen. Dieses Ordnungsschema hierarchisiert die Sinne entlang ihrer natürlichen Eigenschaften“ (Barlösius, E., 1999, S. 72). Die Naturwissenschaften können die Sinneswahrnehmung anhand physiologischer Merkmale zum Teil erklären, jedoch reichen diese Erklärungen nicht aus, um das empfinden eines Sinnes vollständig zu analysieren. Der Sinn der Sinnesempfindung wird nach Barlösius wie folgt formuliert: „Der soziale Sinn der Sinne besteht darin, Sozialität überhaupt zu ermöglichen, indem durch die Sinne soziale Beziehungen und

Qualitäten, die häufig auf abstrakten Verhältnissen und Begriffen beruhen, sinnlich erfahrbar werden“ (Barlösius, E., 1999, S. 75).

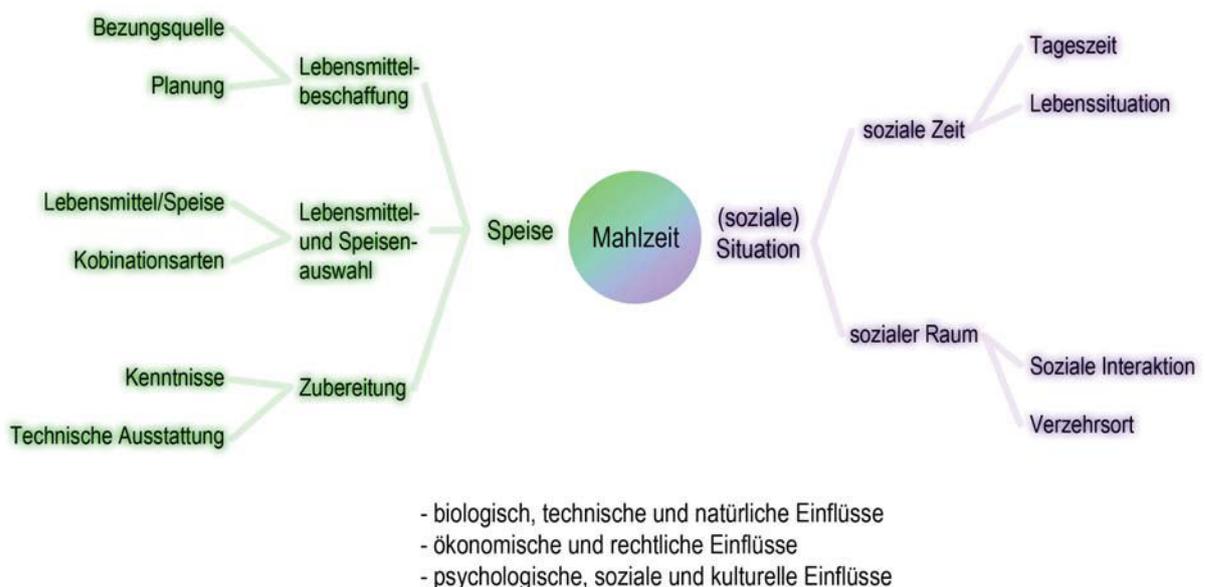
Der Genuss von Speisen ist jedoch nicht nur mit den Geschmackskomponenten des Essens verzahnt, es spielen auch moralische und kulturelle Aspekte, so wie die Ernährungsgewohnheiten des Essers eine Rolle. „Essbar oder nicht essbar ist bis auf wenige Ausnahmen eine nicht natürlich festgelegte, sondern kulturell erzeugte Differenz. Also eine von Menschen geschaffene. Zu den Ausnahmen gehören die Zellulose, die in größeren Mengen nicht verdaut werden kann, sowie einige giftige Stoffe und mikrobiell verdorbene Pflanzen und Tiere. Ansonsten existieren für den „Allesesser“ Mensch nur wenige weitere natürliche Beschränkungen. Alle anderen Essverbote oder Meidungen von Speisen sind kulturell bedingt, so dass ohne Weiteres gesagt werden kann, dass der Mensch selbst bestimmt, was für ihn gut zu essen ist“ (Barlösius, E., 1999, S. 92).

Ess-Tabus haben verschiedene Ursachen. Sie entstehen zumeist aus der Kausalität zwischen Nutzen und Kosten für ein Nahrungsmittel. Das Tabu in der Gesellschaft, das von vornherein praktischer Natur war, verselbstständigt sich häufig und wird sogar aufrecht erhalten, wenn sich die äußeren Umstände ändern. Tabus werden oft mit Glaubensfragen verknüpft. Die Gemeinschaft schafft eine Ernährungskultur. Gemeinsames Essen ist und war ein wichtiger Teil des gesellschaftlichen Lebens. „Durch die Teilnahme an einer Mahlzeit, das Teilen der Nahrung, wird man Mitglied einer Gemeinschaft“ (Barlösius, E., 1999, S. 165). Wer bereit ist, seine Nahrung mit jemandem zu teilen, ist ihm meistens auch wohlgesonnen, sonst würde er seine Nahrung nicht freiwillig teilen. „Die Mahlzeit ist eine Institution, die scheinbar universelle Bedeutung und Gültigkeit besitzt. Jedenfalls ist keine Gesellschaft bekannt, in der sie nicht existiert. Gleichgültig welche Funktion man ihr zuordnet oder wie man ihre Existenz erklärt. Ob beispielsweise mit physischen Notwendigkeiten oder Stilisierungsbedürfnissen. Unbestritten ist, dass es keine andere soziale Institution gibt, die in ähnlicher Weise Gleichheit, Gemeinschaft, Zugehörigkeit symbolisiert“ (Barlösius, E., 1999, S. 166). Essen ist also eine soziale Situation. Dies begründet sich vermutlich darin, dass auch die Beschaffung der Nahrung beim Menschen, ursprünglich gemeinschaftlich geschehen ist. Aber auch in der Tatsache, dass der Mensch generell ein soziales Wesen ist und in verschiedenen Abhängigkeiten zu seinen Mitmenschen steht.

Die Nahrungsaufnahme ist mit mehreren Aspekten verknüpft. Es geht nicht nur darum Nahrung als essentiellen Bestandteil zuzuführen um zu leben, sondern sein

Leben durch Nahrung zu bereichern. Menschen teilen sich in der Gemeinschaft ihre Nahrung nach bestimmten Hierarchien auf, haben eine Tischordnung, welche zeigt, das kulturelle Aspekte mit in die Nahrungsaufnahme einfließen. Die kulturellen Vorstellungen über eine Mahlzeit und eine, in unserer Gesellschaft, dazugehörige Tischgemeinschaft gehen regional stark auseinander.

"Die Mahlzeit (M) repräsentiert nach Tolksdorf eine komplexe, aber trotzdem universale Einheit, in der alle wichtigen Aspekte des Essens gebündelt sind. Sie besteht aus zwei „Hauptkonstituenten“: der „Speise (SP)“, die bestimmt, „was und wie (zubereitet) gegessen wird“, und der „Situation (S)“, die festlegt, „wann und wo (unter welchen Umständen) die Speise“ verzehrt wird. Die Speise wiederum setzt sich aus zwei Bestandteilen zusammen: dem "Nahrungsmittel (N)" und der "kulturellen Technik (T)", mit der es zubereitet wird. Auch die Situation enthält zwei Komponenten: die „soziale Zeit (Z)“, darunter versteht Tolksdorf die lebensgeschichtliche Situation und den „sozialen Raum (R)“, worunter er den Verzehrort verstanden wissen will. Die Mahlzeit regelt somit, was, wie, wann und wo gegessen wird. Die „materielle Kultur“ der Mahlzeit wird durch eine „Ebene der Bewertung“ (Normen, Konventionen usw.) ergänzt. „Diese Bewertungen entsprechen Bedürfnissen und Normen (w(G)), es sind jene „Werte der Gesellschaft“ (Nw(G), Tw (G), Zw(G), Rw(G)), die eigentlich erst das „soziologische Gebilde der Mahlzeit“ errichten“ (Tolksdorf, 1975, S. 286).



(Entwickelt auf der Basis von Tolksdorf, 1976; DGE, 1976; Mäkelä, 1991; Neuloh, Teuteberg, 1979; Statistisches Bundesamt, 1991, S. 189; eigene Gestaltung)

Abb. 8: Modell einer Mahlzeit

Jede Mahlzeit unterliegt einer Struktur und Ordnung. In der Mahlzeitenstruktur wird der Inhalt einer Mahlzeit und ihre Anordnung beschrieben. Sie ist der Oberbegriff für Speisen, Speisenkombinationen und Gangfolgen, die zum Verzehr hergestellt wurden und gegessen werden. Hierin liegt die Grundlage für die Speisenzubereitung, die Lebensmittelbeschaffung und die Technik der Nahrungszubereitung. Die Mahlzeitenordnung ist die zeitliche und räumliche Dimension einer Mahlzeit. Sie ist Ausdruck der tatsächlichen Verzehrzeiten, der Verzehrsdauer und der Mahlzeitenfrequenz sowie für die Einordnung von Mahlzeiten in bestimmte Lebenssituationen. Die räumliche Dimension einer Mahlzeit ist Ausdruck für den tatsächlichen Verzehrort und den kulturellen Raum, in dem Mahlzeiten stattfinden. Beide geben Aufschluss über soziale Funktionen, die Mahlzeiten erfüllen. Mahlzeitenstruktur und -ordnung werden von weiteren Faktoren beeinflusst, wie das biologisch-technologisch-natürliche Umfeld, ökonomische und rechtliche Gegebenheiten sowie psychologische, soziale und kulturelle Einflüsse (Meyer, S.; Weggemann, S.; 1991/92 S. 189). Es wird in zwei Arten der Tischgemeinschaft unterschieden. Die alltägliche Essenseinnahme mit der gleichen Person oder den gleichen Personen oder der besonderen, meist festlichen Zusammenkunft mit Menschen, mit denen man selten zusammen isst.

Bei Tisch werden Geschichten und Erfahrungen ausgetauscht. Es wird sich viel unterhalten, gelacht, manchmal treten auch Konflikte auf, es wird in jedem Fall miteinander interagiert. Diese Kommunikation ist wichtig um das Gemeinschaftsgefühl zu stärken, seinen Gegenüber besser kennen zu lernen und von dessen Erfahrungen profitieren zu können. Es werden Geschichten weitergegeben und gemeinsame Erinnerungen geteilt und neue Erinnerungen gebildet. „Eine gute Mahlzeit ist eine ausgewogene Mischung aus guten Speisen, Sorgfalt, Engagement, engen Bindungen, Ästhetik, einem Erlebnis der Sinne und aus unvorhersehbaren menschlichen Gefühlen und Stimmungen“ (Juul, 2010, S.11).

4. Ursachen für Veränderungen in der Ernährung der Deutschen Bevölkerung

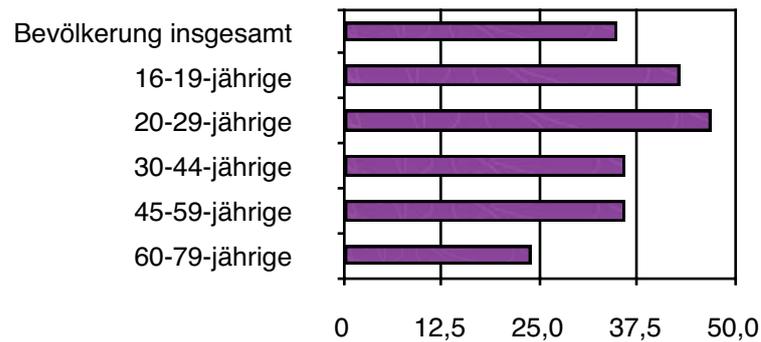
Veränderungen im Ernährungsverhalten der Deutschen Gesellschaft gehen einher mit dem Strukturwandel, also Faktoren wie der Alterung der Gesellschaft, der Wohlstandsverteilung innerhalb der sozialen Schichten, dem wachsenden Anteil an berufstätigen Frauen, der Zunahme an Ein- und zwei Personenhaushalten, dem Rückgang an Großfamilien und der Heterogenität der Deutschen Bevölkerung durch den wachsenden Anteil an Personen mit Migrationshintergrund.

Auch der Alltag der Deutschen verändert sich und auch dies beeinflusst das Ernährungsverhalten. Die Mobilität der Bevölkerung nimmt zu, die Freizeitgestaltung und der Konsum rücken mehr in den Fokus, Lebensstile werden individueller, feste Rollenmuster lösen sich auf. Durch die strukturellen Veränderungen wandeln sich auch die Mentalität und die Wertevorstellungen der neuen Generationen. Dazu gehört die wachsende Gesundheitsorientierung und Genussorientierung in der Gesellschaft, das Bedürfnis nach Abwechslung, die Sensibilisierung für Umwelt-, Tierschutz und Nachhaltigkeit.

Es gibt zahlreiche Gründe für Veränderungen im Ernährungsverhalten der Deutschen. Ich möchte speziell auf Ursachen wie den Demographischen Wandel, die Veränderungen in den Haushaltsstrukturen und die Berufstätigkeit der Frau eingehen.

"Grundsätzlich hält es die Bevölkerung heute eher für einfacher als schwieriger, sich gesund zu ernähren. 42% der Bevölkerung halten es heute für einfacher, 25% für schwieriger, eine gesunde Ernährung sicherzustellen. Viele haben jedoch Schwierigkeiten, die ihnen durchaus bewussten Prinzipien für eine gesunde Ernährung im Alltag umzusetzen. Dies hat zum einen mit der modernen Lebensform zu tun – den beruflichen Anforderungen, Stressfaktoren, Schwierigkeiten bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf und der Entstrukturierung der Tagesabläufe–, zum anderen aber auch mit der Kluft zwischen Wollen und Handeln, der disziplinierten Umsetzung der für richtig erkannten Prinzipien" (Nestlé, 2009, S. 6,7). Viele Menschen haben heutzutage einen unstrukturierten Tagesablauf, auch dies hat Auswirkungen auf die Mahlzeitenordnung.

- Es haben kontinuierlich oder häufiger einen unregelmäßigen Tagesablauf (Altersgruppen in Proze



(Nestlé, 2009, S. 12)

Abb. 9: Entstrukturierte Tagesabläufe

Insgesamt haben 35% der Deutschen Bevölkerung kontinuierlich oder häufiger einen unregelmäßigen Tagesablauf. Besonders die 20- bis 29-jährigen sind mit 47% stark von Unstrukturiertheit betroffen. Aufgrund unstrukturierter Tagesabläufe fällt es den Menschen schwer einer geregelten Mahlzeiteneinnahme nachzukommen.

Die empfohlene Anzahl der aufgenommenen Mahlzeiten am Tag sind fünf, in folgender energetischen Aufteilung:

- 1. Frühstück
- 2. Frühstück
- Mittagessen
- Zwischenmahlzeit
- Abendessen

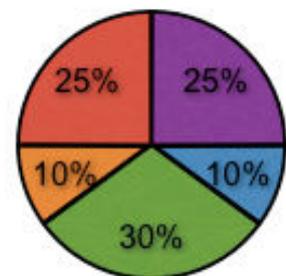


Abb. 10: Mahlzeiten nach energetischer Aufteilung

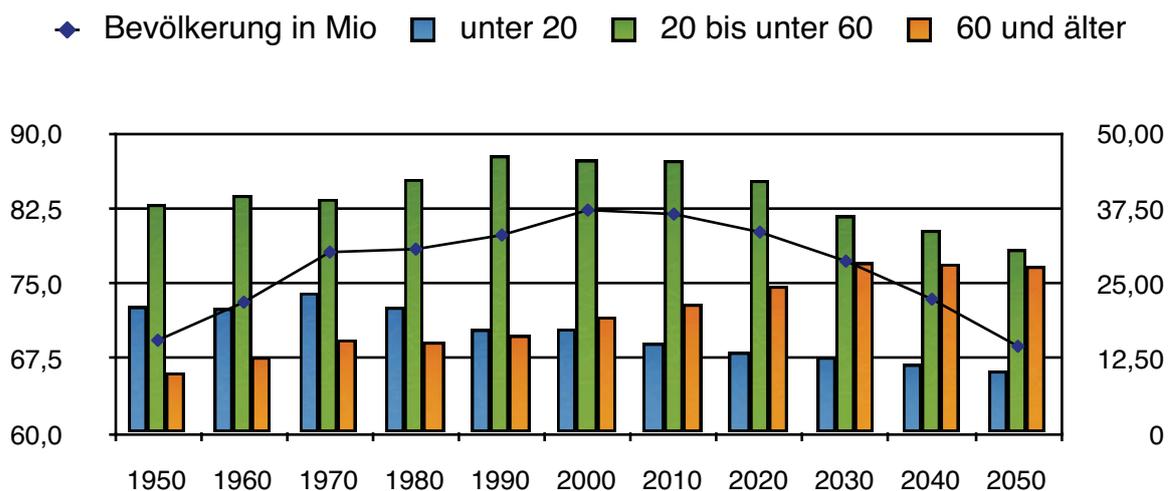
4.1 Demographischer Wandel

Kaum etwas hat so einen großen Einfluss momentan und in den kommenden Jahren, auf die gesellschaftlichen Veränderungen in Deutschland, wie die Veränderung der Altersstruktur innerhalb der deutschen Gesellschaft. Während heutzutage auf 100 Personen im Alter von 20 bis 65 Jahren, 33 Personen im Rentenalter kommen, werden es voraussichtlich im Jahre 2030 mehr als 50 Personen sein. 1970 lag dieser so genannte Altenquotient noch bei 25. Die Zunehmende Alterung und schrumpfende Bevölkerung wird Folgen für das gesellschaftliche Zusammenleben und die wirtschaftlichen Entwicklungen in

Deutschland haben. Die Abbildungen 1,2,3 und 4, im Anhang A auf S.III stellen den Altersaufbau in Deutschland in den Jahren 1980, 1990, 2000 und 2010 dar.

1980 gab es noch wesentlich mehr Jungen und Mädchen zwischen 10 und 20 Jahren im Vergleich zu 1990. Der Rückgang an Kindern in Deutschland ist deutlich zu erkennen. Die Anzahl der unter 20-jährigen ist von 1990 bis Heute von 17,3 Millionen auf 13,5 Millionen gesunken, die Anzahl der 20- bis 60-jährigen ist in dem gleichen Zeitraum von 46 Millionen auf 42 Millionen gesunken. Seit 1990 hat sich die Anzahl der 60-jährigen und Älteren Menschen bis heute um rund 5 Millionen erhöht, Tendenz steigend.

Diese Entwicklungen zeigen das die deutsche Gesellschaft insgesamt immer älter wird. Das Statistische Bundesamt hat errechnet, dass bis zum Jahre 2050 die Bevölkerung Deutschlands um rund sieben Millionen Menschen, auf insgesamt 75 Millionen schrumpfen wird. Die demographischen Entwicklungen und der fortschreitende Strukturwandel verändern unsere Gesellschaft spürbar.



(Nestlé, 2009, S. 18)

Abb. 11: Entwicklung der Altersstruktur von 1950 bis 2050

Prognostizierte Entwicklung der Altersstruktur bei insgesamt schrumpfender Bevölkerung.

Diese Entwicklungen verändern zwar das gesellschaftliche Zusammenleben, die alternde Bevölkerung bringt jedoch, laut Nestlé Studie 2009, nicht nur sinkende Vitalität mit sich. Die Mentalität verändert sich zu einer steigenden Vitalität der über 60-jährigen. Das Interesse der Gesellschaft an Innovationen und technologischem Fortschritt nimmt weiter zu, da auch die ältere Generation heutzutage offener für Neues ist.

Die Abb. 5: "Innovationsoffenheit der Altersgruppen 1980 und 2008" befindet sich im Anhang A auf S. IV. Die zunehmende Vitalität und Innovationsoffenheit der älteren Menschen in Deutschland wird dazu beitragen, dass die Menschen bis ins hohe Alter vermehrt ihren Freizeitaktivitäten nachgehen werden und auch im großen Umfang an der Außer-Haus-Verpflegung teilnehmen.

Die älteren Menschen in Deutschland schätzen ihren eigenen Gesundheitszustand heute wesentlich positiver ein, als vor 30 Jahren. "Besonders eindrucksvoll ist die gravierende Verschiebung der Alterungsschwellen in Bezug auf den Gesundheitszustand und gesundheitliche Beeinträchtigungen. 60- bis 69-Jährige sind heute gesünder als 50- bis 59-Jährige vor einem Jahrzehnt, 70- bis 79-Jährige sind so gesund wie es 60- bis 69-Jährige in den 80er Jahren waren. Damals beschrieben nur 47% der 50- bis 59-Jährigen ihren Gesundheitszustand als gut oder sehr gut, heute 68%; in der Altersgruppe der 60- bis 69-Jährigen hat sich dieser Anteil von 37 auf 54% erhöht" (Nestlé, 2009, S. 4). Die Abb. 6: "Einstufung des Gesundheitszustandes 1984, 1997 und 2008" befindet sich im Anhang A auf S. IV. Im Jahr 2008 stuften die Befragten ab 40 Jahren, ihren Gesundheitszustand zu 77% als gut ein, insgesamt ist die Tendenz der älteren Befragten 2008, zu ihrem Gesundheitszustand, durchweg positiver.

Trotz dieser Entwicklung kommt es mit zunehmenden Alter oft zu Veränderungen im Ess- und Trinkverhalten, die bei der Verpflegung berücksichtigt werden müssen. Veränderungen des Stoffwechsels führen zu einer Verminderung des Energiebedarfs bei nahezu gleichbleibendem Nährstoffbedarf. Es kommt häufig zu Appetitlosigkeit. Das Geruchs-, Geschmacks- und Durstempfinden nimmt ab. Im Krankheitsfall sind die Veränderungen vielfältig.

4.2 Veränderungen der Haushaltsstrukturen

Private Haushalte treffen als Konsumenten die Kaufentscheidungen. Sie bestimmen die Entwicklungen auf dem Wohnungsmarkt und bilden somit die soziale Grundlage unserer Gesellschaft. Vorausberechnungen für Haushalte, wie der Mikrozensus, tragen dazu bei, die private Nachfrage nach Gebrauchsgütern und Dienstleistungen, abzuschätzen. Dabei werden jährlich 1% aller deutschen Haushalte befragt. "Als privater Haushalt zählt jede zusammenwohnende und eine wirtschaftende Einheit bildende Personengemeinschaft sowie Personen, die allein wohnen und wirtschaften. Personen in Alters- oder Pflegeheimen, Kasernen und ähnlichen Einrichtungen, die dort keinen eigenen Haushalt führen, sondern gemeinschaftlich

versorgt werden, gelten nicht als Personen in Privathaushalten, sondern zählen als Personen in Gemeinschaftsunterkünften. Personen können darüber hinaus neben ihrem Hauptwohnsitz an einem weiteren Wohnsitz (Nebenwohnsitz) einem Haushalt angehören und werden in diesem Fall doppelt gezählt." (Statistisches Bundesamt, Auswirkungen des demographischen Wandels, <http://www.destatis.de/jetspeed/portal/cms/Sites/destatis/Internet/DE/Content/Publikationen/Querschnittsveroeffentlichungen/WirtschaftStatistik/Bevoelkerung/AuswirkungDemegraphischerWandel.psmI>, Stand: 20.07.2010)

Die Anzahl an Haushalten in Deutschland hat zugenommen. Jedoch verkleinern sich die Haushalte was die Personenzahl angeht. Die Anzahl von drei- oder mehr Personenhaushalten geht zurück, während die der Ein- oder Zwei-Personenhaushalte zunimmt. Die Anzahl der Haushalte allgemein ist zwischen 1991 und 2005 viermal so stark angestiegen wie die Zahl der in ihnen lebenden Menschen.

Für die künftigen Entwicklungen wird eine Fortsetzung des Trends zu kleineren Haushalten erwartet. Dafür sprechen folgende Indizien: Die weiter sinkende Alterssterblichkeit, die immer noch höhere Lebenserwartung der Frauen sowie die schneller als bei Frauen zunehmende Lebenserwartung der Männer führen künftig zu mehr Ein- und Zweipersonenhaushalten im Seniorenalter. Hinzu kommen die niedrige Geburtenzahl, die sinkende Heiratsneigung der Bevölkerung und die Zunahme der Partnerschaften mit separater Haushaltsführung sowie die berufsbedingte hohe räumliche Mobilität, was für kleinere Haushalte auch bei der Bevölkerung im jüngeren und mittleren Alter spricht. "In den neuen Ländern, die nach der deutschen Vereinigung innerhalb kurzer Zeit gravierende Veränderungen in der Bevölkerungszahl und in den Haushaltsstrukturen unter anderem mit einer deutlichen Verkleinerung der Haushalte erlebt haben, wird allerdings künftig mit einer Abschwächung des bisherigen Trends gerechnet." (Statistisches Bundesamt, Auswirkungen des demographischen Wandels, <http://www.destatis.de/jetspeed/portal/cms/Sites/destatis/Internet/DE/Content/Publikationen/Querschnittsveroeffentlichungen/WirtschaftStatistik/Bevoelkerung/AuswirkungDemegraphischerWandel.psmI>, Stand: 20.07.2010)

Laut dem Statistischen Bundesamt stellen die Ein-Personenhaushalte 38% aller Haushalte dar. Bis 2025 werden es 41% sein. In den alten Bundesländern gab es 1990 ca. 9,8 Mio. Ein-Personenhaushalte. Etwa 35% aller Haushalte wurden demnach von einer Person bewirtschaftet. In den Großstädten lag der Anteil an Ein-Personenhaushalten teilweise bei 50% aller Haushalte. In den neuen Bundesländern betrug die Anzahl der Ein-Personenhaushalte 1990 ca. 1,7 Mio., also 25%.

2008 betrug die Anzahl der Ein-Personenhaushalte 15,8 Mio. Das ist ein Anteil von fast 40%. Zwei-Personenhaushalte bestimmen zu 34% den gesamten Haushalts-

markt. Gab es 1970 im früheren Bundesgebiet noch 12,9% Privathaushalte mit fünf und mehr Personen, so hat sich dieser Anteil im Jahr 2008 auf 3,6% reduziert. Es ist also festzustellen, dass die kleinen Haushalte immer mehr zunehmen, während die Großhaushalte immer weniger werden. In der Tab. 4: "Privathaushalte nach der Personenzahl von 1970 bis 2008" im Anhang B auf S. XV, werden die genauen Zahlen zu den Privathaushalten zwischen 1970 und 2008 aufgeführt.

Der Mikrozensus 2005 hat ergeben, dass es kaum noch generationenübergreifende Großhaushalte in Deutschland gibt. So waren es 2005 nur noch 1% der 39,2 Millionen Haushalte in denen Eltern mit Kindern, deren Großeltern sowie in seltenen Fälle sogar deren Urgroßeltern zusammen wohnten. 32% der Haushalte waren 2005 Mehrgenerationenhaushalte. Diese waren fast ausschließlich Zweigenerationenhaushalte (31%). Doch auch der Anteil an Zweigenerationenhaushalten nimmt ab. Seit 1991 um 7%.

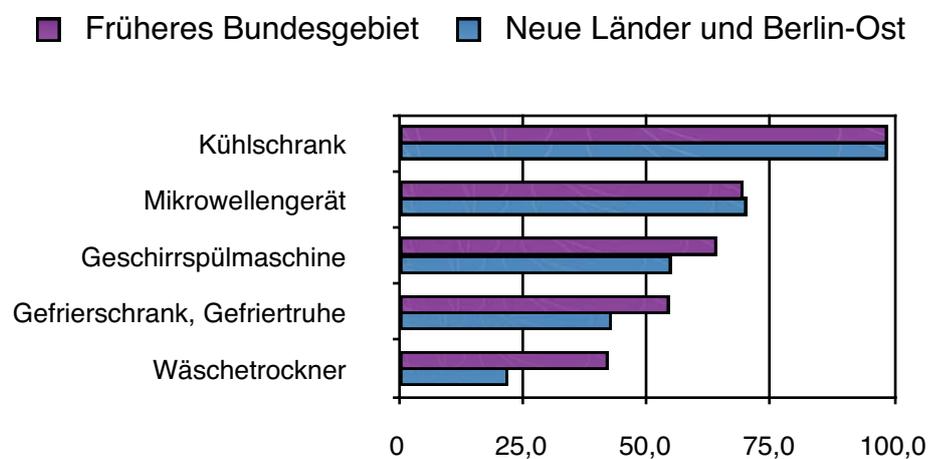
Der Mikrozensus ist die größte, jährliche Haushaltsbefragung in Europa. Er zeigte 2005 auf, dass von den 39,2 Millionen Haushalten in Deutschland, 24% Eingenerationenhaushalte waren in denen Ehepaare ohne Kinder lebten. 6% waren Mehrpersonenhaushalte ohne Verwandtschaftsverhältnisse. 22% der Haushalte wurden von Senioren, über 65 Jahre bewohnt. In 7% der Haushalte lebten Senioren mit jüngeren Personen zusammen. Damit war in 29% der Haushalte mindestens eine Person im Seniorenalter. Dieser Anteil ist seit 1991 um 3% gestiegen (Statistisches Bundesamt, 2005,a, S.7).

Der Trend zu kleineren Haushalten wirkt sich auf die Mahlzeitenzubereitung aus. Kleinere Haushalte sind meist nicht so umfangreich mit Haushaltsgeräten und Küchenhelfern ausgestattet wie Großhaushalte. Es wird in Kleinhaushalten vermutlich auch durchschnittlich öfter auf Convenienceprodukte zurückgegriffen, da ein hoher Kochaufwand zeitlich und finanziell unwirtschaftlich für einen Ein- oder Zweipersonen-Haushalt ist.

Der Alltag in den Familien ist geprägt von variablen Tagesverläufen. Die Freizeitgestaltung nimmt einen großen Stellenwert ein. Feste Strukturen werden aufgelockert, fixe Zeitstrukturen, die der Spontaneität entgegenstehen werden teilweise abgebaut, der Tagesablauf wird unregelmäßiger, was auch einen Einfluss auf das Ernährungsverhalten hat. "Gut ein Drittel der gesamten Bevölkerung hat heute ständig oder zumindest teilweise einen unregelmäßigen Tagesablauf, von den Unter-30-Jährigen sogar jeder Zweite: Entstrukturierte Tagesverläufe beeinflussen zwangsläufig das Ernährungsverhalten, insbesondere in der jungen Generation und

bei Berufstätigen. 33% der Berufstätigen essen nur unregelmäßig und haben damit keine festgelegten Zeitreservate für ihre Ernährung. Dies wird in hohem Maße als Defizit empfunden. In der gesamten Bevölkerung beklagen 26%, dass sie „zu unregelmäßig essen“. Eine vernünftige Ernährung bei entstrukturierten Tagesverläufen darzustellen, ist heute für Viele ein Problem. Die unterschiedlichen und teilweise auch stark wechselnden Tagesabläufe in den Familien machen es zudem zu einer besonderen logistischen Herausforderung, Ernährung kollektiv in der Familie zu organisieren" (Nestlé, 2009, S. 12, 13).

Ein Kühlschrank gehört in Ost- und Westdeutschland heute zur Standardausstattung eines Haushalts.



(Statistisches Bundesamt, 2009, S. 19)

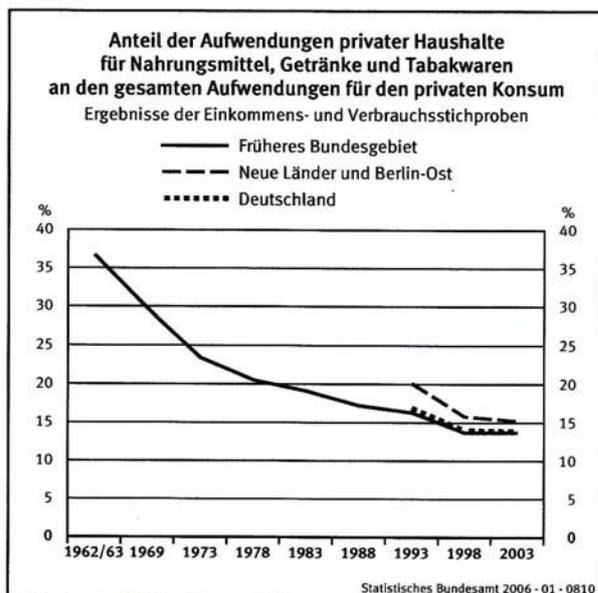
Abb.12: Ausstattungsgrad privater Haushalte mit Haushaltsgeräten, 2008 in Prozent)

Natürlich hängt die Ausstattung privater Haushalte auch mit der Anzahl an Personen im Haushalt zusammen. So haben paare mit Kindern zu 89% eine Geschirrspülmaschine und zu 62% einen Wäschetrockner. Demgegenüber haben nur 38% der allein Lebenden eine Geschirrspülmaschine und 21% einen Wäschetrockner. In 52%, also etwas mehr als der Hälfte der privaten Haushalte, ist ein Gefrierschrank oder eine Gefriertruhe zu finden.

Die privaten Konsumausgaben haben zwischen 1991 und 2008 kontinuierlich zugenommen. Für weitere Informationen, ist die Tab. 5: "Verfügbares Einkommen der privaten Haushalte und seine Verwendung" im Anhang B auf S. XV, einzusehen.

Der gesellschaftliche Wandel in der Bundesrepublik Deutschland hat Veränderungen im Ernährungsverhalten bewirkt. Dies zeigt sich an Strukturverschiebungen innerhalb des Nahrungsmittelverbrauchs, z. B. an der Zunahme an Convenienceprodukten, an

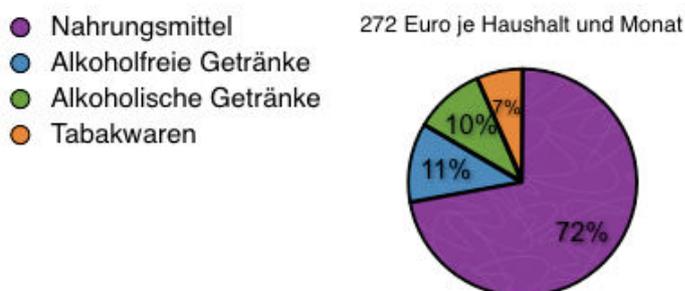
der fallenden Tendenz des Ausgabenanteils für Nahrungsmittel an den Gesamtausgaben der privaten Haushalte und an der Zunahme des Außer-Haus-Verzehrs. In der Abbildung 13 wird deutlich, dass die Aufwendungen der privaten Haushalte in Deutschland, für Nahrungsmittel, Getränke und Tabakwaren an den gesamten Aufwendungen für den privaten Konsum, seit 1962 bis 2003 rückläufig sind.



(Statistisches Bundesamt, 2006, S. 632)

Abb. 13: Aufwendungen privater Haushalte

Die Abbildung 14 zeigt die Verteilung der Ausgaben im privaten Haushalt 2003 für Nahrungsmittel, Getränke und Tabakwaren. Insgesamt werden pro Monat 272 Euro im Durchschnitt, für diese Posten, ausgegeben. Davon werden 72,2%, also 197 Euro, in Nahrungsmittel investiert. Detaillierter betrachtet fällt auf, dass 10% der Ausgaben für alkoholische Getränke verwandt wird. 7% entfallen im Durchschnitt auf Tabakwaren.



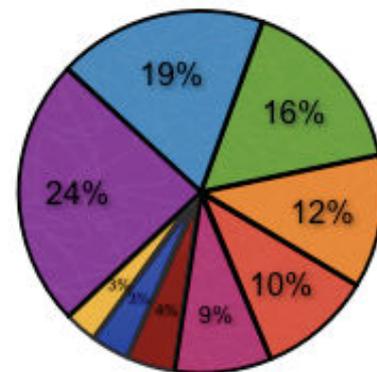
(Statistisches Bundesamt, 2006, S. 632)

Abb. 14: Struktur der Ausgaben privater Haushalte für Nahrungsmittel, Getränke und Tabakwaren im Jahre 2003; Ergebnis der Einkommens- und Verbrauchsstichprobe.

In der Struktur der Ausgaben für Nahrungsmittel 2003 werden die Ausgaben für die verschiedenen Lebensmittelgruppen Prozentual dargestellt.

- Fleisch, Fleischwaren
- Brot und Getreideerzeugnisse
- Molkereiprodukte und Eier
- Gemüse, Kartoffeln
- Obst
- Zucker, Konfitüre, Schokolade und Süßwaren
- Nahrungsmittel, anderweitig nicht genannt
- Fisch, Fischwaren
- Speisefette und -öle

197 Euro je Haushalt und Monat



(Statistisches Bundesamt, 2006, S. 633)

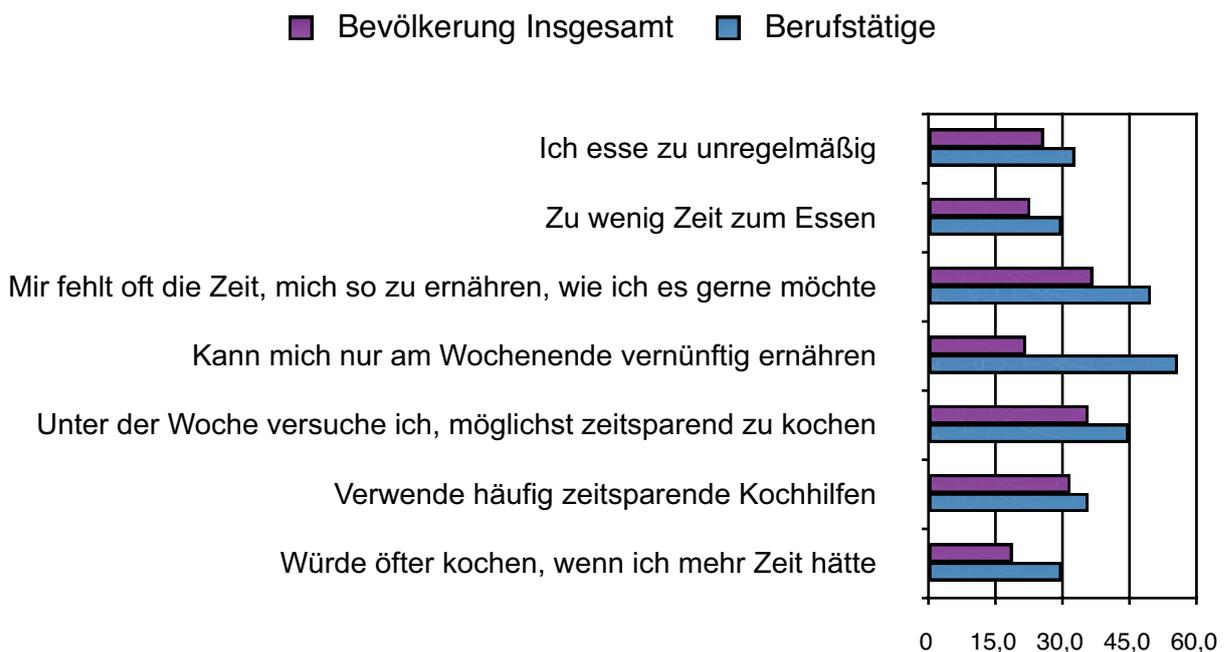
Abb. 15: Struktur der Ausgaben für Nahrungsmittel 2003; Ergebnis der Einkommens- und Verbrauchsstichprobe.

Den größten Posten bei den Ausgaben für Nahrungsmittel nimmt das Fleisch mit 24,0% ein, gefolgt von Brot und Getreideerzeugnissen mit 18,6%. Auffällig ist der hohe Anteil an Zucker, Konfitüre, Schokolade und Süßwaren mit 8,6%. Nähere Informationen zu den Ausgabenanteilen für Nahrungsmittel, Getränke, Tabakwaren und Verpflegungsdienstleistungen werden in Tab. 6: "Käufe der privaten Haushalte im Inland von Nahrungs- und Genussmitteln", im Anhang B auf S. XVI, aufgeführt.

4.3 Zeit für die Ernährung

Die Analyse des Ernährungsverhaltens kann sich nicht nur auf die Untersuchung der reinen Nahrungsaufnahme beschränken, sondern muss als Analyse der menschlichen Verhaltensweise betrachtet werden. Unter Ernährungsverhalten wird die Gesamtheit aller Handlungen verstanden, die auf die Befriedigung der Ernährungsbedürfnisse gerichtet sind. Also Aktivitäten der Lebensmittelbeschaffung, Zubereitung und des Verzehrs von Speisen. Die Nahrungsaufnahme in Form von Mahlzeiten strukturiert den Tagesablauf oder wird vom alltäglichen Ablauf bestimmt. Klassische Ernährungserhebungen erfassen in der Regel, was, in welchen Mengen, wann und wo gegessen wird. Sie beziehen sich dadurch nur auf einen Ausschnitt des Ernährungsverhaltens. Um das Ernährungsverhalten ganzheitlich zu betrachten ist es erforderlich miteinzubeziehen, wie lange und mit wem gegessen wird. Die Zeitbudgeterhebungen liefern Informationen über die Aktivitäten, die der Mahlzeiten-

einnahme vor- und nachgelagert sind, wie z.B. die Mahlzeitenzubereitung, das Anrichten und Servieren der Speisen. Viele Menschen nennen als Ursache für eine unzureichend ausgewogene Ernährung, dass sie zu wenig Zeit zur Verfügung haben. Die steigende Erwerbstätigkeit der Frau stellt nun auch die weibliche Bevölkerung, die sich allgemein bewusster ernährt, vor die Herausforderung, trotz Arbeit genug Zeit für eine gesundheitsförderliche Ernährung zu finden. 22% der deutschen Bevölkerung, 56% der Berufstätigen schaffen es zum Teil nur an den Wochenenden, sich so zu ernähren, wie sie es sich wünschen und für vernünftig halten (Nestlé, 2009, S. 13).



(Nestlé, 2009, S. 23)

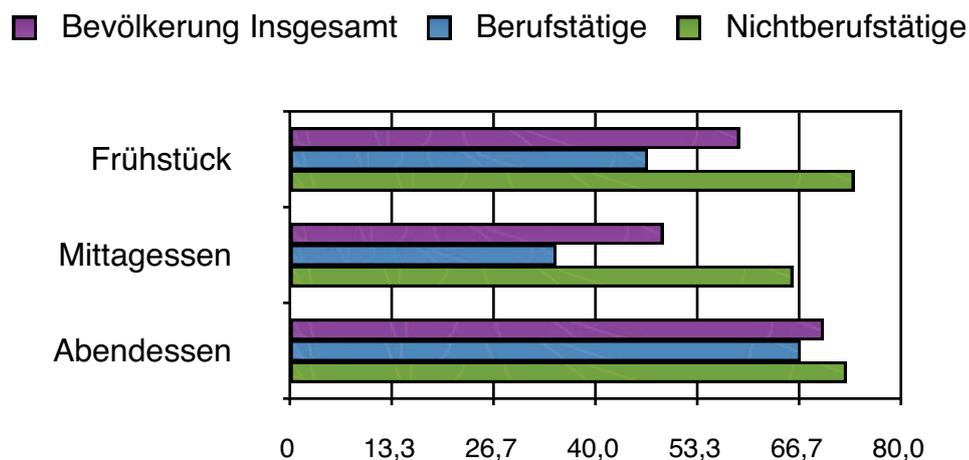
Abb. 16: Zeit als knappe Ressource

Jeder vierte Verbraucher hat daher Mühe, eine vernünftige Ernährung sicherzustellen.

Das Ernährungsverhalten Berufstätiger ist von Zeitknappheit geprägt. Sie nehmen sich hauptsächlich für das Abendessen richtig Zeit. Erwerbslose nehmen sich in der Regel für alle drei Tagesmahlzeiten genug Zeit. Nur knapp jeder zweite Berufstätige nimmt sich für das Frühstück Zeit. 35% nehmen sich Zeit für das Mittagessen. Für das Abendessen dagegen nehmen sich 67% der Berufstätigen Zeit. Entsprechend haben Berufstätige und Nichtberufstätige einen völlig unterschiedlichen Ernährungstageszyklus: Für 64% der Nichtberufstätigen, aber nur für ein Drittel der Berufstätigen ist das Mittagessen die Hauptmahlzeit. Da Berufstätige am ehesten das Abendessen entspannt und ohne Zeitdruck genießen können, ist für sie, anders als für die nicht

berufstätige Bevölkerung, das Abendessen die wichtigste und liebste Mahlzeit. Zeitknappheit prägt auch die Kochgewohnheiten: 36% der Bevölkerung, also knapp jeder zweite Berufstätige versucht, unter der Woche möglichst zeitsparend zu kochen. (Nestlé, 2009, S. 13,14,15)

Die Berufstätigen geben zu 54% das Abendessen als Lieblingsmahlzeit an. Insgesamt empfinden 41% der Bevölkerung das Abendessen als Lieblingsmahlzeit. Für das Abendessen wird sich daher auch am meisten Zeit genommen. Berufstätige nehmen sich oft nur für das Abendessen Zeit.



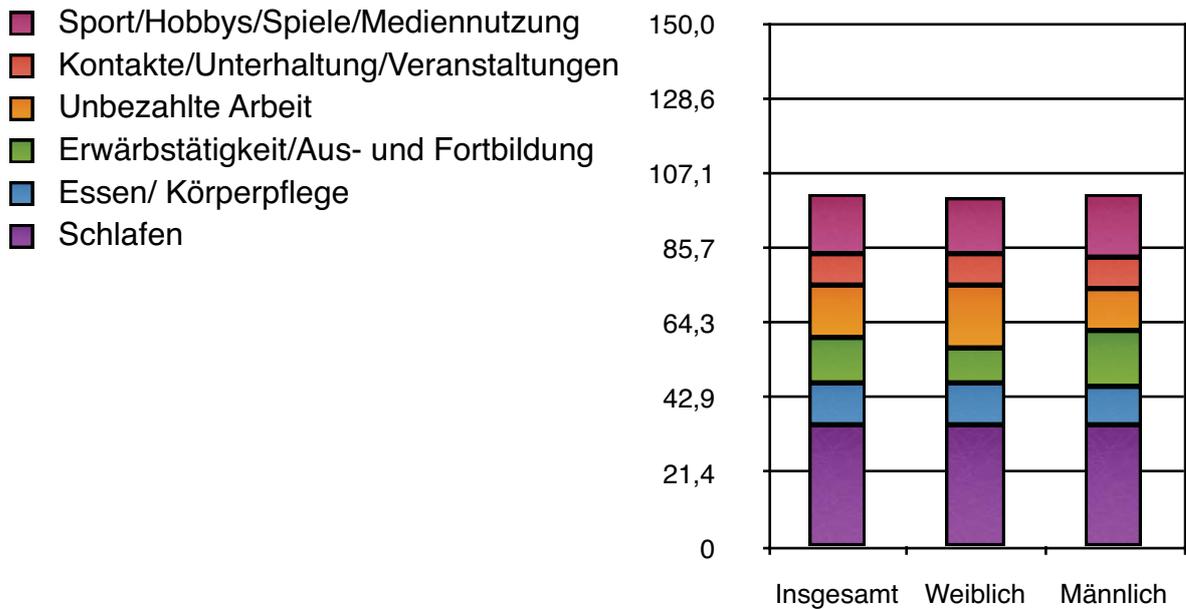
(Nestlé, 2009, S. 14)

Abb. 17: Zeitverteilung für die Hauptmahlzeiten

Es nehmen sich ca. 55% der Bevölkerung insgesamt Zeit für das Frühstück, ca. 50% für das Mittagessen und fast 70% Zeit für das Abendessen.

Gesamte Tageszeit-Verteilung im Überblick:

Personen ab 10 Jahren wenden durchschnittlich drei Stunden am Tag für Bildung und Erwerbstätigkeit auf, dreieinhalb Stunden werden mit unbezahlter Arbeit für Haushalt, Familie oder Ehrenamt verbracht. 1/3 der Tageszeit wird verschlafen. Für persönliche Dinge, wie Anziehen, Körperpflege und Essen benötigt der "Durchschnittsmensch" ca. 2 3/4 Stunden. 6 Stunden nehmen Freizeitaktivitäten ein. Im Vergleich zu den 90-Jahren wird in Deutschland weniger gearbeitet. Es steht mehr Zeit für Freizeit und persönliche Dinge zur Verfügung.



(bmfjsf, Statistisches Bundesamt, 2003, S. 6)

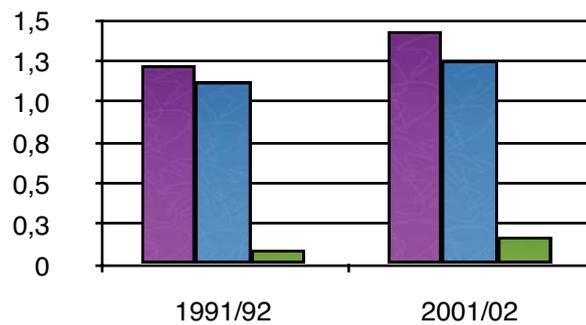
Abb. 18: Durchschnittliche Zeitverwendung (von Personen ab 10 Jahren), 2001/2002

Männer übernehmen durchschnittlich 37% der Haushaltsführung insgesamt, Frauen hingegen 63%. In den Paarhaushalten sind Männer hauptsächlich für Reparaturen und handwerkliche Aktivitäten zuständig. Sie beteiligen sich am Einkauf und der Haushaltsplanung. Dagegen kochen in Paarhaushalten nach wie vor überwiegend die Frauen.

Aus den Daten der gesamtdeutschen Zeitbudgeterhebung geht hervor, dass der/die bundesdeutsche Durchschnittsbürger/-in in den Jahren 1991/92 am Tag eine Stunde und 22 Minuten mit der Mahlzeiteneinnahme verbracht hat. Für die Essenszubereitung war allgemein meist die Frau verantwortlich, die im Durchschnitt eine Stunde und 25 Minuten für die Beköstigungsarbeit aufbrachte.

Wachsende Anforderungen im Beruf und im öffentlichen Leben und die damit verbundenen längeren außerhäuslich verbrachten Zeiten legen nahe, dass die Deutschen 2001/02 mehr Zeit mit dem Essen Außer Haus, aber weniger mit dem häuslichen Essen und dem Essen insgesamt verbrachten. Trotz zunehmender zeitlicher Belastung im Alltags- und Berufsleben nahmen sich die Deutschen 2001/02 mit einer Stunde und 43 Minuten im Durchschnitt jedoch mehr Zeit für das tägliche Essen als 1991/92. Der größte Teil davon entfällt auf das häusliche Essen und nicht auf die Außer-Haus-Verpflegung. Am Wochenende nehmen sich die Deutschen sogar durchschnittlich 24 Minuten mehr Zeit für die Beköstigung.

■ Essen insgesamt ■ Essen zu Hause ■ Essen außer Haus



(Statistisches Bundesamt, 2004, S. 114-119)

Abb. 19: Essen im Zeitvergleich 1991/92 und 2001/02 (in Std.:Min.)

Der Beköstigungsbereich bleibt der zeitintensivste bei den hauswirtschaftlichen Tätigkeiten, wobei das Zeitbudget für die Zubereitung von Speisen, trotz längerer Essenszeiten zurückgegangen ist. Eine Stunde und sechs Minuten wenden Frauen durchschnittlich für die Speisenzubereitung auf. Das sind 19 Minuten weniger als 1991/92. Frauen im Osten wenden mehr Zeit für die Mahlzeitengestaltung auf, als Frauen im Westen Deutschlands.

Die Zeitbudgeterhebungen zeigen, dass das klassische Mahlzeitemsystem der drei Hauptmahlzeiten fester Bestandteil des Alltagslebens in Deutschland ist. Die Hauptmahlzeiten werden in der Regel mit anderen zusammen eingenommen. Von einer Auflösung der herkömmlichen Mahlzeitenstrukturen kann daher nicht die Rede sein.

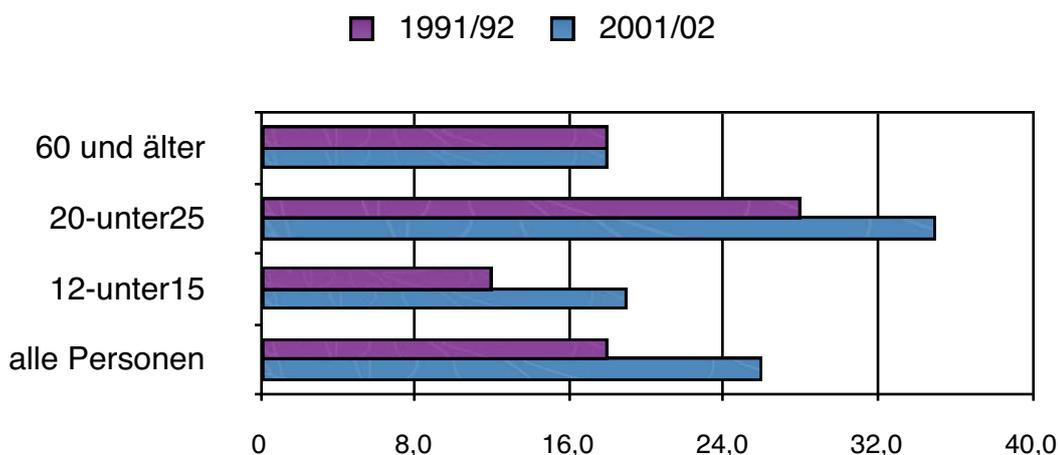
Außer-Haus essen 17,9% der Deutschen täglich. Nach wie vor gibt es feste Tageszeiten, zu denen gegessen wird. Mehr als 60% der Deutschen ab 12 Jahren nehmen das Frühstück zwischen 6 und 9 Uhr, das Mittagessen zwischen 12 und 14 Uhr und das Abendessen zwischen 18 und 20 Uhr ein. Derzeit werden dafür täglich 56 Minuten aufgewendet.

Die Zeit für Zwischenmahlzeiten ist deutlich gestiegen. Die Annahme, dass die Hauptmahlzeit der Deutschen nun auf den Abend verschoben ist, lässt sich anhand der Zeitumfänge der Mahlzeiteneinnahme nicht bestätigen. Deutsche verbringen Mittags zwischen 12 und 14 und Abend zwischen 18 und 20 Uhr im Durchschnitt 20 Minuten mit dem Essen. Abends finden sich mehr Menschen zum gemeinsamen Essen zu Hause ein.

Bei den Erwerbstätigen in Familienhaushalten mit Kindern gestaltet sich die Zeitaufwendung für die einzelnen Mahlzeiten anders- das Abendessen nimmt deutlich mehr Zeit in Anspruch als die Mittagsmahlzeit. Die Ausübung einer außerhäuslichen Berufstätigkeit ist offensichtlich bestimmend dafür, dass Menschen dem Essen am Abend mehr Zeit und Ruhe widmen.

Die Hauptmahlzeiten werden meist mit anderen Personen geteilt. "Die Anzahl derer, die täglich mindestens einmal Außer Haus essen, liegt gegenwärtig bei 26,1%. Wobei die Beteiligung in bestimmten Bevölkerungsgruppen, beispielsweise junge Erwachsene von 20 bis unter 25 Jahren und Erwerbstätige, weitaus höher liegt. Ohne die Dominanz der häuslichen Ernährungsversorgung „aufzubrechen“, hat das außerhäusliche Essen im Essalltag der Deutschen an Bedeutung zugenommen" (Statistisches Bundesamt, 2004, S.114-119).

Durchschnittlicher Beteiligungsgrad (Anteil aller Personen (Prozentsatz), die täglich mindestens einmal Außer Haus essen) von Personen ab 12 Jahren je Tag für die Aktivität Essen Außer Haus nach Alter im Zeitvergleich 1991/92 und 2001/02.

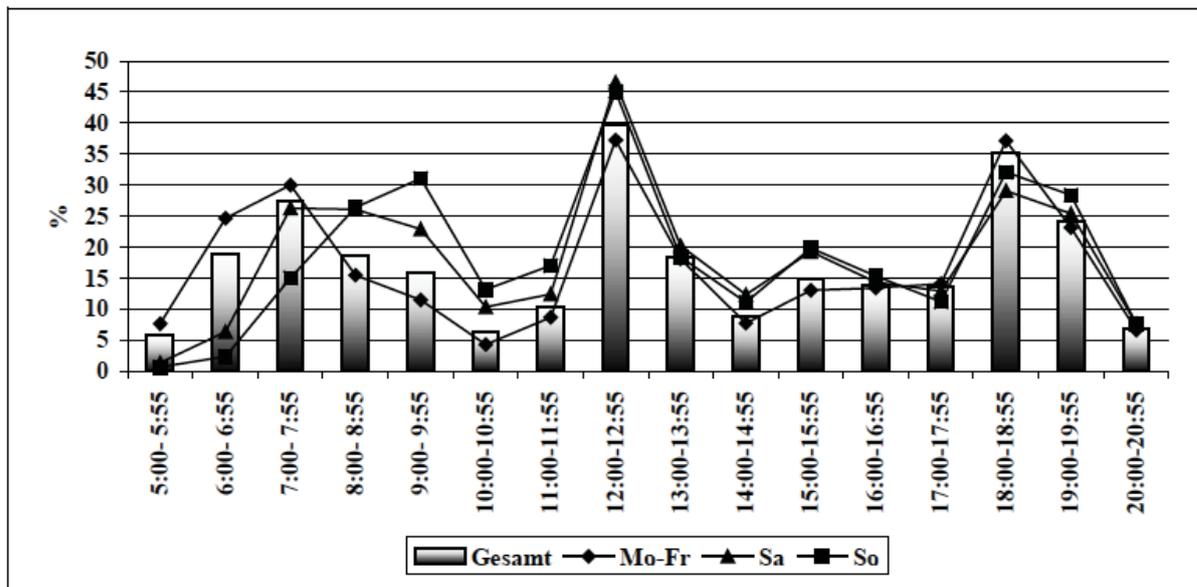


(Statistisches Bundesamt, 2004, S. 114-119)

Abb. 20: Essen Außer Haus 1991/92 und 2001/02

Der Außer-Haus-Verzehr hat von 1991 bis 2002 durch die höhere Beteiligung der jungen Menschen zwischen 12 und 25 Jahren an der AHV deutlich zugenommen.

Tagesverlauf der Mahlzeiteneinnahme gesamt und nach Wochentagen – Beteiligungsgrad –

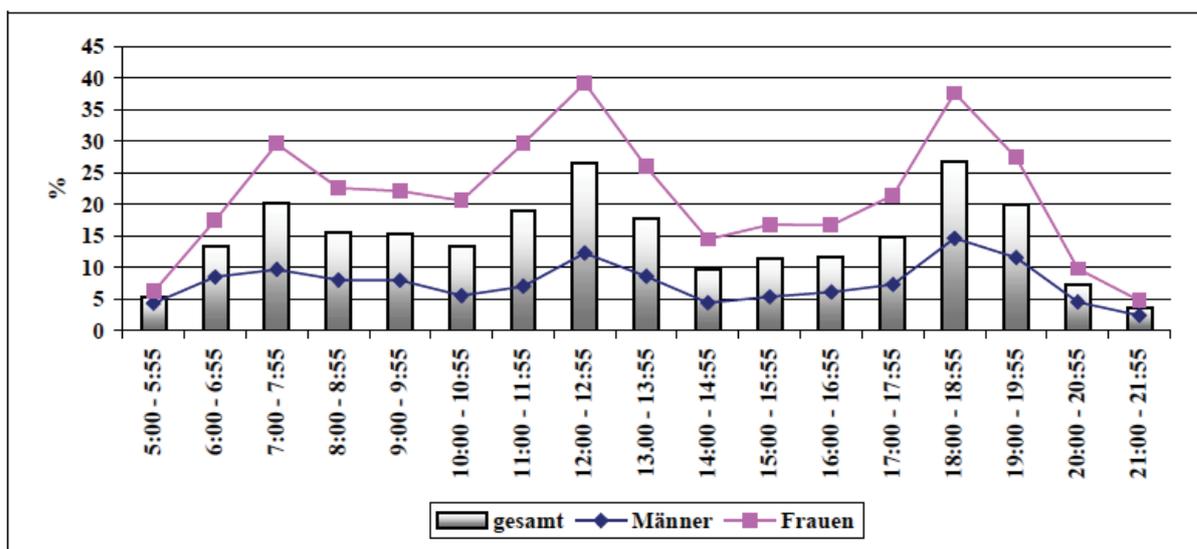


(Statistisches Bundesamt, 2001, S. 193)

Abb. 21: Beteiligungsgrad an der Mahlzeiteneinnahme

Hauswirtschaftliche Tätigkeiten der Beköstigung werden häufig zwischen 7 und 9 Uhr, zwischen 11 und 14 Uhr sowie zwischen 17 und 20 Uhr ausgeführt. Die Spitzen dieses Tagesverlaufs sind flacher als die der Mahlzeiteneinnahme und erstrecken sich jeweils über einen längeren Zeitraum. Dies weist auf Vor- bzw. Nachbereitungsphasen der Mahlzeiten hin.

Tagesverlauf der Tätigkeiten der Beköstigung nach Geschlecht – Beteiligungsgrad –



(Statistisches Bundesamt, 2001, S. 188-199)

Abb. 22: Tagesverlauf der Tätigkeiten der Beköstigung nach Geschlecht

In Abbildung 22 ist die unterschiedlich starke Beteiligung von Männern und Frauen bei der Nahrungszubereitung zu sehen. Frauen sind am Abend von 18 bis 20 Uhr fast ebenso stark mit hauswirtschaftlichen Tätigkeiten der Ernährung beschäftigt wie mittags zwischen 11 und 13 Uhr. Männer beteiligen sich in den Stunden von 12 bis 13 Uhr und von 18 bis 19 Uhr an Tätigkeiten der Beköstigung.

Im Mittel dauert eine Mahlzeit 30 min. Die Mahlzeiten, die zwischen 5 und 7 Uhr eingenommen werden, dauern ca. 20 min, zwischen 7 und 8 Uhr 25 min und zwischen 8 und 10 Uhr 29 min. Ab 9 Uhr beträgt die Verzehrsdauer ca. 30 min, wobei zwischen 12 und 13 Uhr 33 min und zwischen 18 und 19 Uhr 32 min erreicht werden. So sind Mahlzeiten am Morgen kürzer, als am Mittag und am Abend.

Am Wochenende nimmt man sich für das Essen mehr Zeit. Vor allem zwischen 11 und 13 Uhr sowie zwischen 15 und 17 Uhr dauert eine Mahlzeit länger, als an Werktagen. Die Essensdauer steigt auch mit Zunahme des Alters. Während Kinder bis 14 Jahre ca. 17 min lang zwischen 6 und 8 Uhr essen, liegen die Werte der über 65-Jährigen bei ca. 30 Minuten zu dieser Tageszeit.

Am Tag finden die drei klassischen Mahlzeiten Frühstück, Mittagessen und Abendessen hauptsächlich zu Hause statt. Das Frühstück und Abendessen ist eher unregelmäßig in der Zeitverteilung, jedoch findet das Mittagessen mehrheitlich zwischen 12 und 14 Uhr statt. Nachmittags findet häufig eine Zwischenmahlzeit statt. Mit Ausnahme der über 65-Jährigen wird für das Frühstück die wenigste Zeit aufgewendet. Bei Personen unter 50 Jahren steigt der Zeitanteil für das Essen zu Hause im Tagesablauf tendenziell an, so dass abends die längste Zeit mit Essen zugebracht wird. Bei den über 50-jährigen wird hingegen mittags länger gegessen. Auch beim Restaurantbesuch unterscheiden sich die Altersgruppen. Während die über 50-Jährigen in den Mittagsstunden mehr Zeit im Restaurant verbringen als abends, verhält es sich bei den jüngeren Altersgruppen umgekehrt. Kantinen werden von allen Altersgruppen nahezu ausschließlich zum Mittagessen aufgesucht (Statistisches Bundesamt, 2001, S. 202-208).

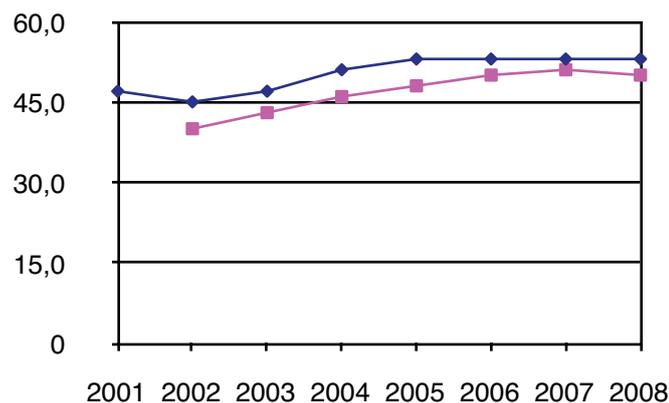
4.4 Berufstätigkeit der Frau

Durch die zunehmende Anzahl an Frauen auf dem Arbeitsmarkt, hat sich die Anzahl der Mütter in der Arbeitswelt erhöht. Dadurch hat sich auch die Gemeinschaftsverpflegung weiter entwickelt, denn die Versorgung der Kinder, in Schule und Kindertagesstätte, musste weiter ausgebaut werden. Kinder, die nach der Schule zu

Hause gegessen haben, essen heute in ihren Schulen zu Mittag. Laut dem Statistischen Bundesamt waren 2003 von 38,6 Millionen Erwerbstätigen in Deutschland 18,1 Millionen, also 46,9% Frauen. Verglichen mit dem Frauenanteil an der Gesamterwerbstätigkeit fünf Jahre zuvor, stieg der Frauenanteil von 1998 bis 2003 um 1,9 Prozentpunkte. Die Erwerbstätigkeitsquote bei Müttern (im Alter von 15 bis unter 65 Jahren mit ledigen Kindern) stieg in den alten Bundesländern von 39,7% im Jahr 1972 auf 60,8% im Jahr 2000. Im Jahr 2002 haben in den neuen Bundesländern Mütter mit mindestens einem Kind unter 15 Jahren eine Erwerbstätigenquote von 69,4%, in den alten Bundesländern beträgt diese Quote 61,1% (bmfsfj, Statistisches Bundesamt, 2003, S. 36).

Frauen sind nicht nur beruflich weiter gekommen. Auch die festgelegten Rollenbilder von Frauen und Männern lösen sich weiter auf. "Die Frauen-erwerbstätigkeitsquote ist seit 1980 von 50 auf mittlerweile 67% angestiegen. Parallel hat die Berufsorientierung von Frauen kontinuierlich zugenommen. Der Anteil der 20- bis 59-jährigen Frauen, die einen Beruf haben wollen, um dadurch unabhängig zu sein, ist seit dem Beginn dieses Jahrzehnts von 40 auf 50% gestiegen. Der Anteil der unter-60-jährigen Frauen, die sich als emanzipiert und selbstbewusst einschätzen, ist im selben Zeitraum von 47 auf 53% gestiegen" (Nestlé, 2009, S. 9).

- ◆ emanzipierten, selbstbewussten Frauen
- Frauen, die einen Beruf haben wollen, um dadurch unabhängig zu sein

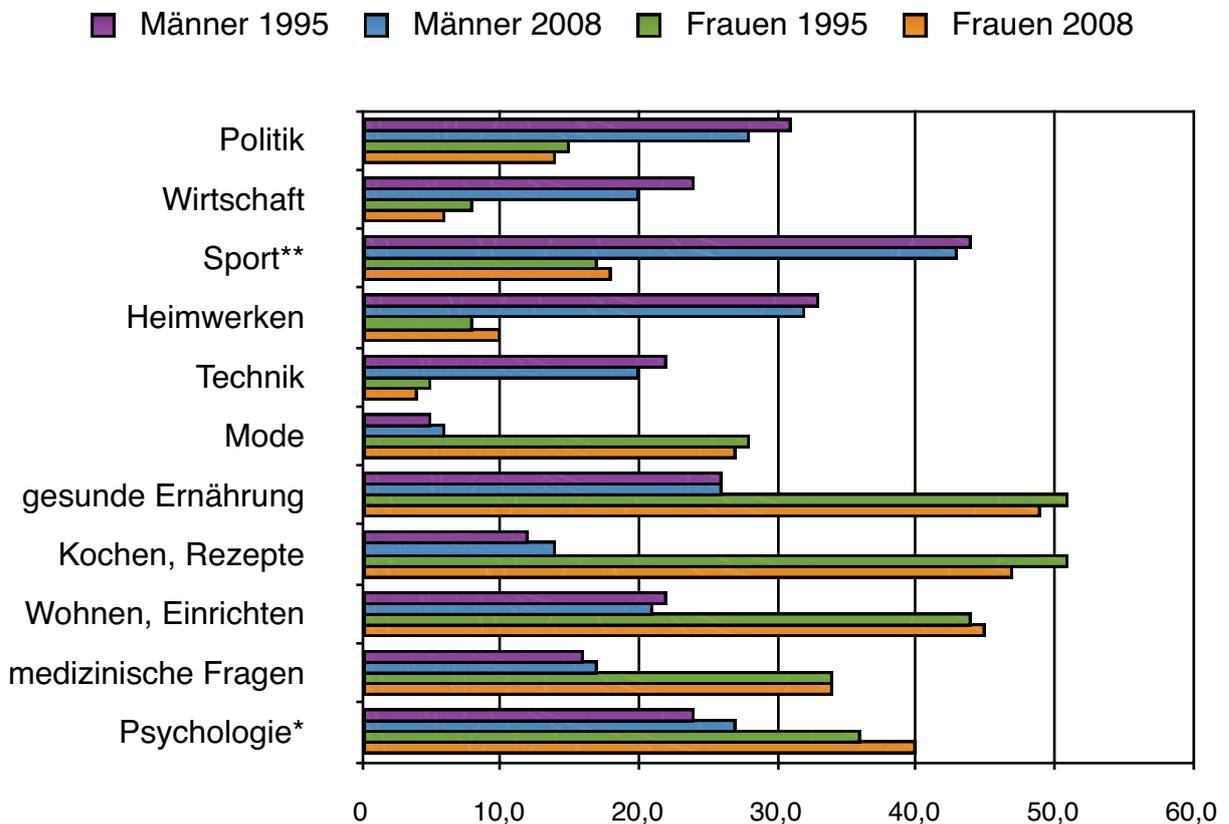


(Nestlé, 2009, S. 21)

Abb. 23: Gewandeltes Selbstverständnis von Frauen

Die Frauen, die einen Beruf ausüben um unabhängig zu sein, haben von 2002 bis 2008 um 10% zugenommen. Trotz des Unabhängigkeitsgefühls vieler Frauen sind die typischen Rollenmuster noch nicht verschwunden. Die Interessen von Männern

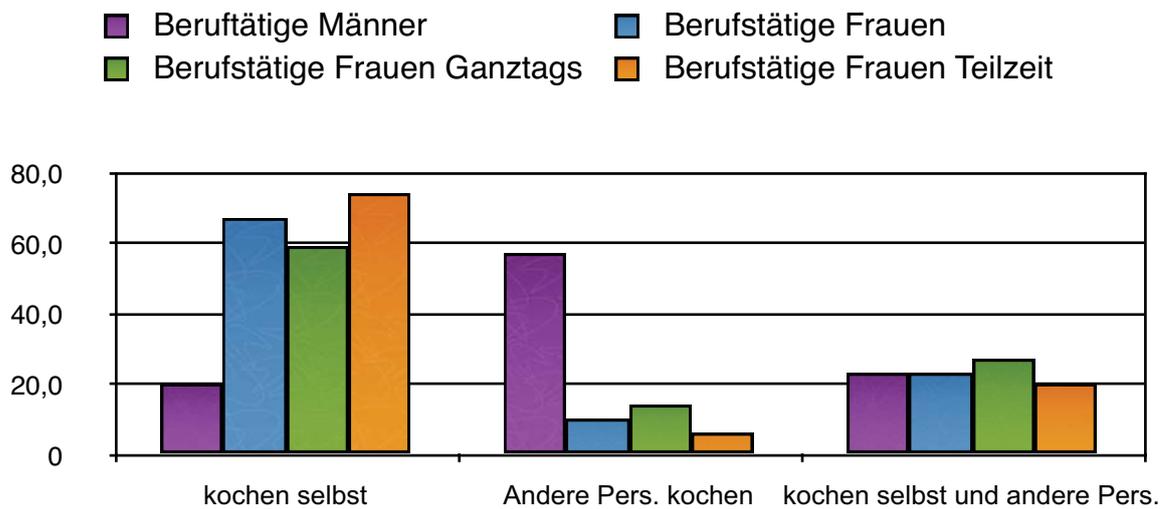
und Frauen gehen stark auseinander. Frauen interessieren sich sehr fürs Kochen und eine gesunde Ernährung. Daran liegt es wohl auch, das sie sich immer noch hauptsächlich für derartige Bereiche im Haushalt verantwortlich fühlen. "Langzeitanalysen zeigen, dass sich das Interessenspektrum von Männern und Frauen heute genauso unterscheidet wie vor rund anderthalb Jahrzehnten" (Nestlé, 2009, S. 9,10).



*Werte für 1998 und 2008; **Werte für 1996 und 2008; (Nestlé, 2009, S. 22)

Abb. 24: Trotz neuen Rollenverständnisses: Keine Angleichung der Themeninteressen von Männern und Frauen

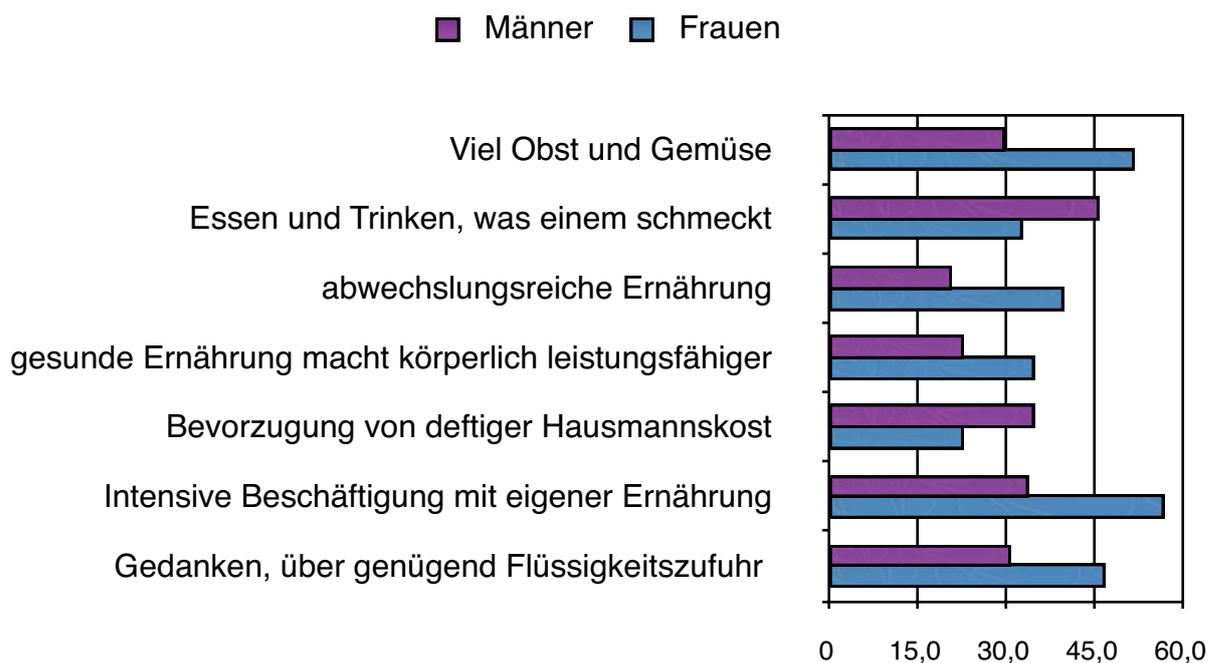
Frauen sind besonders Interessiert an gesunder Ernährung, Kochen und ihrem häuslichen Umfeld. Das erklärt vielleicht auch warum nur 21% der Männer, aber 73% der Frauen im Haushalt kochen. Männer interessieren sich besonders für Sport, Politik und das Heimwerken. Die typischen Rollenmuster scheinen in den Interessen der verschiedenen Geschlechter verwurzelt. Von den berufstätigen Männern kochen 20% im Haushalt. Von den berufstätigen Frauen kochen dagegen 67%. Selbst ganztags berufstätige Frauen berichten mehrheitlich, dass sie im Haushalt für das Kochen zuständig sind.



(Nestlé, 2009, S. 10)

Abb. 25: Kochen im Haushalt nach Geschlecht und Berufstätigkeit

Intensiv beschäftigen sich 57% der Frauen mit der eigenen Ernährung, bei den Männern sind es nur 34%.



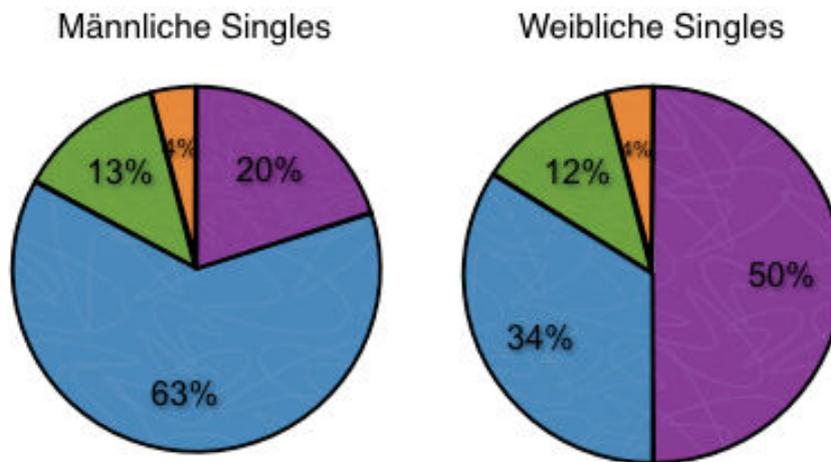
(Nestlé, 2009, S. 11)

Abb. 26: Ernährungswelten (nach Geschlecht)

Männliche Singles (zwischen 20 und 59 Jahren) setzen sich besonders wenig mit der eigenen Ernährung auseinander. Von Ihnen beschäftigen sich nur 20% intensiver mit der eigenen Ernährung. Dagegen setzen sich 50% der weiblichen Singles in diesem Alter intensiv mit ihrer eigenen Ernährung auseinander.

Frage: Wie viele Gedanken machen sie sich über ihre Ernährung?

- Es denken sehr viel über die eigene Ernährung nach
- Nicht viel
- Kaum/gar nicht
- keine Angabe



(Nestlé, 2009, S. 22)

Abb. 27: Gedanken von Singles über die eigene Ernährung (nach Geschlecht in Prozent)

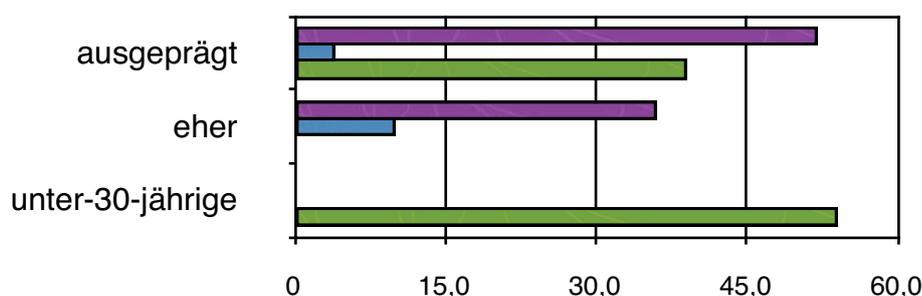
Männliche Singles denken kaum über ihre Ernährung nach.

Frauen tendieren stärker als Männer dazu, Ernährung auch unter weltanschaulichen Kategorien zu bewerten. Sie sind daher stärker sensibilisiert für die Methoden der Tierhaltung und der generellen Nahrungsmittelproduktion. Sie haben eine stärkere Präferenz für Bio-Produkte und eine ausgeprägtere Neigung zu den traditionellen Methoden der Landwirtschaft. (Nestlé, 2009 S. 9,10,11)

5. Ist- Zustand: Gemeinschaftsverpflegung in Deutschland

Ernährung ist verknüpft mit psychischen, physischen, sozialen, kulturellen, wirtschaftlichen und politischen Faktoren. Sie haben alle Einfluss auf das Ernährungsverhalten. Dies ist auch die Ursache für einen stetigen Wandel der Nahrung in einer Gesellschaft, die auch den Wandel der Mahlzeitenmuster in der Gemeinschaftsverpflegung zur Folge hat. Der Zustand einer Gesellschaft beeinflusst in so fern die GV, da GV nur erfolgreich sein kann, wenn sie einen Nutzen für die Menschen darstellt und ihnen das Leben zu einem gewissen Teil erleichtert. Dazu ist es wichtig das die Gemeinschaftsverpflegung den Menschen genügend Anreize gibt, sie in Anspruch zu nehmen, beispielsweise dadurch, das sie den Menschen Arbeit abnimmt, ihnen hilft Zeit einzusparen, gesundheitsförderlich ist, satt macht, das Essen gut schmeckt und der Verzehrort gesellig ist. Die GV muss sich an den kulinarischen Vorlieben ihrer Kunden orientieren und auf neue Ernährungstrends in Ihrem Speisenangebot eingehen. Essen und Trinken in der Gemeinschaft ist als soziale Komponente von großer Bedeutung. Zu einem gelungenen Essen gehört eine gute Gesellschaft. "88% der Bevölkerung genießen Essen meistens zusammen mit anderen: Diese Gemeinschaftstiftende Funktion von Mahlzeiten wird künftig an Bedeutung zunehmen. In der hektischen, von heterogenen und teilweise entstrukturierten Tagesabläufen gekennzeichneten Gesellschaft muss Gemeinschaft verstärkt bewusst organisiert werden. Gemeinsame Mahlzeiten bieten Anlässe für die Pflege sozialer Kontakte – in einer Gesellschaft, in der soziale Kontakte immer wichtiger werden" (Nestlé, 2009, S. 16,17).

- Es genießen Essen am meisten mit Anderen zusammen
- Es genießen Essen alleine
- Es treffen sich mehrmals im Monat mit Freunden zum Essen



(Nestlé, 2009, S. 16)

Abb. 28: Das Gemeinschaft-stiftende Potential der Ernährung

52% der Deutschen genießen das Essen mit anderen zusammen. Essen ist nach den Idealvorstellungen ein Gemeinschaftserlebnis.

Die Außer-Haus-Verpflegung teilt sich auf in Gastronomie und Gemeinschaftsverpflegung. Zur Gemeinschaftsverpflegung gehört die Betriebsverpflegung, die Anstalts- und Schulverpflegung und die Verpflegung in Kindertagesstätten. Bundesweit gibt es derzeit ca. 47.000 Tageseinrichtungen für Kinder mit ca. 2,6 Mio. Kindern, 12.000 Ganztagschulen mit ca. 1,7 Mio. Schülern, 10.000 Betriebsrestaurants und ca. 14,5 Mio. Berufstätige und 10.000 stationäre Senioreneinrichtungen mit ca. 660.000 Bewohnern. Ca. 320.000 Menschen nehmen an "Essen auf Rädern" teil. Es gibt ca. 3.000 Anbieter (Arens-Azevedo, U., Zahlen erhoben für den Nationalen Aktionsplan, 2008).

Eine erfolgreiche GV orientiert sich an den Wünschen der Kunden und versucht zusätzlich eine gesunde und abwechslungsreiche Verpflegung zu gewährleisten. Zur Verbesserung der Qualität in der Gemeinschaftsverpflegung sind in den vergangenen Jahren die Qualitätsstandards der Verpflegung in Kindertageseinrichtungen, -in Schulen, -in Betrieben und -in stationären Senioreneinrichtungen veröffentlicht worden.

Die richtige Ernährung ist sehr entscheidend für Gesundheit, Entwicklung und geistige Ausgeglichenheit. Nahrung sollte physisch und psychisch Wohlbefinden und Befriedigung verschaffen, denn Ernährungsfehlverhalten kann die Ursache für Krankheiten sein. Daher hat die Gemeinschaftsverpflegung eine besondere Verantwortung ihren Kunden gegenüber.

Die GV muss sich aber auch an den Wünschen des Kunden orientieren um erfolgreich und wirtschaftlich zu sein.

Ernährungsgewohnheiten sind oft anerzogen. Daher schmeckt jedem das gut, was dem was er kennt, geschmacklich am nächsten kommt. Es ist also Aufgabe der GV eine Balance zwischen einem schmackhaften Angebot und einem gesundheitlichen Beitrag innerhalb ihrer Verpflegung zu leisten. Jedoch spielt nicht nur der Genuss- und Gesundheitswert eine Rolle. Anspruchsvollen Kunden ist es wichtig, dass auch ökologische, sowie sozio-kulturelle Aspekte berücksichtigt werden. Daneben muss sich ein GV-Verantwortlicher auch über den Eignungswert seiner Verpflegung Gedanken machen und muss politische und rechtliche Bestimmungen einhalten.

Einfluss auf den Erfolg von Gemeinschaftsverpflegung haben unterschiedliche Faktoren, jedoch vor allem, eine hohe Qualität der Speisen. Wichtig für den GV-Kunden sind u.a.: Angebot, Geschmack, sensorische Eigenschaften der Speisen, der

gesundheitliche Nutzen des Essens, die Bekömmlichkeit, die Natürlichkeit und frische der Waren und die Hygiene der Einrichtung. Wichtig für den Kunden ist darüber hinaus ein zeitsparender Verpflegungsablauf, die Berücksichtigung von Essgewohnheiten, ein ansprechendes Ambiente des Speisesaals, der Standort sowie der Preis der Gerichte bzw. das Preis-Leistungs-Verhältnis. Für den Betreiber ist die Wirtschaftlichkeit, durch ein gutes Management und eine gute Planung entscheidend.

Ich stelle die derzeitige Situation in der Gemeinschaftsverpflegung anhand der Betriebsverpflegung dar. Über die Zahl der Betriebe in Deutschland die eine Verpflegung für ihre Mitarbeiter anbieten, existieren keine amtlichen Statistiken. Daher nutze ich für die Darstellung der Betriebsverpflegung in Deutschland, eine Erhebung aus dem Ernährungsbericht 2008. Die Daten stammen aus einer repräsentativen Telefonbefragung.

In Nordrhein-Westfalen ist die Betriebsverpflegung 2008, zu 21,6% ausgebaut, gefolgt von Baden-Württemberg mit 18,4% und Bayern mit 16,5%. Die meisten Einrichtungen kochen selbst. Der Anteil mit teilweiser oder ganzer Selbstherstellung der Speisen in den Einrichtungen liegt bei ca. 75%. Die Tab. 7: "Darstellung der Betriebsverpflegung in Deutschland im Jahr 2008", befindet sich im Anhang B auf S. XVII.

Sehr häufig (zu 90%) werden vegetarische Menüs in das Angebot integriert. Diese gehören bereits zum Standard in der GV. 58% der Einrichtungen integrieren täglich ein vegetarisches Menü in ihren Speiseplan. Und auch Bioprodukte kommen teilweise zum Einsatz. 33% der Einrichtungen bieten ökologisch erzeugte Lebensmittel an. Eine vollständige Umstellung des Speiseplanangebotes durch ausschließlich ökologisch erzeugte Lebensmittel wird nur sehr selten (2,3%) realisiert. Viele selbstkochende Einrichtungen (18%) bieten Bio-Gerichte im Rahmen von Aktionen an. Bevorzugte Produktgruppen bei Bio-Angeboten der selbstkochenden Einrichtungen sind Gemüse, Salate, Fleisch und Kartoffeln.

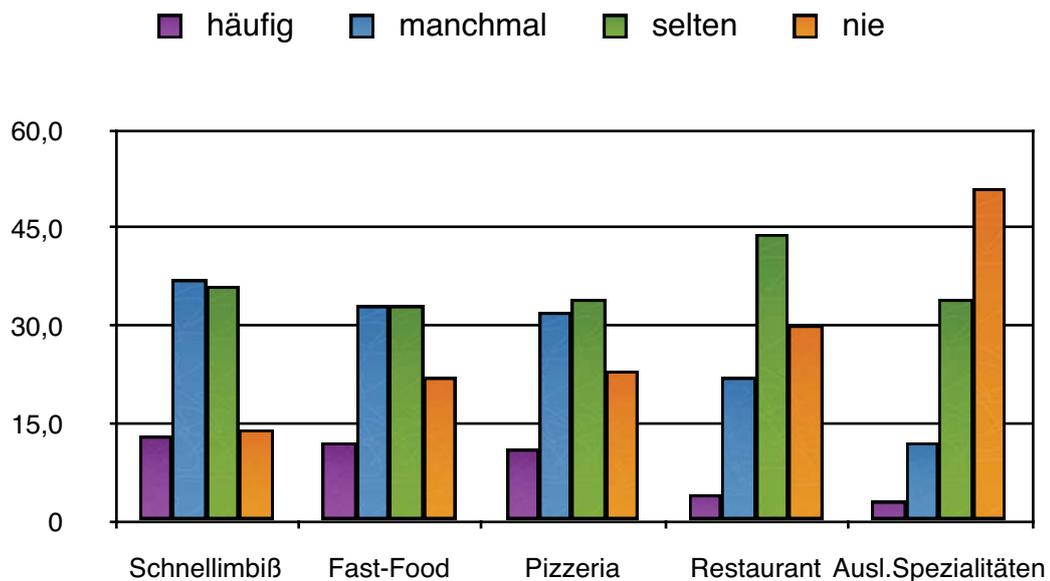
Suppen sind in 74% fester Bestandteil des Gesamtangebots selbst kochender Einrichtungen. Salate über Salatthecken sind in 75% der Einrichtungen Standard. Die Tab. 8: "Überblick über die verschiedenen Speisen- und Menüangebote", befindet sich im Anhang B auf der S XVIII.

6. Veränderungen im Ernährungsverhalten in der Bundesrepublik Deutschland von 1980 bis 2010

Veränderungen im Ernährungsverhalten haben die unterschiedlichsten Ursachen. Gründe für einen gesellschaftlichen Ernährungswandel sind auf Veränderungen innerhalb der Deutschen Gesellschaft zurück zu führen. Strukturveränderungen, die Altersstruktur einer Gesellschaft, der Lebensstil, veränderte Einkommensverhältnisse in der Gesellschaft, veränderte Arbeitsbedingungen, die Haushaltsgrößen, Veränderungen auf dem Lebensmittelmarkt, die Orientierung an der Gesundheit oder dem Genuss von Nahrung aber auch neue wissenschaftliche Erkenntnisse oder neuartige Technologien können ein anderes Ernährungsverhalten zur Folge haben. Das Ernährungsverhalten richtet sich natürlich auch nach dem Lebensmittelangebot.

Besondere Ernährungsprobleme 1980, laut dem Ernährungsbericht 1984 der DGE:

- Süßigkeiten: "Nach Angaben der Mütter essen ihre Kinder sehr häufig (9%), ziemlich häufig (41%), weniger häufig (49%) oder nie (1%) Süßigkeiten" (DGE, 1984, S. 132).
- Alkohol: "Die Analyse der Ernährungserhebung schätzt den durchschnittlichen Alkoholkonsum bei Jugendlichen, die Angaben über den eigenen Konsum an alkoholischen Getränken gemacht haben, auf 13g/Tag (männliche Jugendliche 15g, weibliche Jugendliche 10g)" (DGE, 1984, S. 134).
- Fast Food: "Das Gastronomieangebot ist seit 1971 in der Bundesrepublik Deutschland vor allem in größeren Städten durch Restaurantbetriebe erweitert worden, die standardisierte Spezialitäten, genannt "Hamburger", in einer Mischung zwischen unkomfortablem Stehimbiss und kühler Atmosphäre eines Schnellrestaurants anbieten. Allein die zentral organisierten, als Kettenbetriebe geführten "Fast-Food-Restaurants" erreichen mit ca. 250 Unternehmen etwa 5% des gesamten Umsatzes in der Gastronomie. In der Öffentlichkeit herrscht die Vorstellung, dass gerade Jugendliche von dieser Art der, aus den USA kommenden, Gastronomie sehr angesprochen werden. Es wurden bereits im Analogieschluss vielfach Merkmale dieser Restaurants auf die jugendliche Generation schlechthin übertragen. Hierbei ist sogar von einem "Verfall der Esskultur" die Rede" (DGE, 1984, S. 135).



(DGE, 1984, S. 136)

Abb. 29: Prozentuale Häufigkeit der Besuche verschiedener Speiselokale durch Jugendliche (13 bis unter 18 Jahre).

Die Abbildung 29 zeigt, dass Jugendliche ab und zu im Schnellimbiss, in der Pizzeria und im Fast-Food-Restaurant essen. 11-13% machen dies häufig. Dies ist als ungünstig zu bewerten.

Ergebnisse der Verbundstudie Ernährungserhebung und Risikofaktoren-Analytik (VERA) 1987/88: In der repräsentativen Querschnittsstudie VERA wurde für die (alte) Bundesrepublik Deutschland die Verbreitung von Risikofaktoren untersucht. " In einer für alle Regionen, Altersklassen und Jahreszeiten repräsentativen Stichprobe von 2006 Bundesbürgern (älter als 18 Jahre) wurde neben dem relativen Körpergewicht und klinisch-chemischen Risikoindikatoren die Versorgung mit wichtigen essentiellen Nährstoffen untersucht" (DGE, 1992, S. 30). Kurze Zusammenfassung der Ergebnisse:

- Starke altersabhängige Zunahme übergewichtiger Männer bei den 18-24-Jährigen von 18% (darunter 1,8% mit Adipositas) bis zu den 55-64jährigen auf 74,9% (darunter 21,8% mit Adipositas). Eine massive Adipositas besteht bei 0,4% der untersuchten Personen.
- Entwicklungen bei den Frauen sind ähnlich, jedoch nicht so stark ausgeprägt wie bei den Männern.
- Häufigkeit stark erhöhter Cholesterinspiegel (>250 mg/dl) nimmt mit dem Alter deutlich zu. Während diese bei den 18bis 24-jährigen Frauen und Männern noch

unter 3% liegen, werden bereits bei den 35- bis 44-Jährigen bei über 20% der Männer und bei 12% der Frauen erhöhte Cholesterinspiegel (>250 mg/dl) festgestellt. Bei den 55- bis 64-Jährigen steigen diese Anteile bei den Männern auf 32% und bei den Frauen auf 46%. Werte über 200 mg/dl weisen bei den über 55-Jährigen 75% der Männer und über 85% der Frauen auf.

- 20% der Männer über 35 Jahre haben erhöhte Triglyzeridkonzentrationen (>200mg/dl).
- 6% der jüngeren Altersgruppen weisen eine erhöhte Harnsäurekonzentration auf. Der Anteil steigt mit zunehmendem Alter bis auf ca. 20% an. Erhöhte Harnsäurespiegel wurden bei Frauen nur selten beobachtet.
- Die Versorgung mit Vitamin A ist bei 96% der Teilnehmer gut.
- Niedrige Vitamin D Werte treten im Winter bei 5% der Teilnehmer und im Frühjahr bei 11% der Teilnehmer auf.
- Die Versorgung mit Vitamin E ist bei 95% der Teilnehmer im Referenzbereich.
- Männer haben oft niedrigere β -Carotinoid- und Vitamin C-werte, je nach Alter haben 10-20% niedrige β -Carotinoidkonzentrationen im Plasma. Bei Rauchern liegen in 30% der Fälle die Vitamin-C-Werte unter dem Referenzwert.
- Die Versorgung mit Thiamin (Vitamin B1), Riboflavin (Vitamin B2) und Vitamin B6 sind gewährleistet.
- Die Versorgung mit Niacin ist ausreichend, jedoch bei Frauen meist niedriger als bei Männern.
- 95% der Gesamtbevölkerung sind ausreichend mit Vitamin B12 versorgt.
- 17,7% der jungen Frauen haben eine zu geringe Eisenaufnahme.
- Die Versorgung mit Magnesium, Zink, Selen und Kupfer ist günstig.
- Die Versorgung mit Jod ist bei weitem nicht ausreichend. Die mittlere Jodausscheidung beträgt rund 66 μ g/g Kreatinin. (DGE, 1992, S. 37)

"Die Zusammenstellung der Verbreitung ernährungsbedingter Risikofaktoren zeigt, dass in der Bundesrepublik Deutschland die Hauptprobleme für die Gesundheit von der weit verbreiteten Überernährung ausgehen" (DGE, 1992, S. 44). Die Nährstoffversorgung ist weitestgehend ausreichend.

Konsumvergleich 80er und 90er Jahre

Laut den Daten des Ernährungssurveys, der Teil des Bundes-Gesundheitssurveys 1998 ist, sowie des Nationalen Gesundheitssurveys 1990-92 hat sich der Konsum von Brot in Gesamtdeutschland in den 90er Jahren kaum verändert. Im Osten

Deutschlands wurden weniger häufig Frühstückszerealien gegessen als im Westen Deutschlands. Die Konsumhäufigkeit von Quark und Joghurt hat zugenommen. Diese Lebensmittel wurden von Frauen häufiger konsumiert als von Männern. Es wurden mehr Nudeln und weniger Kartoffeln gegessen, die Konsumhäufigkeit von Pommes Frites hat weiter zugenommen. In der Häufigkeit des Konsums von Keksen und Kuchen sowie frischem Obst hat sich kaum etwas verändert. Im Osten Deutschlands wurde mehr Obst verzehrt als im Westen Deutschlands. Der Konsum von Rohkost und Salaten ist dagegen in Gesamtdeutschland deutlich gestiegen. Der Verbrauch von Konservengemüse hat abgenommen. Der Verbrauch von Fleisch hat seit Anfang der neunziger Jahre leicht zugenommen. Der Verzehr von Wurstwaren wurde weniger. Im Osten Deutschlands wurde mehr Wurst als im Westen gegessen (Gert Mensink et al., 2002, S. 125,126). (Siehe Anhang A, S. XI, Abb. 19/20: "Bevölkerungsanteile mit täglichem oder fast täglichem Verzehr einiger Lebensmittel im Zeitvergleich, Männer/Frauen, Angaben in Prozent"). Der Vergleich der Verzehrsmengen mit den Daten der VERA- Studie (1987-1988) zeigt viele Übereinstimmungen obwohl unterschiedliche Ernährungserhebungsmethoden zum Einsatz kamen. Es ist ein Anstieg im Getreide-, Gemüse- sowie Obstkonsum Ende der 90er-Jahre, im Vergleich zu den 80er-Jahren zu beobachten. Der Fischkonsum hat sich nicht verändert. Der Konsum von Wurstwaren ist zurückgegangen und der von Fleisch hat zugenommen. Es werden weniger Eier als in den 80er-Jahren gegessen, jedoch wird mehr Milch und Käse konsumiert. Der Verzehr von Fetten ist deutlich gesunken. Es ist ein Anstieg des Konsums von nicht-alkoholischen Getränken zu erkennen.

Differenzen im Ernährungsmuster zwischen den neuen und alten Bundesländern sind noch zu erkennen, wobei sich das Ernährungsverhalten angeglichen und insgesamt verbessert hat. Jedoch essen ostdeutsche Männer mehr Brot, Kuchen, Obst, Wurstwaren, Fisch und Innereien und trinken mehr Bier und Erfrischungsgetränke als westdeutsche Männer. Ostdeutsche Männer essen weniger Getreide, Nudeln, Blattgemüse und Süßwaren und trinken weniger Wein, Tee und Wasser als westdeutsche Männer. Ostdeutsche Frauen konsumieren auch mehr Brot, Obst, Fisch und Innereien und mehr Fleischwaren als westdeutsche Frauen. Frauen im Osten Deutschlands nehmen weniger Getreide, Nudeln, Süßwaren, Gemüse, Blattgemüse, Kartoffeln, tierisches Fett und Trinkwasser zu sich als Frauen im Westen. Die ernährungsphysiologische Bewertung der Unterschiede im Ernährungsverhalten zwischen Ost- und Westdeutschland lässt folgende Schlüsse zu. Ostdeutsche haben vermutlich eine höhere Aufnahme von Vitamin A, D und B12

als die Westdeutschen. Die ostdeutschen Frauen haben jedoch eine geringere Vitamin E Aufnahme als die westdeutschen Frauen. Im Osten haben insgesamt mehr Menschen eine Ballaststoff-, Vitamin-E-, Kalzium- und Magnesiumaufnahme unterhalb der Empfehlungen und weniger Personen eine Vitamin B1-, B12- und Vitamin D- Aufnahme unterhalb der Referenzwerte. Trotz des unterschiedlichen Ernährungsverhaltens in Ost und West, ist kein günstigeres Ernährungsmuster in einem der beiden Teile Deutschland zu erkennen.

Die Daten des Ernährungssurveys 1998 zeigen im Vergleich zu früheren Erhebungen einige positive Entwicklungen im Ernährungsverhalten der Deutschen auf. Der Energieanteil, durch Fette ist zurück gegangen. Der Anteil an Gemüse und Kohlenhydraten ist gestiegen. Jedoch gibt es auch noch viel zu bemängeln. Es wird immer noch zu wenig Obst und Gemüse gegessen. Der Anteil an Übergewichtigen ist zu hoch. Der Alkoholkonsum ist zu hoch und ältere Menschen trinken zu wenig und weisen Nährstoffmängel auf. "Der durchschnittliche Energieanteil von Fetten in der Ernährung hat sich zwar mit derzeit etwa 33% gegenüber den 40%, die noch vor mehr als zehn Jahren in der VERA-Studie ermittelt wurden, deutlich verringert. Dies sollte jedoch nicht darüber hinwegtäuschen, dass ein erheblicher Teil der Bevölkerung einen sehr hohen Fettkonsum aufweist" (Gert Mensink et al., 2002, S.135).

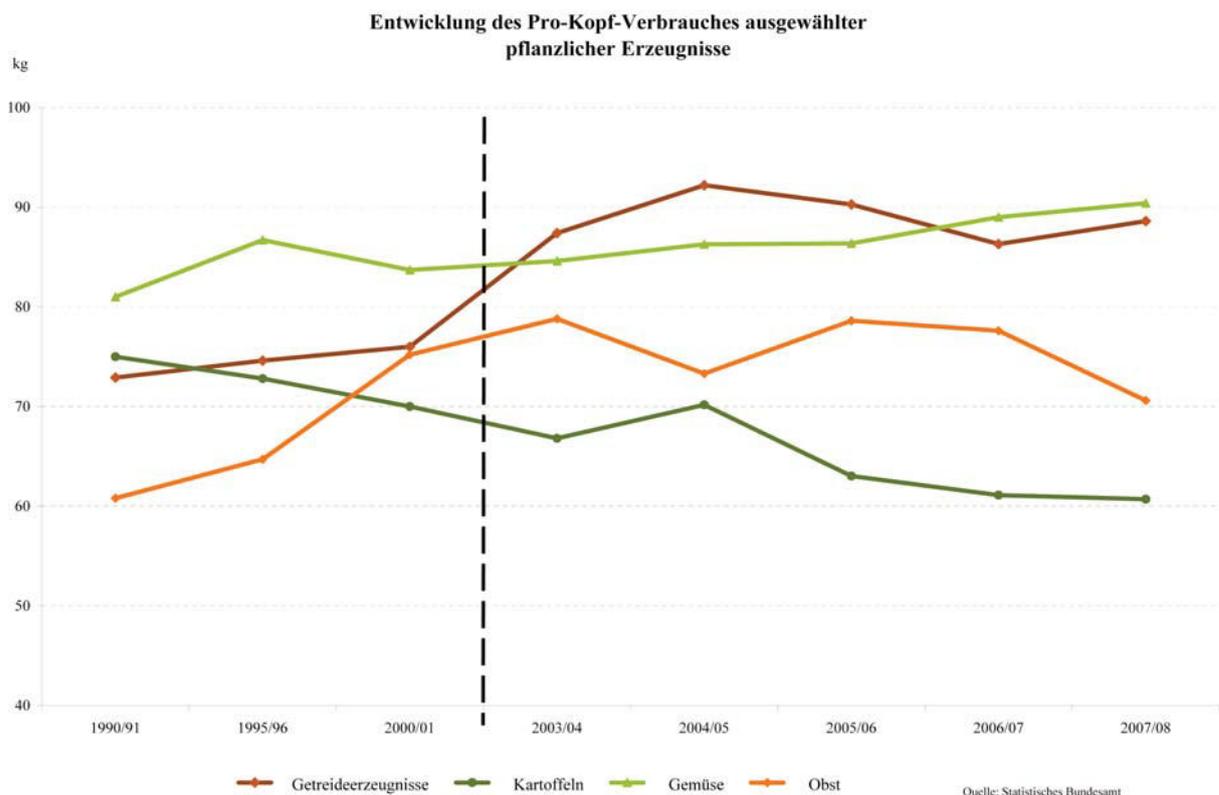
Weitere Unterschiede zwischen Ost- und Westdeutschland machen sich an den Lieblingsessen der Bürger in den verschiedenen Regionen bemerkbar (Siehe Anhang A, S. IX, Abb. 17: Lieblingsessen/-gerichte in Ost und West). Kartoffeln waren in Ost- und Westdeutschland beliebt, ebenso wie Klöße und Salat, wobei letzterer im Westen doch deutlich lieber gegessen wurde. Im Osten Deutschlands wurden darüber hinaus gerne Geflügelgerichte, Rouladen, Pommes Frites, Rotkraut und Erbsen gegessen, im Westen gab es lieber Steak und Pommes Frites. Die Ernährungsgewohnheiten und Vorlieben scheinen also in Ost- und Westdeutschland verschieden zu sein.

Ich gehe weiter auf die Ernährung in der DDR ein, auf Veränderungen im Lebensmittelverbrauch in Deutschland zwischen 1980 und 2010, auf die Nationalen Verzehrsstudien u. a. Ernährungserhebungen und stelle die Veränderungen in der Gemeinschaftsverpflegung dar. Veränderungen im Ernährungsverhalten der Deutschen Bürger werden in den Ernährungsberichten der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) aufgezeigt. Die DGE nutzt dafür verschiedene Quellen, unter anderem die Agrarstatistik, die Daten der Einkommens- und Verbraucherstichprobe (EVS) oder Daten der ersten und zweiten Nationalen Verzehrsstudie.

6.1 Veränderungen im Lebensmittelverbrauch in Deutschland

Die Ernährungssituation in der BRD hängt von den Lebensmitteln ab, die mit der Nahrung zugeführt werden. Die Lebensmittel- und Nährstoffzufuhr wird mithilfe von verschiedenen Erhebungen ermittelt. Diese können Informationen zu verfügbaren, verbrauchten oder verzehrten Lebensmitteln liefern. Aus diesen Erhebungen werden durch die Anwendung einschlägiger Datenbanken, die Nährstoffmengen ermittelt.

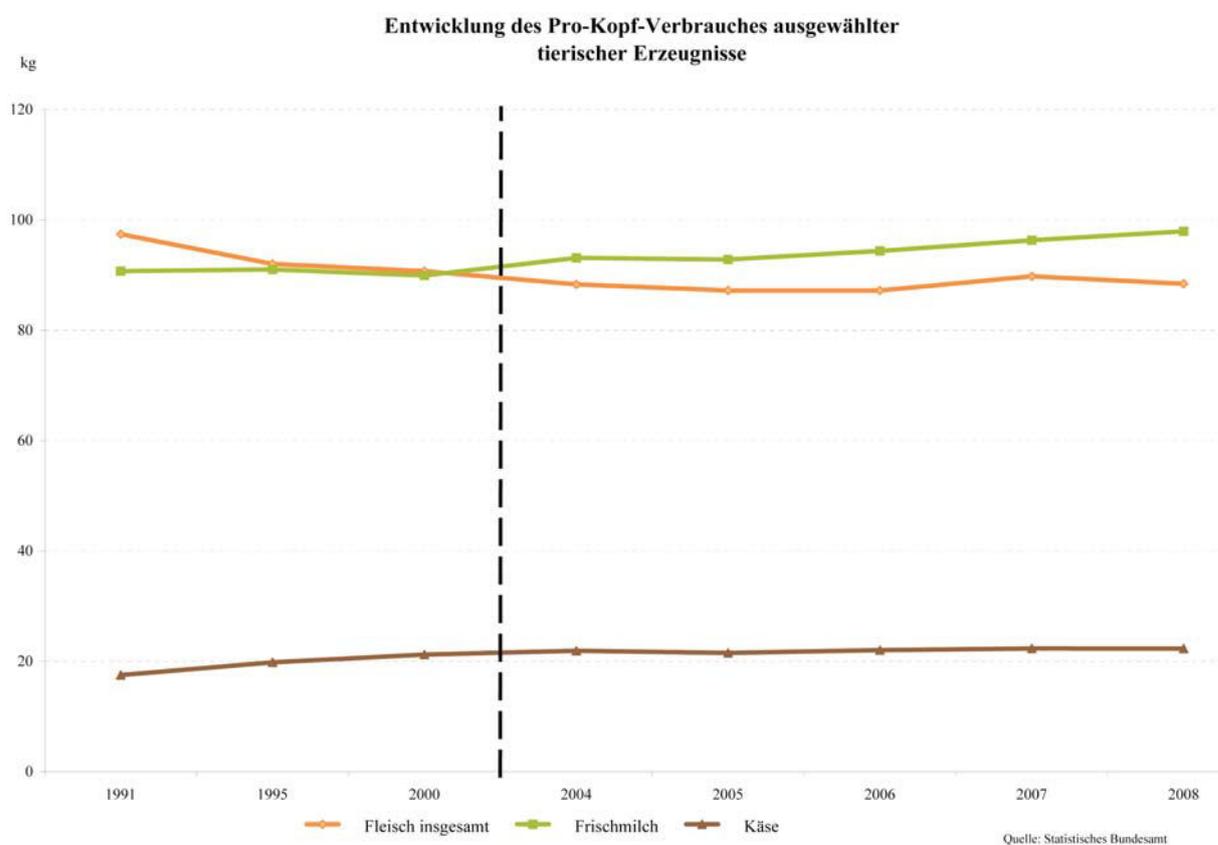
Ein Überblick zur langfristigen Entwicklung des Lebensmittelverbrauchs ausgewählter Lebensmittel von 1950 bis 2005 aus dem Ernährungsbericht 2008 ist im Anhang A, S. V-VIII in den Abbildungen 7 bis 16 zu finden. In den Abbildungen 7 bis 16 wird die langfristige Entwicklung des Verbrauchs der Lebensmittel seit den fünfziger Jahren dargestellt. Seit 1990 nimmt der Verbrauch von Getreideerzeugnissen, Gemüse, Geflügelfleisch, Käse und pflanzlichen Fetten zu. Der Verbrauch von Roggen, Kartoffeln, Alkohol, Fleisch, tierischen Fetten und Margarine nimmt ab. Seit 2004 ist nun ein Rückgang bei pflanzlichen Fetten zu verzeichnen.



(BMELV, Entwicklung des Pro-Kopf-Verbrauchs ausgewählter pflanzlicher Erzeugnisse, <http://www.bmelv-statistik.de/index.php?id=139&stw=Betriebe>, Stand: 26.07.2010)

Abb. 30: Entwicklung des Pro-Kopf-Verbrauchs ausgewählter pflanzlicher Erzeugnisse von 1990 bis 2008 in Deutschland.

Die Abbildung 30 zeigt das der Konsum von Obst (orange Linie) von 1990 bis zum Jahre 2003 angestiegen ist, dann im Jahr 2004 wieder abgefallen ist, bis zum Jahre 2006 wieder angestiegen ist und ab dann bis zum Jahr 2008 wieder weniger geworden ist. Der Verbrauch von Getreideerzeugnissen (braune Linie) ist seit 1990 bis 2004 angestiegen bis auf 90 Kg/Kopf. Der Verbrauch hat dann wieder abgenommen. Der Gemüseverbrauch (hellgrüne Linie) ist relativ konstant über die Jahre mit einem leichten Anstieg des Verbrauchs dargestellt. Der Kartoffelverbrauch (dunkelgrüne Linie) ist von 1990 bis 2003 konstant abgefallen, hatte dann im Jahre 2005 ein kleines Hoch und ist seit dem wieder weniger geworden.



(BMELV, Entwicklung des Pro-Kopf-Verbrauchs ausgewählter tierischer Erzeugnisse, <http://www.bmelv-statistik.de/index.php?id=139&stw=Betriebe>, Stand: 26.07.2010)

Abb. 31: Die Entwicklung des Pro-Kopf-Verbrauchs ausgewählter tierischer Erzeugnisse von 1990 bis 2008 in Deutschland.

Die Abbildung 31 zeigt einen sich relativ konstant verhaltenen Verbrauch an tierischen Erzeugnissen. Der Käseverbrauch (braune Linie) hat von 1991 bis 2008 konstant zugenommen. Der Fleischverbrauch (orange Linie) ist in dieser Zeit weniger geworden und der Frischmilchkonsum (hellgrüne Linie) ist angestiegen.

6.2 Die Nationale Verzehrsstudie 1

Im Jahre 1985 wurde vom Bundesministerium für Forschung und Technologie (BMFT) erstmals die Durchführung einer Nationalen Verzehrsstudie in Auftrag gegeben. Die Grundgesamtheit der Nationalen Verzehrsstudie eins (NVS1) wird von der deutschen, in Privathaushalten lebenden, Wohnbevölkerung der BRD inkl. West-Berlin gebildet.

Die Studie wurde von der Gesellschaft für Konsum- und Absatzforschung (GfK) aus Nürnberg durchgeführt. Sie gewann eine repräsentative Stichprobe nach Musterstichprobenplänen des Arbeitskreises deutscher Marktforschungsinstitute (ADM). Es wurden 10.800 Privathaushalte, also 540 Privat-haushalte pro Region für die Befragung ausgewählt. Aus jeden Haushalt wurde eine Zielperson älter als 14 Jahre, zufällig ausgewählt, die Aussagen zu ihrem Gesundheits- und Informationsverhalten sowie zu ihren Ernährungsgewohnheiten machten. Von der Zielperson wurde außerdem ein Fragebogen zu den sozio-demographischen Merkmalen aller Haushaltsmitglieder ausgefüllt.

Alle Haushaltsmitglieder erstellten ein siebentägiges Ernährungs- und Tätigkeitsprotokoll. Der Erhebungszeitraum erstreckte sich vom 10.10.1985 bis zum 31.01.1989. Insgesamt wurde in der Nationalen Verzehrsstudie 1 eine Stichprobengröße von $n = 24,632$ Personen in 11.141 Haushalten realisiert (VERA Schriftenreihe, 1995, S.1). Durch unzureichende Informationen konnten Kinder unter vier Jahren in der Auswertung der Studie nicht berücksichtigt werden.

In der Nationalen Verzehrsstudie 1 wurden folgende Parameter erhoben: Ein siebentägiges Verzehrs- und Tätigkeitsprotokoll aller Haushaltsmitglieder, die Häufigkeit des Lebensmittelverzehr und das Gesundheits- und Ernährungsbewusstsein für je ein zufällig ausgewähltes Haushaltsmitglied über 14 Jahre, sozio-demographische Merkmale der Haushaltsmitglieder, klinisch-chemische Messwerte für ein zufällig ausgewähltes Haushaltsmitglied, 18-jährig oder älter.

Da die damalige Auswertung der Daten mit der Nährstoffdatenbank des Bundeslebensmittelschlüssels Version 1 ausgewertet wurden und dieser fehlerhaft war, wurde eine erneute Auswertung der Daten vorgenommen und im Ernährungsbericht 1996 veröffentlicht.

Während des Erhebungszeitraums der NVS 1 war der Reaktorunfall in Tschernobyl (26.04.1986) der Einfluss auf das Ernährungsverhalten der Bundesbürger hatte. Daher wurden in der Neuauswertung der NSV 1, die Daten in diesem Zeitraum, nicht

mit einbezogen. "Die NVS liefert Angaben über den Lebensmittelverzehr von ca. 23.000 repräsentativ ausgewählten Personen der alten Länder. Die Daten wurden zwischen 1985 und 1989 anhand von 7-Tage-Verzehrsprotokollen erhoben" (DGE, 1996, S. 328).

6.2.1 Die Kernaussagen der Nationalen Verzehrsstudie 1

Die Auswertung der Ergebnisse der Nationalen Verzehrsstudie 1 hat ergeben, dass laut dem Body-Mass-Index (BMI) der Teilnehmer, 39% der Männer und 47% der Frauen übergewichtig sind. Doppelt so viele Frauen als Männer haben, wenn sie übergewichtig sind, mehr als 20% Übergewicht. 13,6% der Männer und 30,4% der Frauen über 65 Jahre müssen als "stark übergewichtig" eingestuft werden. Die 15-18-jährigen Männer sind die einzige Bevölkerungsgruppe mit einer ausgeglichenen Energiebilanz.

Nach den Empfehlungen der DGE sollten die Makronährstoffe Eiweiß-Fett-Kohlenhydrate in der Alltagskost in einem Verhältnis von 10:30:60 enthalten sein. Tatsächlich ist das Verhältnis aber 14:40:46.

57% des gesamten Eiweißes und 79% der Nahrungsfette stammen aus tierischen Lebensmitteln. Es werden zu wenige Kohlenhydrate verzehrt. Die 15-18-jährigen Teenager fallen durch einen zu hohen Zuckerkonsum, hauptsächlich durch Süßigkeiten, koffeinhaltige Erfrischungsgetränke und zuckerhaltige Limonaden auf. Der Verzehr von Brot- und Backwaren liegt unter dem wünschenswerten Verzehr von 200 bis 300 g/Tag.

Die Kalziumzufuhr ist zu gering ebenso wie die Versorgung mit Eisen bei 50 bis 60% der Mädchen und jungen Frauen. Die Versorgung mit den fettlöslichen Vitaminen A, D, E und K ist durchweg gut. Die Versorgung mit den wasserlöslichen Vitaminen Riboflavin, B6 und Folsäure liegt unterhalb der Empfehlungen.

Junge Frauen zwischen 15 und 35 Jahren kristallisieren sich als die Hauptrisikogruppe hinsichtlich Mangel- und Fehlernährung heraus. 50% nehmen weniger als 2.200 kcal zu sich. Bei 10% sind es weniger als 1500 kcal Täglich. Damit verbunden ist eine Unterversorgung an Vitaminen und Mineralstoffen.

Das Ernährungswissen ist unzureichend. Nur ca. 20% der Teilnehmer konnten den Energiebedarf einer Frau bzw. eines Mannes richtig einschätzen.

Während der Energiebedarf zu niedrig eingeschätzt wird, wird der Energieverbrauch für verschiedene Tätigkeiten oft zu hoch geschätzt.

Viele Teilnehmer hatten Schwierigkeiten Lebensmitteln den korrekten Kaloriengehalt zuzuordnen. 60% machten dazu keinerlei Angaben. Die Teilnehmer äußern gesundheitsorientierte Einstellungen. 77% halten frisches Obst, Gemüse und Salat für besonders wichtig, wenn es um eine ausgewogene Ernährung geht. Frauen sind allgemein gesundheitsorientierter in der Auswahl ihres Essens als Männer. Bei der Zubereitung der Speisen spielt der Geschmack für beide Geschlechter die größte Rolle. Die Befragten setzen die Anforderungen an eine gesunde Ernährung optimaler in die Praxis um, je höher die Schulbildung ist. Ernährungsinformationen vom Hausarzt und aus dem Fernsehen sind für die Befragten Hauptinformationsquelle. 56% der Teilnehmer stimmten der Aussage zu, es werde in Zukunft allgemein üblich, dass die tägliche Mahlzeit durch Vitamin- und Proteinzusätze verbessert wird. (Forschung im Dienste der Gesundheit, 1991, S. 8-11)

6.2.2 Mittlere tägliche Zufuhr an Nährstoffen nach NVS 1 (1985-1989) absolut

Die Versorgung durch Protein ist bei beiden Geschlechtern mehr als ausreichend. Zu hoch ist die Zufuhr von Fett, gesättigten Fettsäuren, Cholesterin und Purinen. Die Zufuhr an Kohlenhydraten und Ballaststoffen, sowie der Anteil an ungesättigten Fettsäuren an der gesamten Fettzufuhr ist zu gering.

Bedenklich ist die unzureichende Versorgung mit Jod, Kalzium und bei Frauen zusätzlich die Versorgung mit Eisen. Defizite bestehen auch in der Versorgung mit Vit. D, E und Folsäure sowie β -Carotin. Im Anhang B auf S.XXIII ist in der Tab. 12: "Nährstoffversorgung nach NVS 1" die gesamte Nährstoffversorgung noch einmal aufgeführt.

6.2.3 Verzehrprofile einer Tageskost von Frauen und Männern

In der Nationalen Verzehrsstudie 1 wurden die Lebensmittel in 24 Lebensmittelgruppen eingeteilt. Frauen aßen im Durchschnitt 191g Brot und Backwaren am Tag, Männer dagegen 243g. Der Verzehr von Nahrungsmitteln und Eiern war ähnlich bei beiden Geschlechtern. Frauen aßen täglich 70g Frischobst, Männer hingegen nur 59g. Zitrusfrüchte, Marmelade, Käse und Quark, Frischgemüse, Gemüse sowie Obstprodukte wurden zu gleichen Teilen von Frauen und Männern verzehrt. Der Konsum von Kartoffeln lag bei Frauen bei 117g/Tag, während Männer 98g konsumierten. Frauen verzehrten 169g Milch- und Milchprodukte, Männer 201g/Tag. Erfrischungsgetränke wurden 305g/Tag von den Frauen getrunken und 322g/Tag von

den Männern. An alkoholischen Getränken wurden 38g/Tag von den Frauen und 120g/Tag von den Männern verzehrt. Der Verzehr von Kaffee, Tee, Butter, Gewürzen, Zucker, Süßwaren und Fisch war in etwa gleich. Frauen aßen 73g und Männer 91g Fleisch am Tag. Die Tab. 13: "Verzehrprofile einer Tageskost von Frauen und Männern, NVS1" ist im Anhang B aus S. XXIV aufgeführt.

6.3 Die Nationale Verzehrsstudie 2

Das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz hat im Frühjahr 2002 die Bundesforschungsanstalt für Ernährung und Lebensmittel in Karlsruhe beauftragt, eine (nach 20 Jahren) zweite Nationale Verzehrsstudie (NVS 2) zu konzipieren und durchzuführen. Die Ergebnisse wurden im Jahr 2008 veröffentlicht.

Die Grundgesamtheit für die NVS 2 war die in Privathaushalten lebende, deutschsprachige Bevölkerung im Alter von 14-80 Jahren.

An der Nationalen Verzehrsstudie 2 haben 20.000 Menschen teilgenommen. Die Ergebnisse der Studie geben uns einen Eindruck über die derzeitige Ernährungssituation in Deutschland.

6.3.1 Die Kernaussagen der Nationalen Verzehrsstudie 2

In Deutschland sind 66% der Männer und 50,6% der Frauen übergewichtig (BMI > 25 kg/m²). 75,7% der Jungen und 77,2% der Mädchen im Alter von 14-17 Jahren sind normalgewichtig. Übergewichtig oder Adipös sind 18,1% der Jungen und 16,4% der Mädchen.

12% der Deutschen halten eine Diät ein, davon 7% aufgrund einer Erkrankung und 5% zur Gewichtsreduktion. Während die älteren Teilnehmer meist aus Krankheitsgründen eine Diät durchführen, führen die jungen Frauen meist Reduktionsdiäten durch.

Insgesamt richten sich 4% der Teilnehmer nach einer definierten Ernährungsweise. 1,6% der Befragten geben an Vegetarier zu sein. 0,6% richten sich nach muslimischen/islamischen Speisevorschriften.

28% der Deutschen nehmen Supplemente ein, 31% der Frauen und 24% der Männer.

Nur 8% der erwachsenen Deutschen (19-80) können ihren Energiebedarf richtig einschätzen. 53% haben dazu überhaupt keine Angabe gemacht.

Etwas zwei Drittel der Deutschen kennen probiotischen Joghurt, A,C,E Getränke, das CMA (Centrale Marketinggesellschaft der deutschen Agrarwirtschaft mbH) Gütezeichen, das Bio- und das Bioland-Siegel. Für zwei Drittel der Deutschen sind die Printmedien, Freunde und Fernsehen die Hauptinformationsquelle über Ernährungsthemen. Ein Drittel informiert sich gar nicht über Ernährung.

Die Lebensmittelgruppe Brot und Getreide zählt von den verzehrten Mengen her zu den bedeutendsten Gruppen. Beim Verzehr von Brot ist kein altersbedingter Rückgang festzustellen, wo hingegen der Verzehr anderer Lebensmittel auf Getreidebasis ab der Altersgruppe 35-50 Jahren abnimmt.

Die DGE-Empfehlungen von 400g Gemüse/Tag unterschreiten 87,4% der Befragten. 59% der Befragten erreichten nicht die Empfehlung zum Obstverzehr der DGE von 250g/Tag. Männer verzehren doppelt soviel Fleisch, Wurstwaren und Fleisch-erzeugnisse wie Frauen. 16% der Studienteilnehmer haben vier Wochen vor der Befragung keinen Fisch oder Fischerzeugnisse verzehrt.

Der Verzehr von Süßigkeiten ist bei den Jugendlichen am höchsten und nimmt mit zunehmendem Alter ab. Die Empfehlung der DGE zur Flüssigkeitszufuhr werden von beiden Geschlechtern erreicht.

Frauen und Männer der unteren Schicht verzehren weniger Lebensmittel mit günstiger Nährstoffzusammensetzung als die der Oberschicht. Im Gegensatz dazu werden von der Unterschicht vermehrt fettreiche und zuckerreiche Lebensmittel sowie Süßwaren verzehrt. Besonders der Verzehr von zuckerreichen Limonaden ist in der Unterschicht 3-4-mal höher als in der Oberschicht.

Frauen und Männer aus den neuen Bundesländern haben häufig ein anderes Verzehrsverhalten als Personen aus den alten Bundesländern.

Der höchste Obstverzehr ist von November bis Januar. Saisonale Schwankungen zeigen sich bei folgenden Lebensmitteln: Gemüse, Pilze, Hülsenfrüchte, Milcherzeugnisse, Käse, Suppen und Speiseeis.

Die Energiezufuhr liegt bei Männern und Frauen im Bereich des Richtwertes für die Energiezufuhr bei niedriger körperlicher Aktivität. Der Anteil an Kohlenhydraten in der Ernährung liegt bei Frauen und Männern unterhalb der Empfehlungen von 50% der Energiezufuhr. Der Anteil an Fett zur Energiezufuhr liegt bei Männern und Frauen oberhalb des Richtwerts von 30%. In allen Altersgruppen werden die Richtwerte von Cholesterin bei den Männern überschritten, bei den Frauen unterschritten.

Der Anteil an Protein liegt bei beiden bei 14%. Die Zufuhr von Alkohol liegt unterhalb des Richtwerts, jedoch trinken Männer vier Mal mehr als Frauen. Die Vitaminversorgung ist weitgehend gut. Unter den Empfehlungen für die Nährstoffzufuhr liegen Vitamin D und Folsäure. 79% der Männer und 86% der Frauen unterschreiten die Empfehlungen für die Folsäurezufuhr. 82% der Männer und 91% der Frauen unterschreiten die Empfehlungen für die Vitamin D Zufuhr.

Die Mineralstoffversorgung ist ebenfalls gut, bis auf die Versorgung mit Jod. Wenn kein Jodsalz verwendet wird, erreichen 96% der Männer und 97% der Frauen die Empfehlungen für die Jodzufuhr nicht. Unter der Verwendung von jodiertem Speisesalz fallen nur noch 28% der Männer und 53% der Frauen unter die Empfehlung für die Jodzufuhr. 75% der Frauen im gebärfähigen Alter unterschreiten die Empfehlungen für die Eisenzufuhr. Kalzium ist ein weiterer kritischer Nährstoff. 74% der weiblichen Jugendlichen unterschreiten die Empfehlung für die Kalziumzufuhr. Bei den älteren Männern und Frauen (65-80 Jahre) sind es 61 bzw. 65%. Supplemente werden häufiger von Frauen 60,2% und seltener von Männern 39,8% eingenommen.

6.3.2 Mittlere tägliche Zufuhr an Nährstoffen nach NVS 2 (2008) absolut

Die Tab. 14: "Nährstoffversorgung nach NVS 2" befindet sich im Anhang B auf S. XXV. Frauen nehmen im Durchschnitt pro Tag 1915 kcal zu sich, Männer dagegen 2571. Frauen nehmen 66,7g Protein, 73,8g Fett und 231g KH zu sich, Männer 90,8g Protein, 102g Fett und 289,9g KH.

Männer verzehren mit 15,2g Alkohol am Tag fast drei mal mehr, als Frauen mit 5,2g Alkohol am Tag. Frauen verzehren täglich 24,6g Ballaststoffe und Männer 26,8g. Frauen nehmen 272mg Cholesterin am Tag auf, Männer dagegen 384mg/Tag, (die einzelnen Vitamine und Mineralstoffe sind im Anhang aufgeführt).

6.3.3 Verzehrprofil einer Tageskost von Frauen und Männern

Durch die steigende Vielfalt an industriell bearbeiteten Lebensmitteln und die Erweiterung des Angebots regionaler Lebensmittel durch die Mobilität der Menschen sowie die Variabilität einzelner Rezepte wird es zunehmend schwieriger, die Verzehrangaben der Teilnehmer der NVS 2 in einzelnen Lebensmittelgruppen zusammen zu fassen. "Bei der Zuordnung von Lebensmitteln zu Lebensmittel-

gruppen wurden die Eigenschaften der verschiedenen Lebensmittel sowie deren Verzehr berücksichtigt.

Traditionell überlieferte Gruppen wie "Nährmittel", "einheimisches Frischobst" und "frische Südfrüchte" wurden aufgegeben" (Max Rubner Institut, 2008, S. 29). Detaillierte Informationen zu den Verzehrangaben der NVS 2-Teilnehmer sind in der Tab. 15: "Verzehrprofile einer Tageskost von Frauen und Männern, NVS2" im Anhang B auf der Seite XXVI zu finden.

Frauen essen am Tag durchschnittlich 133g Brot, Männer 178g. Frauen essen 33g Backwaren täglich, Männer 36g/Tag. Getreideerzeugnisse werden von Frauen 33g und von Männer 36g/Tag verzehrt. Gerichte auf Basis von Getreideerzeugnissen werden von Frauen zu 40g/Tag und von Männern zu 50g/Tag verzehrt.

Frauen essen mit 121 g/Tag mehr Gemüse, als Männer, die auf 104g/Tag kommen. Gerichte auf Basis von Gemüse sowie auf Basis von Kartoffeln werden von beiden Geschlechtern in etwa gleich viel konsumiert. Frauen essen 65g Kartoffeln, Männer 83g/Tag. Frauen essen mit 278g mehr Obst/ -erzeugnisse als Männer mit 230g/Tag. Frauen nehmen 20g Fette und Öle, Männer 29g zu sich. Milcherzeugnisse werden von Frauen 227g und von Männern 248 g/Tag gegessen. Frauen essen 12g Ei/Tag, Männer 16g. Käse und Quark, sowie Gerichte auf Basis von Milcherzeugnissen oder Eiern werden von beiden Geschlechtern ähnlich viel verspeist.

Männer essen mit 103g Fleisch/-erzeugnissen am Tag fast doppelt so viel Fleisch wie Frauen mit 53g/Tag. Gerichte auf Fleischbasis werden von Frauen zu 30g/Tag und von Männern zu 57g/Tag verspeist. Fisch und Krustentiere hingegen werden von Frauen zu 10g/Tag und von Männern zu 14g/Tag verzehrt. Frauen essen 75g Suppen und Eintöpfe am Tag, Männer 91g.

Süßwaren werden von Frauen 48g/Tag und von Männern 55g/Tag verneht. Frauen trinken 2.285g alkoholfreie Getränke und 81g alkoholische am Tag, Männer dagegen trinken 2.351g alkoholfreie und 308g alkoholische Getränke am Tag.

6.4 Vergleich ausgewählter Ergebnisse der Nationalen Verzehrstudie 1 (1989) und der Nationalen Verzehrstudie 2 (2008)

Um die Ergebnisse der Nationalen Verzehrsstudie 1 mit den Ergebnissen der Nationalen Verzehrsstudie 2 direkt vergleichen zu können, habe ich im Anhang eine Tabelle angelegt, in der ich die wichtigsten Verzehrsergebnisse der beiden Studien gegenüberstelle. Die Tab. 16: "Vergleich NVS1 und NVS2" ist im Anhang B auf der Seite XXVII zu finden. Der Vergleich macht deutlich, dass trotz der geringeren Fettaufnahme 2008 zu

der Fettaufnahme 1989 das Übergewicht insgesamt zugenommen hat. Die Fettaufnahme von Männern und Frauen liegt 1989 und 2008 über dem Empfohlenen Wert von 30 Energie%.

Die Kohlenhydratzufuhr liegt unterhalb des Richtwerts von > 50% der Energiezufuhr. Die Ballaststoffzufuhr liegt ebenfalls unter dem Richtwert von 30 g/Tag.

Der Alkoholkonsum ist von 1989 bis 2008 zurückgegangen und liegt 2008 unterhalb des Richtwerts.

In beiden Studien wurde belegt, dass die Versorgung mit Kalzium, Eisen (vor allem bei den Frauen) sowie Jod, Folsäure und Vitamin D zu gering ist. Es wird 2008 immer noch zu wenig Obst und Gemüse verzehrt.

Das Ernährungswissen der Teilnehmer ist in beiden Studien nicht besonders ausgeprägt. Der Supplementkonsum hat von 1989 bis 2008 zugenommen.

Die Flüssigkeitszufuhr ist ausreichend. Die Anzahl an Vegetariern ist von 0,6% im Jahr 1989 auf 1,6% im Jahr 2008 angestiegen.

Der Vergleich ist allerdings problematisch, da die Nationale Verzehrsstudie 1 nur Informationen über die alten Bundesländer, inklusive Westberlin, enthält.

6.5 Ernährung in der ehemaligen DDR

1984 und 1988 wurden im Rahmen des internationalen MONICA-Projektes (Monitoring of Trends and Determinants in Cardiovascular Disease) der WHO (World Health Organization) unter Anderem die individuellen Ernährungsgewohnheiten in den Bundesländern Sachsen, Sachsen-Anhalt, Thüringen und Berlin erhoben. "Die individuellen qualitativen Ernährungserhebungen wurden nach einer modifizierten Protokoll-Gewichts-Methode an einer Zufallsstichprobe von jeweils ca. 1.000 Probanden 1984 und 1988 im Alter von 25-64 Jahren durchgeführt.

Die rechnergestützte Auswertung der verzehrten Lebensmittel sowie der Energie- und Nährstoffaufnahme erfolgte auf der Grundlage nationaler Lebensmitteltabellen" (Christine Thiel, 1996, S. 66).

Ziel war es zu erfassen, wie die Energie- und Nährstoffzufuhr und die Bedarfsdeckung mit Mineralstoffen und Vitaminen innerhalb der Bevölkerung war, bedeutende Ernährungsfehler aufzudecken und zu analysieren ob es eine Beziehung zum Gesundheitszustand der Bevölkerung gab. Die Tab. 17: "Verzehrmengen von Lebensmitteln in der DDR" ist im Anhang B auf Seite XXIX aufgeführt.

Eine detaillierte Darstellung der Verzehrsmengen ausgewählter Lebensmittelgruppen in der DDR ist in der Tab. 18: "Durchschnittliche Verzehrsmenge ausgewählter Lebensmittelgruppen und deren Prozentualer Anteil an der Energie- und Fettaufnahme. DDR-Monica 1983/84 (1. Survey) und 1988/89 (2. Survey)" im Anhang B auf der Seite XXIX zu finden.

Die Aufnahme von Brot und Backwaren war bei beiden Geschlechtern im Beobachtungszeitraum fast unverändert. Der Käseverzehr war 1988 bei den Männern um 26% höher als 1984, bei den Frauen um 15%. Der Wurstverzehr stieg durchschnittlich um 18% bei den Männern und um 12% bei den Frauen an.

Der stärkste Verzehranstieg wurde beim Gemüsekonsum mit 35% bei den Männern und 28% bei den Frauen beobachtet. Bei Obst war dagegen bei beiden Geschlechtern nur ein leichter Anstieg des Konsums festzustellen. Bei Milch und Milchprodukten war der Mehrverbrauch bei den Frauen deutlicher als bei den Männern. Ein deutlicher Rückgang war beim Fleischverzehr mit 25% bei den Männern und 31% bei den Frauen zu verzeichnen.

Die Alkoholaufnahme war 1988 höher als 1984. Rund 40% der täglichen Energieaufnahme und 70% der täglichen Fettaufnahme entstanden durch die Zufuhr von Wurst, Fleisch, Streich- und Kochfetten, dagegen stammten nur 25% der täglichen Energie aus Obst, Brot, Gemüse und Kartoffeln.

Die Energieaufnahme der männlichen MONICA-Teilnehmer im Alter von 25-64 Jahren überstieg in dem Zeitraum von 1984-1988 durchschnittlich um 15% die nationalen Empfehlungen der DDR, die der Frauen lag im Mittel im empfohlenen Bereich. (Energieaufnahme der Männer 1984: 3.220 kcal, 1988: 3.230 kcal, Frauen 1984: 2.300 kcal, 1988: 2.260 kcal). Bei den Männern sank mit zunehmendem Alter die Energieaufnahme von der jüngsten bis zur ältesten Gruppe um ca. 600 kcal. Bei den Frauen war keine altersabhängige Veränderung der Energieaufnahme erkennbar (DGE, 1992, S. 81).

Im Mittel nahmen 58% der Männer mehr als 3.500 kcal/Tag zu sich, bei Frauen war dieser Anteil mit 18% dagegen relativ klein. Fett stellte bei beiden Geschlechtern die Hauptenergiequelle dar. Hauptursache der hohen Fett und Cholesterinaufnahme lag im reichlichen Verzehr von Fleisch- und Wurstwaren. Durch den geringen Verzehr pflanzlicher Produkte lag der Anteil der täglichen Energieaufnahme aus Kohlenhydraten 1984 und 1988 unter den Empfehlungen von 55 Energieprozent.

Die Gesamtproteinaufnahme lag bei beiden Geschlechtern im oberen empfohlenen Bereich. Die tägliche Kochsalzaufnahme war deutlich zu hoch, was mit dem hohen Verzehr an industriell produzierten Waren zusammenhing. Frauen waren nicht ausreichend mit Eisen versorgt. Auch die Kalzium- und Phosphoraufnahme lag unter

den Empfehlungen der DGE. Die Vitamin C Aufnahme war durch den zu geringen Verzehr von frischem Obst und Gemüse zu niedrig. Die Vitamin C Aufnahme hatte sich zwar erhöht, lag aber durchschnittlich noch unter den DGE- Empfehlungen von 75mg/Tag. Die Hälfte der Teilnehmer erfüllte die Vitamin A Empfehlungen. Männer waren besser als Frauen mit Thiamin und Riboflavin versorgt. Die Kaliumaufnahme lag unter den Empfehlungen der DGE von 3,5 Gramm/Tag. Obwohl die Kalziumaufnahme zugenommen hatte, erreichten nur 21% der Männer und 12% der Frauen die DGE-Empfehlungen von 800 mg/Tag.

Die Eisenaufnahme war bei den Männern ausreichend, jedoch bei den Frauen zu gering. Nur 18% der Frauen erreichten eine Eisenversorgung nach den Empfehlungen von 18 mg/Tag. Auch die Aufnahme an den Vitaminen A, B und B2 lagen unter den Empfehlungen der DGE.

Allgemein lässt sich sagen, dass das Haupternährungsproblem der ehemaligen DDR die zu hohe Energiezufuhr durch den hohen Verzehr an tierischen Produkten darstellte. Bei den Männern stellte auch der häufige Alkoholkonsum ein Problem dar. Die Frauen ernährten sich allgemein gesünder.

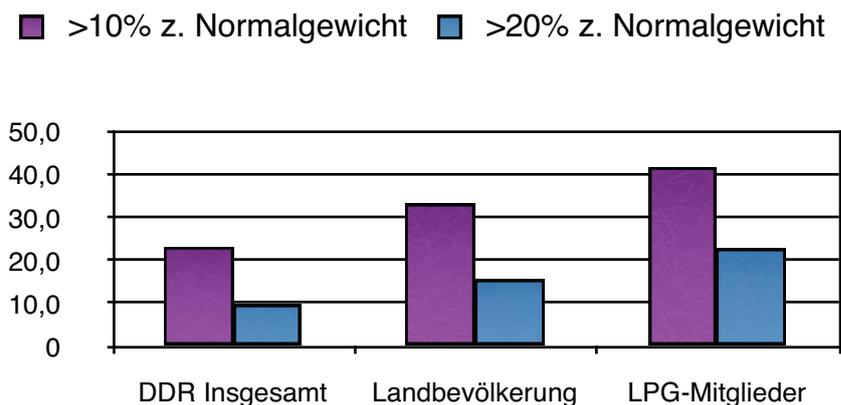
Der Alkoholkonsum der Männer war viermal so hoch als der der Frauen. Die Hauptalkoholmenge stammte in der ehemaligen DDR aus Bier, gefolgt von hochprozentigen Spirituosen. Eine genaue Darstellung der täglichen Aufnahme von Energie und Nährstoffen in der DDR befindet sich in der Tab. 19: "Durchschnittliche tägliche Aufnahme von Energie und Nährstoffen von Männern und Frauen (25- 64 Jahren) des DDR-MONICA- Projektes 1984 und 1988", auf S. XXX im Anhang B. In der ehemaligen DDR war die Energiezufuhr zu hoch. Die Energieaufnahme der Männer lag mit 3.200 kcal täglich im Schnitt 15% über den ernährungsphysiologischen Empfehlungen. Bei den Frauen lag die Energieaufnahme im empfohlenen Bereich. Zur zu hohen Energieaufnahme trug auch der Alkohol bei. Zur Prävention chronischer Herz-Kreislaufkrankungen empfiehlt die WHO die Aufnahme von Fetten auf 30 Energieprozent zu beschränken. Die Tabelle 20 zeigt, dass die Bevölkerung mit im Schnitt 46 Fett-Energie%, 13 Eiweiß-Energie% und 41 Kohlenhydrat-Energie% weit von diesen Empfehlungen entfernt ist. Im Anhang B auf S. XXXI in der Tab. 20 ist die "Durchschnittliche tägliche Energieaufnahme (kcal) und ihre prozentuale Herkunft aus den Hauptnährstoffen aus dem MONICA- Projekt 1984 und 1988", aufgeführt.

Auch die Mahlzeitenordnung hat sich gewandelt. Die Mahlzeiten, die traditionsgemäß zu festgelegten Zeiten eingenommen wurden, wurden 1984 und 1988 häufiger zu unregelmäßigen Zeiten eingenommen, es wurden nicht mehr unbedingt drei feste

Mahlzeiten gegessen, sondern es wurde zwischendurch etwas gegessen oder eine Mahlzeit wurde weggelassen oder kam hinzu.

Die Tab. 21: "Lebensmittelverbrauch in Haushalten der DDR 1989", ist im Anhang B auf den Seiten XXXI zu finden.

In Ostdeutschland lebten circa 1/4 der Bevölkerung unter ländlichen Bedingungen. Durch den Übergang zur landwirtschaftlichen Produktionsgenossenschaft (LPG) entstanden vermehrt landwirtschaftliche Großbetriebe. Dadurch fand ein drastischer Wandel innerhalb der Landarbeit statt. Die schwere körperliche Arbeit wurde durch Technik und Chemie entlastet, jedoch passte die Bevölkerung ihr Ernährungsverhalten nicht an die neuen Arbeitsentlastungen an, so dass vermehrt Probleme durch Übergewicht in der landwirtschaftlichen Bevölkerung auftrat. "Die Anzahl der Personen mit Übergewicht ist im Vergleich zum Durchschnitt der DDR-Bevölkerung fast um 50% höher. Bei LPG-Angehörigen ist der Anteil sogar doppelt so hoch." (Dietrich Schilling, 1996, S. 238)



(Dietrich Schilling, 1996, S. 238)

Abb. 32: Anteil übergewichtiger Personen (lt. Brocca-Index)

Die Ernährungssituation in der ehemaligen DDR hing von den Verhältnissen auf dem Lebensmittelmarkt ab, welche oft regional unterschiedlich waren und sich oft nicht durch die beste Qualität der Waren auszeichnete. Die Preise für Grundnahrungsmittel waren sehr niedrig und die Bevölkerung schätzte gutes Essen besonders im Familienkreis. Die Energie- Fett- und Eiweißaufnahme lag weit über den Empfehlungen, wohingegen die Versorgung mit Vitaminen, Mineralstoffen und Ballaststoffen oft unzureichend war.

6.6 Ernährungsverhalten Außer Haus

Für den Tischgast in der Außer-Haus-Verpflegung sind die primären Kriterien an denen er die Leistung der Verpflegung misst die sensorische Speisenqualität, das heißt das Aussehen, die Textur, der Geruch und natürlich der Geschmack der Speisen.

Das Genusserlebnis der Mahlzeit ist das entscheidende Kriterium für den Gast. Des Weiteren zeichnet sich eine hohe Qualität der Verpflegung an der ernährungsphysiologischen Wertigkeit der Speisen, der guten Qualität der Rohstoffe, einer auf den Kunden zugeschnittenen Speiseplangestaltung und der richtigen Verarbeitung und schnellen Ausgabe an den Kunden aus. Der Gast bewertet die Verpflegung natürlich auch nach seinen persönlichen Gewohnheiten und Vorlieben.

Zwischen 1950 und 1990 fiel der höchste Anteil der Außer-Haus-Verpflegung auf den Gastronomiebereich. 1970 wurden in der Gastronomie ungefähr 1.800 Mio. Mahlzeiten verzehrt. 1984 waren es rund 31% mehr, nämlich ca. 2.600 Mio. Mahlzeiten. Dies lag vermutlich an der steigenden Anzahl an Imbissverkaufsstellen. 1990 existierten ca. 30.000 Imbissbetriebe und Fleischerfachgeschäfte.

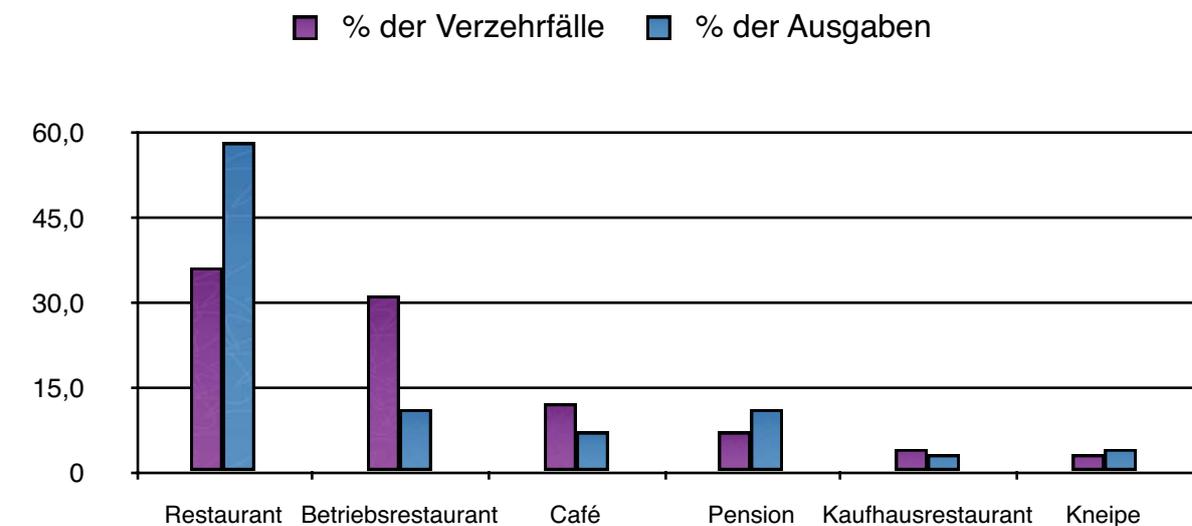
"Auffällig im Bereich der Gemeinschaftsverpflegung ist der geringe Anteil der Schulverpflegung. 1984 nahm nur 1% aller Schüler ein Mittagessen in der Schule ein." (DGE, 1988, S. 235) "In den östlichen Bundesländern lag 1985 der Teilnahmegrad hingegen bei 83% und ist bis 1988/89 auf 86% gestiegen." (AID, 1990, S. 225)

Die Speisenbeliebtheit als Ausdruck individuellen Ernährungsverhaltens in der GV

Seit 1986 forschte die "GV-Praxis" gemeinsam mit "Food-Service" über die Speisenaufsteiger jedes Jahres. Die gesamte Auflistung der Aufsteiger 1986 bis 1993 sind in der Abb. 18: "Aufsteiger 1986 bis 1993" im Anhang A auf S. X, zu finden. Aufgeführt sind die zehn stärksten Aufsteiger bei Essen und die fünf beliebtesten Getränke von 1986 bis 1993. Von 1986 bis 1993 war Salat, bis auf das Jahr 1991, die beliebteste Speise in der GV, dicht gefolgt von Gemüse und Vollwertgerichten. Während 1986 und 1987 noch Steaks den dritten Rang in der Beliebtheitsskala belegten, waren es ab 1988 fleischlose Menüs, Gemüse und Gratins sowie Aufläufe. 1986 belegten die trockenen Weine den ersten Rang in der Beliebtheit bei Getränken, dicht gefolgt von Mineralwässern und Fruchtsäften. 1987 wurden die Weine auf Platz drei verdrängt und es wurde am Häufigsten Mineralwasser getrunken. 1988 und 1989 waren frisch gepresste Säfte die Aufsteiger des Jahres. 1990 war das alkoholfreie Bier sehr

beliebt. 1991 waren die Light-Getränke auf Platz eins, sie verloren aber schnell wieder an Beliebtheit, so dass 1992 wieder alkoholfreies Bier und 1993 wieder frisch gepresste Säfte auf dem ersten Rang der Getränke-Aufsteiger landeten.

"Essen Außer Haus in der BRD-West 1991", unter diesem Motto stand eine Studie, die von der Gesellschaft für Panel-Forschung (GPF), Hamburg, in Zusammenarbeit mit der CMA durchgeführt wurde. 7.420 Befragte aus Westdeutschland gaben Auskunft über ihre Verzehrsgewohnheiten Außer Haus: wo sie essen, wie oft und was sie essen.

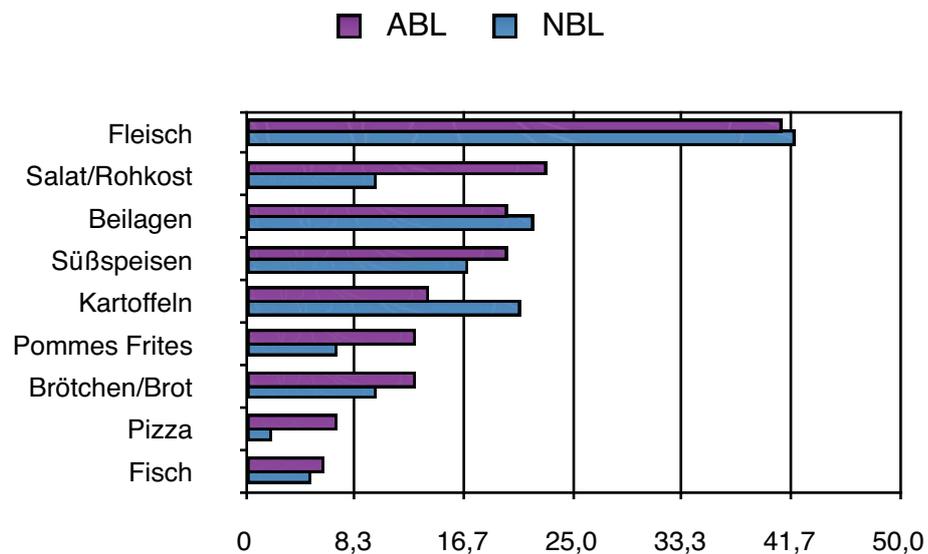


DM/Verzehrfall: 20,86 4,57 7,39 19,06 10,24 15,51
 100%= 9.311 Verzehrfälle. DM: 118.033 (Keine Angabe bei, Verzehrfälle: 7%, Ausgaben: 6%);
 (CMA 1994, S.33).

Abb. 33: Wo findet Ihr monatlicher "Außer-Haus-Verzehr" statt und wie viel geben Sie im Durchschnitt dafür aus?

Fast 35% der Verzehrfälle finden im Restaurant statt, ca. 30% im Betriebsrestaurant. Die Kosten für den Restaurantbesuch liegen wesentlich höher, durchschnittlich drei mal höher, als die im Betriebsrestaurant.

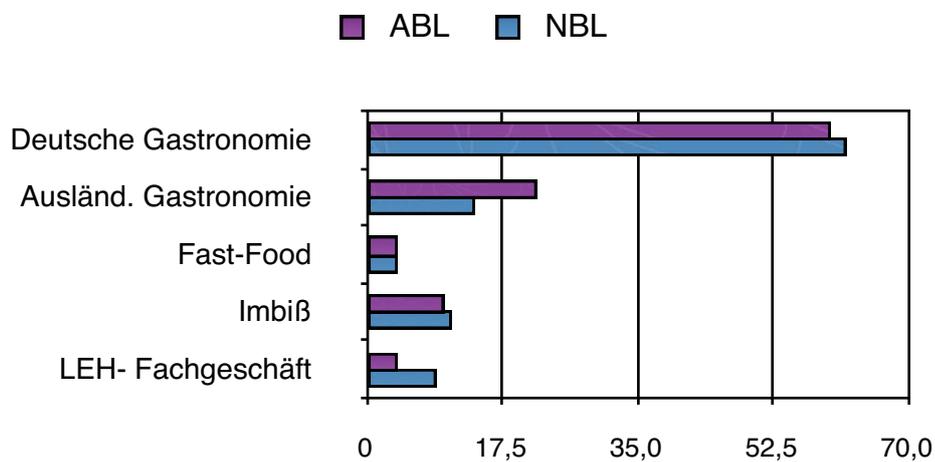
Die CMA verglich, die Verzehrsgewohnheiten in der Außer-Haus-Verpflegung, der Menschen in den alten Bundesländern mit denen in den neuen Bundesländern.



(CMA, 1994, S. 37)

Abb. 34: Außer-Haus-Konsum – Was wird gegessen?

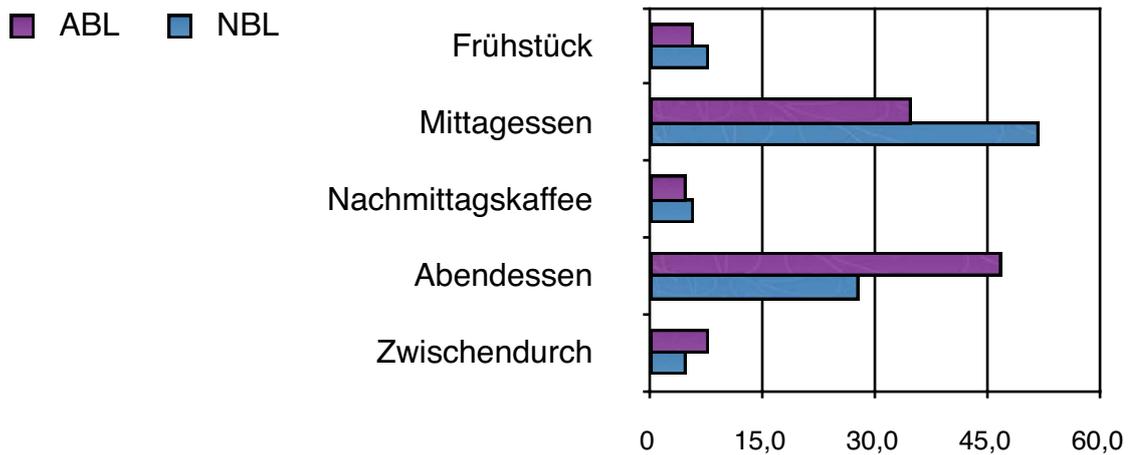
In den alten Bundesländern (ABL) und den neuen Bundesländern (NBL) wird beim Außer-Haus-Verzehr am Häufigsten Fleisch gegessen. In den ABL wird öfter Salat oder Rohkost gegessen als in den NBL. Beilagen und Süßspeisen sind in etwa gleich beliebt. In den ABL werden weniger Kartoffeln verzehrt als in den NBL. Pommes Frites, Brötchen, Pizza und Fisch sind in den ABL beliebter als in den NBL.



(CMA, 1994, S. 38)

Abb. 35: Wo wird gegessen und getrunken?

Hauptsächlich wird in den ABL und NBL in der Deutschen Gastronomie gegessen und getrunken. Die Menschen in den ABL essen häufiger in der ausländischen Gastronomie als die Menschen in den NBL. Fast Food wird zu gleichen Teilen in den verschiedenen Bundesländern verzehrt.



(CMA, 1994, S. 39)

Abb. 36: Wann wird gegessen und getrunken? (Ausgabenanteile in Prozent)

In den NBL wird zur Mittagszeit am Häufigsten gegessen und getrunken, in den ABL am Abend.

Ernährungsverhalten in der Kantine in den Jahren 1985-1989 in Deutschland

Da zu dieser Zeit zwei Drittel der Kantinenkunden Männer waren, werden nur Männer aufgeführt. Junge Männer zwischen 18 bis 35 Jahren nahmen am Häufigsten an der GV teil. Sie aßen am Häufigsten Kartoffeln, Fleisch, Fischwaren und Frischgemüse. In der Tab. 22: "Verzehrsprofil für die Kantinenernährung der Männer (im Alter von 19-35 Jahren in Prozent)" im Anhang B auf S. XXXII, wird der Verzehr der Lebensmittelgruppen noch einmal detaillierter aufgezeigt.

Die Männer zwischen 18 bis 24 Jahren nahmen zu 21% mehrmals täglich, zu 17% täglich und zu 22% unregelmäßig an der AHV teil. Von den Männern zwischen 25 und 34 Jahren nahmen 17% mehrmals täglich, 26% täglich und 17% unregelmäßig an der AHV teil.

Auch die jungen Frauen zwischen 18 und 24 Jahren nahmen mit 19% täglich häufig an der AHV teil. Am wenigsten nahmen die Frauen über 64 Jahre an der AHV teil (Heseker, H. et al., 1994, S. 29).

Die Tab. 23: "Häufigkeit des Außer-Haus-Verzehrs (insgesamt); differenziert nach Geschlecht und Alter, in Prozent", befindet sich im Anhang B auf der Seite XXXIII.

6.6.1 Kernaussagen der Nationale Verzehrsstudie 1 zur Gemeinschaftsverpflegung

Ein zunehmender Ernährungstrend ist die Zunahme der Außer-Haus-Verpflegung in der individuellen Ernährung. Männer essen deutlich öfter Außer Haus als Frauen. 19-35-jährige Männer nutzen die Gemeinschaftsverpflegung am Häufigsten.

Die Betrachtung des Lebensmittelprofils von insgesamt 24 Lebensmittelgruppen hat folgendes ergeben: 22,5% aller 19- bis 35-jährigen Männer essen Frischgemüse in der Kantine, über 17% der 19- bis 35-jährigen Männer essen Fleisch bzw. Fleischgerichte in der Kantine. Die Akzeptanz für Fisch ist wesentlich geringer. Nur jeder fünfte Besucher isst ein Fischgericht (Forschung im Dienste der Gesundheit, 1991, S. 49).

6.6.2 Kernaussagen der Nationale Verzehrsstudie 2 zur Gemeinschaftsverpflegung

13,95% der Teilnehmer der Nationalen Verzehrsstudie 2 (n= 14.291; 10,2% Frauen und 17,8% Männer) isst mittags in einer Kantine oder (Schul-)Mensa.

19,7% der Teilnehmer (17,5% Frauen und 21,9% Männer) geben an, keine Kantine bzw. (Schul-)Mensa benutzen zu können.

Von den Erwerbstätigen (n=7.461) geben 19,1% an, in einer Kantine zu essen. Von den Studenten (n=269) gehen 59,9% an, in einer Mensa zu essen, 16,5% der Schüler (n= 1.313) geben an, in einer Schulmensa zu essen. Die Speisen variieren je nach Zielgruppe. (Forschung im Dienste der Gesundheit, 2008, S. XXIII)

6.7 Veränderungen in der Gemeinschaftsverpflegung

Veränderungen in der Gemeinschaftsverpflegung gehen einher mit dem Wandel zahlreicher Rahmenbedingungen in der Gesellschaft: Finanzielle Möglichkeiten, Muster von Berufstätigkeit, (schrumpfende) Haushaltsgrößen, Gesundheitsbewusstsein u.v.m. Dies hat Einfluss auf die Angebote der Gemeinschaftsverpflegung.

Die Zunahme des durchschnittlichen Einkommens der deutschen Bürger führt zu der Bereitschaft mehr Geld für den Außer-Haus-Verzehr auszugeben. Die Zunahme von berufstätigen Frauen in Deutschland hat einen Anstieg des Bedarfs an der Außer-Haus-Verpflegung zur Folge, da mehr Kinder und Jugendliche in Kindertagesstätten, Hort und Schule versorgt werden müssen. Ebenso spielt die Umstellung der Schulen

auf Ganztageschulen eine Rolle. Diese Entwicklung hat ebenfalls zu einem Ausbau an Kantinen in deutschen Schulen geführt.

Der mobile Lebenswandel, der eine Verpflegung unterwegs immer beliebter macht, trägt auch zur zunehmenden Teilnahme an der GV bei. Ebenso wie die immer kleiner werdenden Haushalte in Deutschland, beispielsweise Kleinfamilien und Singlehaushalte, welche die Außer-Haus-Verpflegung aus Bequemlichkeit oder Zeitersparnis häufiger in Anspruch nehmen als früher.

Die Essenswünsche der Bevölkerung wandeln sich durch neue Trends, ein steigendes Gesundheitsbewusstsein etc. Zusätzlich wird die Gemeinschaftsverpflegung von Wünschen der Migranten beeinflusst. Dadurch wird eine interkulturelle Verpflegung gefördert und neue Gerichte in die Speisepläne eingebaut. Wohlstand und zahlreiche Freizeitaktivitäten führen zu einer vermehrten Nutzung des Außer-Haus-Verzehrs in allen Bereichen.

In der DDR war die GV sehr gut ausgebaut. Nach der Maueröffnung nahm der Anteil der GV in den NBL erstmal wieder ab, steigt aber mittlerweile wieder an.

Außer-Haus-Verzehr, laut "Ernährungsverhalten Außer Haus" (EVA), 1998

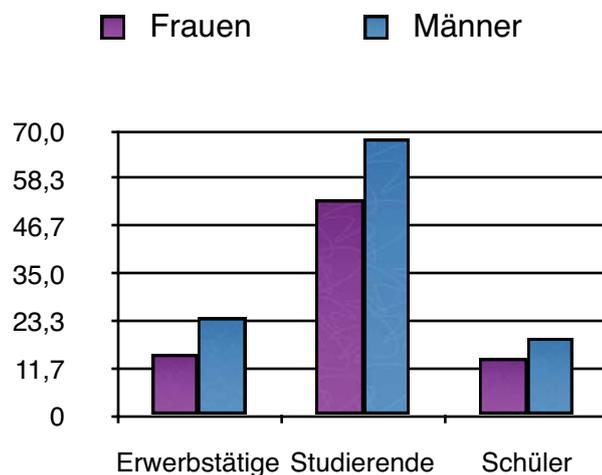
Als Außer-Haus-Verzehr wurde definiert, was jeweils außerhalb der eigenen Wohnung gegessen und/oder getrunken, jedoch nicht von zu Hause mitgenommen wurde. 3.000 Personen ab einem Alter von 15 Jahren wurden durch einen Fragebogen und ein eintägiges Ernährungsprotokoll zu ihrem Außer-Haus-Verzehr befragt. (Siehe Anhang B, S. XXXVII, Tab. 34: Mittlere Anzahl der pro Woche eingenommenen Außer-Haus-Mahlzeiten nach Verzehrort sowie Geschlecht und Alter der Personen). Männliche Personen nehmen im Durchschnitt häufiger an der Außer-Haus-Verpflegung teil. Die meisten Mahlzeiten werden von den 19- bis unter 25-jährigen Personen verzehrt. Besonders selten nehmen Frauen ab 65 an der Außer-Haus-Verpflegung teil. (Siehe Anhang B, S. XXXVII, Tab. 35 a+b: Mittlerer Anteil des Außer-Haus-Verzehrs am gesamten Lebensmittelverzehr (in Prozent) nach Geschlecht, Alter und Lebensmittelgruppe).

In Gesamtdeutschland ist in den letzten Jahren die Teilnahme an der GV angestiegen. „Derzeit isst gut ein Viertel der Bevölkerung mindestens einmal pro Tag Außer Haus.“ (AID, 2006, S.7) Unsere Gesellschaft verändert sich in eine Richtung, in der der Außer-Haus-Verzehr und die Gemeinschaftsverpflegung, einen immer größeren Stellenwert einnehmen. Daher sollte auch das Verantwortungsbewusstsein

der Verantwortlichen in der GV groß sein. Denn die GV kann Einfluss auf die Ernährungssituation in Deutschland nehmen.

Die Teilnahme an der GV hat zugenommen. Momentan nutzen 15% der erwerbstätigen Frauen und 24% der erwerbstätigen Männer das Angebot einer Kantine. (23% der erw. Frauen und 26% der erw. Männer haben keine Möglichkeit eine Kantine zu nutzen). Von 53% der Studentinnen und 68% der Studenten wird die Mensa genutzt.

Die Beteiligung an der GV ist bei den jungen Deutschen (19-24 Jahre) am Häufigsten. Von den Schülerinnen und Schülern ab 14 Jahren nutzen 17% die GV. Diese Zahl wird vermutlich in Zukunft noch ansteigen, da noch mehr Schulen in Ganztagschulen überführt werden und daraufhin mit Schulmensen ausgestattet werden.



(Angaben in%; DGE, 2008, S. 44)

Abb. 37: Nutzung von Einrichtungen der GV durch die im Privathaushalt lebenden Personen

6.7.1 Gemeinschaftsverpflegung in der ehemaligen DDR

Die Gemeinschaftsverpflegung hatte in der ehemaligen DDR eine große Bedeutung. Da fast alle Frauen zwischen 18 und 60 Jahren berufstätig waren. Bei Tagesarbeitsstunden von meist neun Stunden am Tag waren viele auf eine Fremdversorgung angewiesen.

Die Gemeinschaftsverpflegung hatte in der Ernährungspolitik der ehemaligen DDR einen großen Stellenwert. Sie sollte die individuelle häusliche Nahrungszubereitung und familiäre Mahlzeit ersetzen. Die Nahrungsversorgung galt damals als staatliche

Aufgabe, daher stand der Bevölkerung ein flächendeckendes Netz von Einrichtungen der GV zur Verfügung. Entgegen der sozialistische Idee, verlor im Sozialismus die individuelle Nahrungszubereitung und die Mahlzeit innerhalb der Familie nie an Bedeutung.

Die Ernährungserhebung in Haushalten wurde in der damaligen DDR 1989 bei Arbeitern und Angestellten, Mitgliedern landwirtschaftlicher Produktionsgenossenschaften (LPG) und Rentnern durchgeführt. In der Tab. 25: "Häufigkeit der Außer-Haus-Verpflegung 1989 (Arbeiter und Angestellte, LPG- Mitglieder, Rentner)" im Anhang B auf S. XXXIII, ist die Anzahl der Essenseinnahmen je Haushalt im Monat aufgelistet. 1989 nahmen Haushalte der Arbeiter und Angestellten im Schnitt an 17,36 Werkküchenessen, 27,09 Pausenversorgungen, 4,30 Schülerspeisungen, 3,74 Kindergartenessen und 5,66 Gaststättenessen im Monat teil.

LPG- Haushalte nahmen an 19,25 Werkküchenessen, 22,84 Pausenversorgungen, 4,05 Schülerspeisungen, 4,83 Kindergartenessen und 4,95 Gaststättenessen teil. Rentnerhaushalte hingegen nahmen nur an 1,87 Werkküchenessen, 0,37 Pausenversorgungen, 0 Schülerspeisungen, 0 Kindergartenessen und 2,37 Gaststättenessen im Monat teil. Die Tab. 26: "Anteil des Lebensmittelverbrauchs über die Außer-Haus-Verpflegung" ist im Anhang B auf S. XXXIV zu finden.

Arbeiter und Angestellte aßen hauptsächlich Kartoffeln (43%), Gemüse (32%), Fleisch (24%), Fisch (33%) und Obst (17%). LPG-Haushalte, Fleisch (22%), Gemüse (34%) und Fisch (30%). Rentner, Kartoffeln (13%), Gemüse (9%), Frischfleisch (7%) und Fisch (9%).

Die Tabelle 27 macht deutlich, wie stark der Anteil an der GV in den Jahren 1964 bis 1988 in den aufgeführten Einrichtungen zugenommen hat. Die Tab. 27: "Teilnahme an der GV 1964 und 1988" ist im Anhang B auf S. XXXIV zu finden.

In den Kinderkrippen ist die Beteiligung an der GV von 1964 bis 1988 von 16% auf 72% gestiegen. Allgemein ist in allen Bereichen die Beteiligung an der GV um mindestens die Hälfte angestiegen. Ausgenommen sind Kindergärten – diese waren bereits 1964 schon zu 49% verpflegt. 1988 waren 72% der Säuglinge und Kleinkinder in Kinderkrippen durch die GV versorgt. Bei den Vorschulkindern nahmen 95% an der GV teil. Schüler und Lehrlinge in den allgemeinbildenden Schulen nahmen zu 86% an der GV teil. Auch bei Studenten und Arbeitern ergab sich 1988 eine wesentlich höhere Teilnahme. Allgemein war die Teilnahme an der Gemeinschaftsverpflegung in der DDR sehr hoch. Zur Veranschaulichung des Versorgungsgrads in den einzelnen Einrichtungen ist im Anhang B auf S. XXXV, die Tab. 28: "Gemeinschaftsverpflegung in der DDR 1988" aufgeführt.

1988 war der Versorgungsgrad in den einzelnen Einrichtungen sehr hoch. Die Verpflegung war in allen Bereichen gut ausgebaut. Der Versorgungsgrad in der Arbeiterversorgung betrug mit 4,5 Mio. Portionen pro Tag, 78,9%, die Schülerspeisung hatte einen Versorgungsgrad von 85,8% mit 1,8 Mio. Portionen und die Krippen und Kindertagesstätten kamen auf einen Versorgungsgrad von 100% mit 0,6 Mio. Portionen am Tag. Ebenso hatten die Krankenhäuser, Kur- und Ferienheime einen Versorgungsgrad von 100%. Die Mensen hatten einen Versorgungsgrad von 60 und die öffentliche Gaststätten von 17%. Die GV insgesamt hatte einen Versorgungsgrad von 54%. In der gesellschaftlichen Speisewirtschaft der DDR wurden am Tag über 12 Mio. Essensportionen ausgegeben mit einem Versorgungsgrad von 71%.

Quantitativ, gemessen an den meisten ausgegebenen Mittag Mahlzeiten, hatte die betriebliche Gemeinschaftsverpflegung den größten Anteil an der GV in der DDR. "800 Küchen mit 120.000 Beschäftigten boten über 9.000 Kantinen und Betriebsverkaufsstellen mindestens ein warmes Mittagessen zu einem durchschnittlichen Abgabepreis von 0,80 Mark (M) an. Die Differenz zum Herstellungspreis mit durchschnittlich 2,00 M, in der noch die übliche staatliche Subvention der Lebensmittel zuletzt im Verhältnis von 1: 0,87 M steckte, wurde aus den betrieblichen Kultur- und Sozialfonds finanziert.

An der Schülerspeisung, als eine weitere Hauptversorgungsleistung, sorgten 23.000 Beschäftigte in 4.360 Küchen, die der Volksbildung, dem Handel, kommunalen Einrichtungen bzw. Betrieben zugeordnet waren, für eine warme Mittag Mahlzeit, die von 87% der Schüler und 100% aller Kinder in den Vorschuleinrichtungen in Anspruch genommen wurden. Der Abgabepreis betrug bei Schülern und Lehrlingen 0,55 M, in der Kindertagesstätte 0,35 M. Zur Absicherung der Subventionen bei einem durchschnittlichen Herstellungspreis von 2,10 M stellte der Staat pro Jahr zuletzt 800 Millionen Mark zur Verfügung." (Dietrich Schilling, 1996, S. 157)

In Deutschland hatte eine warme Mittag Mahlzeit immer einen hohen Stellenwert.

In der ehemaligen DDR wurde 6,5 mal je Woche und Person eine warme Hauptmahlzeit gegessen (DGE, 1996, S. 67). Im Anhang B auf S. XXXIII, ist die Tab. 24: "Entwicklung des Gaststättenumsatzes in der DDR von 1966 bis 1988" aufgeführt. Die Tabelle macht deutlich, dass der Gaststättenumsatz von 1960 bis 1988 kontinuierlich zugenommen hat. Der Umsatz pro Kopf hat sich in diesem Zeitraum von 255 auf 680 Mark erhöht. Insgesamt betrug der Gaststättenumsatz in der DDR, 1988, 11.340 Mio. Mark.

6.7.2 Umfang der Gemeinschaftsverpflegung in der ehemaligen DDR (1985/88)

Ziel ist es die Ausgangssituation der GV vor 1990 und die seither eingetretenen Veränderungen aufzuzeigen. Auch wenn die GV in der ehemaligen DDR nicht immer den ernährungsphysiologischen und sensorischen Bedürfnissen entsprach, besaß sie mit 155.000 Beschäftigten und täglich 8,5 Mio. warmen Speisen einen hohen volkswirtschaftlichen und gesundheitspolitischen Rang. (DGE, 1996, S. 331)

In der ehemaligen DDR gab es in den Jahren 1985 bis 1988 ca. 50.000 Küchen die über 200 Portionen je Einrichtung täglich produzierten. In den Küchen haben ca. 155.000 Vollbeschäftigte gearbeitet und am Tag durchschnittlich 55 Speisen hergestellt.

Insgesamt wurden von den Betrieben täglich ca. 8,5 Mio. warme Speisen hergestellt. Dafür wurden pro Person ca. 750g Lebensmitteleinsatz kalkuliert. Siehe Tab. 29: "Anzahl der Küchen" im Anhang B auf S. XXXV.

6.7.3 Gemeinschaftsverpflegung in den neuen Bundesländern (NBL)

Um die Veränderungen nach der Vereinigung Deutschlands beurteilen zu können, wurden 1993 und 1995 repräsentative Befragungen nach Bevölkerungsdichte, Industrialisierungsgrad und Wirtschaftszweigen ausgewählter Gebiete und Einrichtungen durchgeführt. Darin einbezogen waren Studenten, Schüler und Berufstätige. Es zeigte sich, dass bereits im Jahr 1993 täglich nur noch knapp 2 Mio. Portionen an warmen Mahlzeiten ausgegeben wurden. "Nicht erfasste Bereiche (Kindertagesstätten, Heime, Krankenhäuser, Bundeswehreinrichtungen) und "Fremd-esser" in GV-Einrichtungen schätzungsweise hinzugerechnet, dürfte der Umfang der GV in den neuen Bundesländern 2,5 Mio. Portionen je Arbeitstag nicht überschritten haben. In den folgenden zwei Jahren ist ein weiterer Rückgang um 400.000 Portionen/Tag eingetreten. Gegenwärtig wird mit der täglichen Ausgabe von höchstens 2 Mio. Portionen gerechnet." (DGE, 1996, S. 331)

"Nach wie vor spielt der Anstaltsbereich in den NBL eine überdurchschnittlich wichtige Rolle. Die Subventionen für diese Einrichtungen bestanden einige Zeit weiter, z.T. jedoch mit abnehmender Tendenz. Von den ca. 20.000 Ausgabestellen (für Schülerspeisung, Kindergärten, Gesundheitswesen, Mensen) entfallen ca. 15.000 auf Schulen und Kindergärten. Diese Betriebe geben pro Tag 3 bis 4 Mio.

Essen aus. Für die Beschreibung der Zahl der Kantinen/Betriebsrestaurants ist die Datenbasis nach wie vor problematisch. Der Hoppenstedt vom Juli 1992 weist ca. 13.000 Betriebe aus. Jede dritte bis vierte Betriebsstätte hat eine Kantine. Die Anzahl der Kantinen/Betriebsrestaurants mit 30 warmen Essen und mehr wird auf 2.500 geschätzt. Nach Expertenmeinung befindet sich die ostdeutsche Gastronomie in einer Krise: (relativ) hohe Essenspreise, wenig Ambiente, Essensangebot nicht nach westdeutschem Standard, wirtschaftliche Krise in den neuen Bundesländern sind hierfür nur einige Gründe. Die Gastronomie lebt ganz überwiegend von Gästen aus den westlichen Bundesländern und von wirtschaftlich erfolgreichen Ostdeutschen. Daher kommt es zu starken regionalen Unterschieden, Rückgang der Gastronomie in den strukturschwachen Regionen, Fortbestand der Gastronomie in den wirtschaftlich attraktiven Räumen. Per Saldo überwiegt allerdings ein Rückgang. Die Anzahl der Gastronomiebetriebe mit mindestens 30 warmen Essen pro Tag wird auf 3.000 geschätzt. Grundsätzlich spielen Imbissbetriebe nach Expertenmeinung weiterhin eine bedeutende Rolle im Außer-Haus-verzehr in den NBL. Es bemühen sich viele Kommunen in den NBL, die Präsenz der nichtstationären Imbissbetriebe (Imbisswagen) durch den Entzug der Sondernutzungserlaubnis und der Gaststättenkonzession zurückzudrängen. Deshalb wird nach Expertenmeinung die Anzahl der nicht-stationären Imbissbetriebe derzeit ca. 15% niedriger sein als Anfang 1992." (CMA, 1994, S.16,17)

In den neuen Bundesländern gab es ca. 20.000 GV- Betriebe in den Anstalten, wozu auch Schulen, Mensen und Kindergärten zählten. Die Hälfte der Betriebe bereitete das Essen selbst. In den 2.500 Kantinen und Betriebsrestaurants wurden ca. 80% der Speisen selbst zubereitet. Die Gastronomie hatte einen Umfang von ca. 3.000 Betrieben und bereitete alle Speisen selbst zu, ebenso wie die Imbissbetriebe deren Anzahl 8.500 betrug. (Siehe Anhang B S. XXXV, Tab. 30: "Anzahl der GV-Betriebe in den Neuen Bundesländern").

6.7.4 Umfang der Gemeinschaftsverpflegung in den neuen Ländern

Die Ermittlung des Umfangs der GV in den neuen Bundesländern richtet sich auf die Beurteilung der Veränderungen nach der Wiedervereinigung.

Von 1993 bis 1995 ist die Anzahl der Betriebe mit warmer Hauptmahlzeit im produzierenden Gewerbe und der Landwirtschaft von 299 auf 367 gestiegen. Am größten war die Zunahme in der Industrie von 64% auf 71%. Im Wirtschaftszweig

Handel, Dienstleistung und Verwaltung hat sich die Anzahl der Betriebe von 1993 bis 1995 mehr als verdoppelt. Bei den Bildungseinrichtungen haben nur die allgemeinbildenden Schulen ihre Anzahl an Betrieben mit warmer Hauptmahlzeit von 41 auf 85 erhöht. (Siehe Anhang B, S. XXXVI, Tab. 32: "GV Betriebe 1993 und 1995"). Über die Grundgesamtheit im Großverbraucherbereich liegen fundierte Schätzungen, laut der CMA, vor. Die Anzahl der Betriebe, die 30 warme Essen und mehr pro Tag ausgaben, waren in den Anstalten und Mensen ca. 15.000. Selbst zubereitet wurden ca. 13.500, in den Kantinen und Betriebsrestaurants ca. 20.000 und in der Gastronomie ca. 35.000. Der Anteil der Betriebe, die dieses Essen selbst zubereiten war bei den Anstalten und Mensen 90%, bei den Kantinen und Betriebsrestaurants 50% und in der Gastronomie 100%. (Siehe Anhang B S. XXXVI, Tab. 32: "Grundgesamtheit im Großverbraucherbereich"). (Informationen zu den Imbissbetrieben im Anhang B S. XXXVI, Tab. 33: "Anzahl der Imbissbetriebe, mit mindestens 30 warmen Essen pro Tag")

7. Veränderungen des Mahlzeitenmusters von 1980 bis 2010

Das Ernährungsverhalten, der Lebensmittelverbrauch und die Zeit, die für die Mahlzeiteinnahme -zu und -nachbereitung aufgewendet wird, haben sich in den vergangenen 30 Jahren verändert. Die Struktur in Deutschland und der Alltag der Deutschen verändern sich und dies beeinflusst das Ernährungsverhalten. Dies zeigt sich durch die Verschiebung der Verbrauchsstrukturen, veränderte Zubereitungstechniken und durch die größere Vielfalt neuer Ernährungsformen.

Der Trend zur Biokost und Vollwerternährung, sowie zum Fast Food und Convenience Food und ebenso der Trend des Functional Food haben zugenommen. In den 80er-Jahren lag der Anteil an Vegetariern in der Bevölkerung bei 0,6%. Heute richten sich 4% der Deutschen nach einer bestimmten Ernährungsweise. Die größte Gruppe stellen die Vegetarier mit 1,6% dar.

Differenzen im Ernährungsmuster zwischen den neuen und alten Bundesländern sind zwar noch zu erkennen, jedoch haben sich Ost und West in weiten Teilen in ihrem Ernährungsverhalten angeglichen.

In den alten und neuen Bundesländern wird beim Außer-Haus-Verzehr am Häufigsten Fleisch gegessen. In den ABL wird öfter Salat oder Rohkost gegessen als in den NBL. Beilagen und Süßspeisen sind in etwa gleich beliebt. In den ABL werden weniger Kartoffeln verzehrt als in den NBL. Pommes Frites, Brötchen, Pizza und Fisch sind in den ABL beliebter als in den NBL. Hauptsächlich wird in den ABL und NBL in der deutschen Gastronomie gegessen und getrunken. Die Menschen in den ABL essen häufiger in der ausländischen Gastronomie als die Menschen in den NBL. Fast Food wird zu gleichen Teilen in den verschiedenen Bundesländern verzehrt. In den NBL wird zur Mittagszeit am Häufigsten gegessen und getrunken, in den ABL am Abend.

Der Konsum von Brot hat sich in den vergangenen 30 Jahren kaum verändert. Die Konsumhäufigkeit von Quark und Joghurt hat zugenommen. Es werden heute mehr Nudeln und weniger Kartoffeln gegessen als 1980. Der Konsum von Rohkost und Salaten ist in Deutschland deutlich gestiegen. Seit 1990 nimmt der Verbrauch von Getreideerzeugnissen, Gemüse, Geflügelfleisch, Käse und pflanzlichen Fetten zu. Der Verbrauch von Roggen, Kartoffeln, Alkohol, Fleisch, tierischen Fetten und Margarine nimmt ab. Seit 2004 ist ein Rückgang bei pflanzlichen Fetten zu verzeichnen.

Der Konsum von Obst ist bis 2004 leicht angestiegen, dann aber wieder gefallen.

Es ist ein Anstieg des Konsums von nicht-alkoholischen Getränken zu erkennen.

Männer und Frauen haben unterschiedliche Ernährungsgewohnheiten. Männer aßen 1980 und heute wesentlich mehr Fleisch, Wurstwaren und Fleischerzeugnisse als Frauen. Männer tranken auch mehr Bier als Frauen, jedoch ist für beide Geschlechter Wasser der Durstlöscher Nummer eins.

In der ehemaligen DDR war die Energiezufuhr der Männer durchschnittlich zu hoch. Die Energieaufnahme der Männer lag mit 3.200 kcal täglich im Schnitt 15% über den ernährungsphysiologischen Empfehlungen. Zur zu hohen Energieaufnahme trug auch der Alkohol bei. Bei den Frauen lag die Energieaufnahme im empfohlenen Bereich.

Die Energieaufnahme ist bei beiden Geschlechtern in Gesamtdeutschland bis zum Jahr 2000 zurückgegangen. Es wurden im Jahr 2000 im Durchschnitt weniger Proteine, weniger Fett, weniger Alkohol und weniger Kohlenhydrate als im Jahre 1980 zugeführt. Der Alkoholkonsum ist im Jahr 2000 von durchschnittlich 34 g/Tag bei Frauen auf 9,7 g/Tag und bei Männern von 69 g/Tag 1980 auf 16,5 g/Tag gesunken.

Die Vitamin und Mineralstoffversorgung ist ähnlich geblieben, ebenso wie die Zufuhr von Ballaststoffen. Die Tabelle 9 zeigt einen Vergleich der Veränderungen in der Aufnahme an Energie und Nährstoffen durch die Veränderungen in der Ernährung in den Jahren 1980 und 2000. Die Tab. 9: "Vergleich der mittleren, täglichen Zufuhr an Energie und Nahrungsinhaltsstoffen pro Person und Tag im Durchschnitt von den Jahren 1980/81 und 2000" befindet sich im Anhang B auf der S. XIX.

Trotz der geringeren Fettaufnahme 2008 im Vergleich zur Fettaufnahme 1989 hat das Übergewicht insgesamt zugenommen. Die Fettaufnahme von Männern und Frauen lag 1989 und 2008 über dem Empfohlenen Wert von 30 Energie%.

Die Kohlenhydratzufuhr lag unterhalb des Richtwerts von über 50% der Energiezufuhr. Die Ballaststoffzufuhr lag ebenfalls unter dem Richtwert von 30 g/Tag. Der Alkoholkonsum ist von 1989 bis 2008 zurückgegangen und lag 2008 unterhalb des Richtwerts.

Die Versorgung mit Kalzium, Eisen (vor allem bei den Frauen) sowie Jod, Folsäure und Vitamin D war und ist zu gering. Es wurde 2008 immer noch zu wenig Obst und Gemüse verzehrt. Der Supplementkonsum hat von 1989 bis 2008 zugenommen.

Junge Menschen aßen im Jahr 2008 ca. 35g Süßigkeiten am Tag. Bei den älteren Deutschen waren es nur noch 10g/Tag.

Die Vitamin- und Mineralstoffversorgung in Deutschland war weitgehend ausreichend. Die Aufnahme von Vitamin D und Folsäure sowie Eisen bei Frauen im gebärfähigen Alter und Vitamin C bei einem Drittel aller Männer und Frauen lag unter den Empfehlungen der DGE. Die Zufuhr von Natrium, Kalium, Magnesium und Zink lag über den Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr. Im Anhang B auf S. XX ist in der Tab. 10: "Durchschnittlicher Verzehr ausgewählter Nahrungsmittel nach Geschlecht und Altersgruppe" ein Überblick über die heutigen Verzehrsgewohnheiten aufgeführt. Der Verzehr der verschiedenen Lebensmittelgruppen wird in g/Tag pro Altersgruppe und Geschlecht angegeben. Ich gebe einen kurzen Überblick über das Essverhalten, in dem ich die Altersgruppen zusammenfasse und die Durchschnittswerte pro Geschlecht angebe.

Daraus geht hervor, dass Insgesamt Männer im Jahr 2008 im Durchschnitt 178g Brot am Tag gegessen haben, während Frauen im gleichen Zeitraum 133g Brot verzehrten. Männer aßen 133g Getreideerzeugnisse und Frauen 129g am Tag. Kartoffelerzeugnisse wurden von Männern 83g und von den Frauen 65g am Tag gegessen. Obst und Obsterzeugnissen wurden zwischen 230 und 280g am Tag gegessen. Männer aßen im Durchschnitt 248g Milcherzeugnisse und Frauen 227g/Tag. Männer nahmen 29g Fette und Öle und Frauen 20g/Tag zu sich. Männer aßen 103g Fleischerzeugnisse pro Tag, während Frauen nur 53g/Tag konsumierten. Fischerzeugnisse wurden dagegen von Männern nur 15g/Tag und von Frauen 13g/Tag konsumiert. Aus der Tab. 11: "Verbrauch von Getränken pro Kopf" im Anhang B auf S. XXII geht hervor, wie sich der Getränkekonsum zwischen den Jahren 2001 und 2008 verändert hat. Deutlich zu sehen ist der Rückgang von alkoholischen Getränken in dem Zeitraum. Der Verbrauch an alkoholfreien Getränken hat zugenommen, hierbei besonders der von Mineralwasser.

Cvenienceprodukte, speziell Tiefkühlprodukte haben in Deutschland stark zugenommen. Der Pro-Kopf-Verbrauch von Tiefkühlkost hat in Deutschland von 1989 bis 2009 von 22 Kg pro Kopf auf 39,3 Kg pro Kopf zugenommen, dies entspricht einer Steigerung von 79%.

Das klassische Mahlzeitensystem der drei Hauptmahlzeiten am Tag ist fester Bestandteil des Alltagslebens der Deutschen. Dabei wird die Mehrzahl der Mahlzeiten mit anderen Personen zusammen eingenommen.

Das Essen Außer Haus gehörte in den 90er-Jahren für 17,9% der Deutschen zum täglichen Ernährungsalltag. Die Teilnahme an der GV war abhängig von Alter, Einkommen und Berufstätigkeit. Der Außer-Haus-Markt hat sich seitdem stark

ausgeweitet. Derzeit isst gut ein Viertel der Bevölkerung mindestens einmal pro Tag Außer Haus.

Eine Auflösung der herkömmlichen Mahlzeitenstrukturen lässt sich nicht erkennen. In der Zeitbudgeterhebung 2001/02 haben die Deutschen angegeben, dass sie durchschnittlich 21 Minuten mehr am Tag für das Essen aufwenden als im Jahr 1991/92. Der Außer-Haus-Verzehr ist von 17,9 auf 26% gestiegen. Die Bedeutung des Außer-Haus-Verzehrs nimmt weiter zu, ohne allerdings die Dominanz der häuslichen Ernährungsversorgung aufzulösen. Berufstätige Singles sind die Intensiv-Nutzer der AHV.

Die Zeitbudgeterhebung 2001/02 zeigt auf, dass es feste Tageszeiten gab, zu denen gegessen wurde. Mehr als 60% der Deutschen ab 12 Jahren aßen zwischen 6.00 und 9.00 Uhr Frühstück. Das Mittagessen wurde zwischen 12.00 und 14.00 Uhr eingenommen und das Abendbrot gab es zwischen 18.00 und 20.00 Uhr.

Für die Mahlzeiteneinnahme wurden durchschnittlich 56 Minuten aufgewandt. Zwischenmahlzeiten nahmen 1991 32 Minuten ein. Diese Zeit ist mittlerweile bei 47 Minuten angelangt. Die Mahlzeiteneinnahme dauert im Durchschnitt 20 Minuten. Erwerbstätige legen besonderen Wert auf das Abendbrot. Sie nehmen sich dafür deutlich mehr Zeit als für die Mittagsverpflegung.

7.1 Zeittafel GV- Praxis

Die GV-Praxis ist eine der führenden Wirtschaftsfachzeitschriften für professionelle Gemeinschaftsverpflegung in Deutschland. Ihre Schwerpunkte liegen auf aktuellen Managementthemen, Fallstudien und Marktanalysen. Dienstleistungsmärkte wie das Catering und Vending stehen dabei im Fokus.

Ich führe Trendanalysen und Artikel, die auf Veränderungen des Mahlzeitenmusters in der Gemeinschaftsverpflegung hinweisen, im Zeitvergleich, zwischen 1980 und 2010 tabellarisch auf, um einen subjektiven Überblick über die Veränderungen zu geben. Die Übersicht ist als Zeittafel in der Tab. 36: " Ausgewählte GV-Praxis Artikel chronologisch von 1980 bis 2010", im Anhang B, auf S. XXXVIII zu finden.

7.2 Conveniencemarkt von 1980 bis 2010 in Deutschland

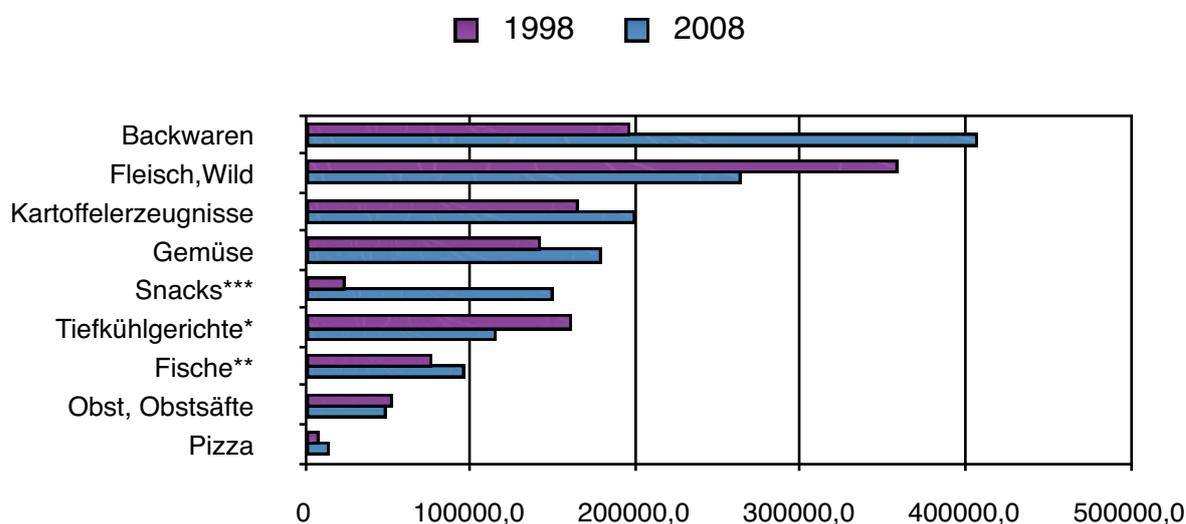
Früher waren die Warengüter knapp. Heute haben die Menschen das Gefühl, es ist die Konsumzeit, die knapp geworden ist. Je unregelmäßiger gekocht wird, desto

stärker steigt der Anteil an Halbfertig- und Fertigprodukten, da die Vorratshaltung von frischen Lebensmitteln in diesen Haushalten nicht wirtschaftlich ist. Durch die steigende Anzahl an Einpersonen-Haushalten nimmt der Conveniencemarkt weiter zu, da die allein lebenden Personen für sich allein keinen hohen Kochaufwand betreiben wollen. In kleineren Haushalten wird öfter kalt gegessen oder auf Fertigprodukte zurück gegriffen. In kleinen Haushalten mit jungen Menschen wird weniger gekocht oder Convenience-Cooking betrieben.

In der GV gehören Convenienceprodukte zur alltäglichen Speisenzubereitung. Die Vielfalt an Mahlzeiten und der günstige Preis der Gerichte wähen ohne Convenienceprodukte nicht zu realisieren. Es gibt viele verschiedene Variationen von Fertigprodukten. Diese werden durch unterschiedliche Methoden konserviert.

Konserven sind Lebensmittel und Genussmittel, die durch eine spezielle Konservierungsmethode und eine geeignete Verpackung vor dem mikrobiellen Verderb geschützt sind. Da es zu umfangreich wäre, auf sämtliche Konservierungsmethoden einzugehen, beschränke ich mich in meiner Darstellung der Veränderungen, der letzten 30 Jahre im Conveniencemarkt, auf Tiefkühlprodukte.

7.2.1 Tiefkühlmarkt in der Außer-Haus-Verpflegung



Mengenentwicklung in Tonnen (t)

* Inkl. Eintöpfe und Suppen

** Inkl. Krusten- und Weichtiere

*** Inkl. Getreide- und Mehlerzeugnisse, Milcherzeugnisse, Süßspeisen

(Deutsches Tiefkühlinstitut, Mengenentwicklung und Veränderung, <http://www.tiefkuehlkost.de/tiefkuehlmarkt/statistiken/>, Stand: 27.07.2010)

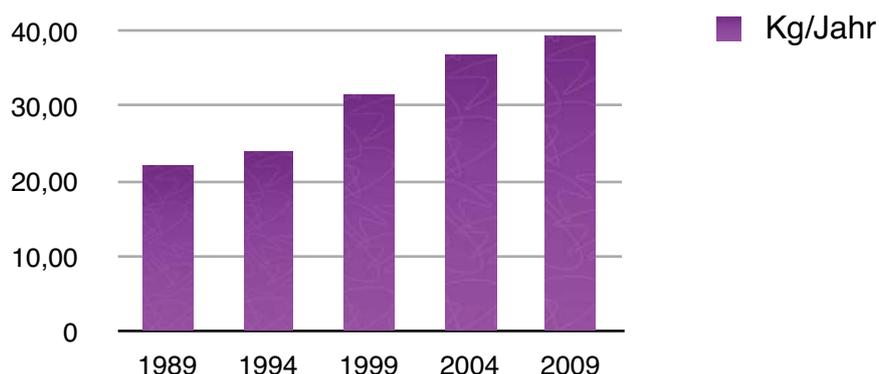
Abb. 38: Mengenentwicklung und Veränderungen des Tiefkühlmarkts von 1998 bis 2008

Der Tiefkühlmarkt hat in den letzten dreißig Jahren kontinuierlich zugenommen.

Die Gegenüberstellung der Jahre 1998 und 2008 des Tiefkühlmarkt in der Außer-Haus- Verpflegung zeigt: Der Verkauf von Backwaren hat sich von 1998 bis 2008 mehr als verdoppelt. Waren es 1998 196.975 Tonnen, sind es 2008 407.461 Tonnen. Das entspricht einem Zuwachs von 106,9% in diesem Sortiment. Neue Verkaufsschlager im Tiefkühlsortiment sind die Snacks 2008, mit einem Plus von 518% zu 1998.

7.2.2 Pro Kopf Verbrauch von Tiefkühlkost in Deutschland, von 1989 bis 2009

Das Diagramm zeigt den Pro-Kopf-Verbrauch von Tiefkühlkost in Deutschland von 1989 bis 2009 in Kilogramm ohne Speiseeis. Die Zunahme von 22 Kg pro Kopf auf 39,3 Kg pro Kopf, von 1989 bis 2009, entspricht einer Steigerung von 79%.



(Deutsches Tiefkühlinstitut e. V., Absatz-/Umsatzentwicklung Tiefkühlkostmarkt in Deutschland 1989-2009, <http://www.tiefkuehlkost.de/tiefkuehlmarkt/statistiken/>, Stand: 27.07. 2010)

Abb. 39: Pro-Kopf-Verbrauch von Tiefkühlkost in Deutschland von 1989 bis 2009

Um einen detaillierteren Eindruck zu bekommen, welche Produkte den Tiefkühlmarkt weiter ausgebaut haben, folgt eine Übersicht über ausgewählte TK- Erzeugnisse und ihren Verbrauch in Tonnen im Anhang B auf S. XL, Tab. 37: "Verbrauch von Tiefkühlkost 2000 bis 2008".

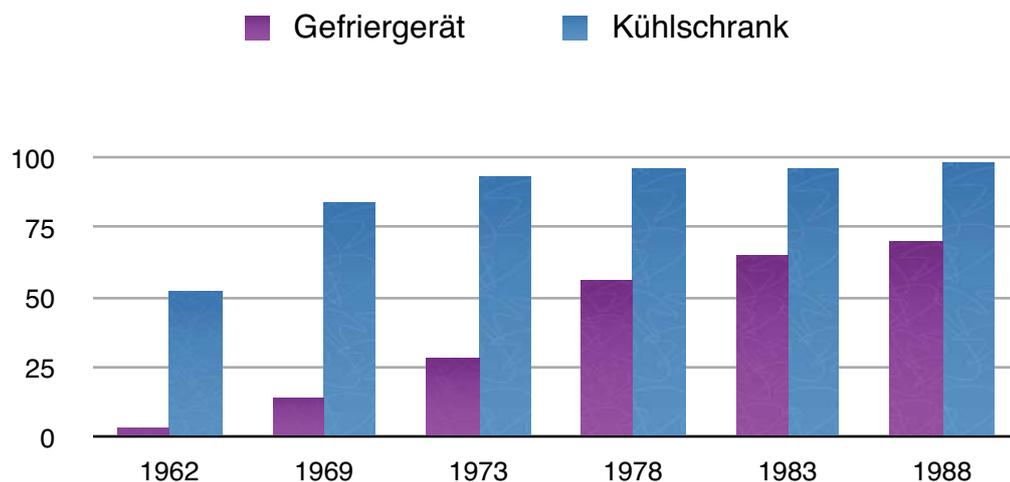
Von 2000 bis 2008 hat der Verbrauch von Gemüse, Obst und Fruchtsäften, Kartoffelerzeugnissen, Fleisch und Wild, Milcherzeugnissen und Süßspeisen sowie Backwaren bei den Tiefkühlerzeugnissen zugenommen.

Der Verbrauch von Geflügel, Fisch und Fischprodukten sowie Eiscreme hat abgenommen. Der Verbrauch von Fertiggerichten hat über den gleichen Zeitraum enorm zugenommen.

7.2.3 Ursachen für die Zunahme der Tiefkühlkost

Der Verzehr von Convenienceprodukten, speziell Tiefkühlgerichten hat stark zugenommen. Dies liegt auch daran, dass die Haushalte mittlerweile besser ausgestattet sind. Der Verbrauch von Tiefkühlkost (TK) wird vermutlich weiterhin zunehmen, denn es ist eine Konservierungsform, bei der die Nährstoffe und Vitamine gut erhalten bleiben und auch die Sensorik und der Geschmack eine gute Qualität behalten. Auch das Handling mit TK-Kost ist ein Pluspunkt. Viele Verpfleger sind in ihrem Sortiment so eingestellt das sie ohne TK nicht dem Bedarf und dem Wunsch nach Vielfalt an Speisen gerecht werden könnten.

Am Anfang der TK-Kost hatte natürlich fast niemand ein Tiefkühlgerät. Doch die Vorteile waren so groß, dass sich die Geräte schnell durchsetzten.



(Statistisches Bundesamt, 1990, S. 18)

Abb. 40: Zunahme der Kühl- und Gefriergeräte von 1962 bis 1988 in Prozent

Die Abbildung zeigt die Zunahme der Kühl- und Gefriergeräte von 1962 bis 1988 in Prozent. 1962 hatten gerade mal ca. 50% der Deutschen Bevölkerung einen Kühlschrank bis zum Jahr 1988 hat sich dieser Anteil fast verdoppelt. 1988 hatte fast jeder Deutsche einen Kühlschrank. Einen Gefrierschrank hatte 1962 noch fast kein Deutscher. 1988 hatten bereits über 60% der Deutschen einen Gefrierschrank.

8. Fazit: Bewertung der Mahlzeitenentwicklung von 1980 bis 2010, in Deutschland und Auswirkungen auf die Gemeinschaftsverpflegung

Die Mahlzeitenmuster haben sich zwischen 1980 und 2010 in Deutschland verändert. Dies hat sich auch auf die Gemeinschaftsverpflegung ausgewirkt.

Die Analyse der Daten ergibt, dass sich zum einen das Ernährungsverhalten und der Lebensmittelverbrauch in Deutschland, zum anderen der Zeitaufwand für die Mahlzeiteinnahme -vor und -zubereitung nachhaltig verändert hat.

Die Deutschen nehmen sich heute deutlich mehr Zeit für die Mahlzeiteinnahme als vor 30 Jahren. Der Zeitaufwand von Erwerbstätigen im Vergleich zu nicht Erwerbstätigen unterscheidet sich. So versuchen Erwerbstätige beispielsweise durch zeitsparende Zubereitungsmethoden und küchenfertige Produkte den Zeitaufwand beim Kochen zu minimieren.

Momentan nutzen 15% der erwerbstätigen Frauen und 24% der erwerbstätigen Männer das Angebot einer Kantine. Jedoch haben 23% der erwerbstätigen Frauen und 26% der erwerbstätigen Männer keine Möglichkeit eine Kantine zu nutzen. Das Angebot der GV ist also noch ausbaufähig.

Der Verbrauch von Convenienceprodukten, besonders von Tiefkühlprodukten hat im Privathaushalt und in der Gemeinschaftsverpflegung erheblich zugenommen. Diese Entwicklung ist schwer zu bewerten. Es kommt darauf an, welche Produkte verwendet werden. Allgemein sind die Vitamin- und Nährstoffverluste bei TK-Produkten gering. Die Qualität ist hochwertig. Das Hauptproblem bei Fertiggerichten ist der oft zu hohe Salz- und Fettgehalt der Produkte. Mittlerweile werden aber auch viele fettreduzierte Ersatzprodukte angeboten.

Der allgemeine Verbrauch an tierischen und pflanzlichen Fetten hat sich reduziert. Diese Entwicklung ist positiv zu bewerten.

Die Menschen legen insgesamt mehr Wert auf eine gesunde Ernährung als vor 30 Jahren. Jedoch gestalten sich die Mahlzeitenmuster bei jedem Menschen, je nach dem welchen Lebenswandel er führt, unterschiedlich.

Ein gesundes Ernährungsverhalten ist u.a. abhängig vom Bildungsgrad und Einkommen der Menschen. Je höher der Bildungsgrad, desto gesünder tendenziell die Ernährungsweise und geringer der durchschnittliche BMI. Mit steigendem Pro-Kopf-Einkommen sinkt der Anteil der Übergewichtigen beziehungsweise Adipösen.

Trotz eines gestiegenen Interesses an der Gesundheit sind 66% der Männer und fast 51% der Frauen in Deutschland übergewichtig. 1980 waren noch 39% der Männer und 47% der Frauen in den alten Ländern übergewichtig. Auch wenn die DDR-Bürger nicht mit eingerechnet wurden, zeigt dies, dass die Anzahl an übergewichtigen Menschen seit 1980 zugenommen hat. In den letzten zehn Jahren ist der Anteil der Übergewichtigen und Adipösen bei jungen Männern um etwa acht Prozent, bei jungen Frauen um etwa sieben Prozent gestiegen. Ein Grund dafür ist neben der nicht optimalen Ernährungsweise die unzureichende Bewegung in Deutschland. Insgesamt treiben 37% der Männer und 38% der Frauen keinen Sport (Nationaler Aktionsplan, 2008, S. 29). Dies ist eine, aus ernährungsphysiologischer Sicht, ungünstige Entwicklung. Die Arbeitsbedingungen haben sich ebenfalls verändert. Die Energieaufnahme wurde dem gesunkenen Energiebedarf, durch die Abnahme körperlicher Arbeit nur mangelhaft angepasst.

Der Supplementkonsum hat in den vergangenen 30 Jahren zugenommen. Derzeit nehmen 28% der Deutschen Supplemente ein.

Der ansteigende Süßigkeitenverzehr, sowie die Zunahme im Verbrauch verschiedener Erfrischungsgetränke, führt zu einer deutlichen Zunahme der Zufuhr an Mono- und Disacchariden. Diese Entwicklungen sind als ungünstig zu bewerten.

7% der Deutschen müssen heute aus Krankheitsgründen spezielle Diäten einhalten, 5% der Deutschen machen Reduktionsdiäten. Diabetes mellitus und andere ernährungsmitbedingte Erkrankungen nehmen zu. Die GV sollte sich vor diesem Hintergrund auf derartige Entwicklungen einstellen und ihre Menüstruktur anpassen. Es ist sinnvoll zucker- und fettreduzierte Produkte in das Verpflegungsangebot mit einfließen zu lassen.

Das Essverhalten einiger Menschen ist heute gestört. Sie essen teilweise ohne Hunger oder aus Frustration oder Stress. Ein Fünftel der jungen Menschen zwischen 11 und 17 Jahren leiden in Deutschland unter Essstörungen. Mädchen sind fast doppelt so häufig davon betroffen als Jungen. (Nationaler Aktionsplan, 2008, S. 13)

Die langfristig zu beobachtende Abnahme des Verbrauchs von Getreide und Kartoffeln hat vermutlich zu einer Abnahme der Zufuhr an Polysacchariden und Ballaststoffen geführt. Jedoch ist mittlerweile wieder ein Verbrauchsanstieg an Getreideerzeugnissen zu verzeichnen, der wahrscheinlich auf das steigende Angebot an belegten Brötchen und Snacks in der AHV zurückzuführen ist.

Die Außer-Haus-Verpflegung bietet sehr viele frittierte Produkte an. Der Anstieg des Verbrauchs an frittierten Kartoffelerzeugnissen hat die Zufuhr von unerwünschten Fettsäuren begünstigt.

Im Verlauf der letzten 30 Jahre wurde vermehrt Obst und Gemüse verzehrt, was sich positiv auf die Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen auswirkt. Jedoch sind die Empfehlungen der DGE, fünf mal am Tag Obst und Gemüse zu verzehren, längst nicht erfüllt.

Die Deutsche Bevölkerung legt gleichwohl immer mehr Wert auf frische und gesunde Produkte. Die Gemeinschaftsverpflegung reagiert auf die wachsende Nachfrage. In 75% der Betriebskantinen gibt es heute ein Salatangebot. Dies ist eine positive Entwicklung.

Der Trend zu ökologisch angebauten Produkten hat in den vergangenen 30 Jahren stark zugenommen. Dies zeigt sich auch an dem Verpflegungsangebot in der Gemeinschaftsverpflegung. Viele Betriebe integrieren anteilig Bio-Lebensmittel in ihre Rezepturen und tragen damit zur ökologischen Nachhaltigkeit bei.

Jedoch geht es einer Vielzahl der Verbraucher nicht primär um „Bio“ im Lebensmittel. Wichtig ist die Frische und Naturbelassenheit der Produkte. Der Hauptteil der Verbraucher möchte keine künstlichen Zusatzstoffe und keine gentechnisch veränderten Nahrungsbestandteile in seinen Lebensmitteln. Der Preis der Speisen spielt für den Kunden sowohl beim privaten Einkauf als auch in der GV eine wichtige Rolle. Es ist daher sinnvoller als GV-Betrieb saisonal und regional einzukaufen und die Speisen zu einem günstigen Preis abgeben zu können, als primär auf Bio-Waren Wert zu legen.

Der Verbrauch von Frischmilch nimmt konstant ab. Dies ist auf die Versorgung mit Kalzium negativ zu bewerten wird jedoch durch den gestiegenen Verbrauch von Milchprodukten kompensiert.

Der Fleischkonsum ist in den vergangenen 30 Jahren zurückgegangen, was eine positive Entwicklung darstellt. Der immer noch hohe Fleischkonsum trägt zwar zu einer guten Versorgung mit Vitaminen (A,B1,B12) und Spurenelementen (Eisen,Zink) bei, jedoch kann er zu einer erhöhten Fettzufuhr beitragen. Vor allem aber trägt ein zu hoher Fleischkonsum zur Aufnahme unerwünschter Nahrungsbegleitstoffe wie Purinen, gesättigten Fettsäuren und Cholesterin bei.

Die Anzahl an Vegetariern hat zugenommen. Mit ihr hat auch die Anzahl an vegetarischen Gerichten in der GV zugenommen.

Auch wenn die Vegetarier mit 1,6% der deutschen Bevölkerung nur eine Randgruppe bilden, werden zunehmend vegetarische Menüs in das Angebot der GV integriert. Zu 90% werden vegetarische Menüs im Verpflegungsangebot der GV-Betriebe in Deutschland berücksichtigt. Dies ist eine sehr positive Entwicklung.

Es wird allgemein weniger Alkohol konsumiert. Der Bierkonsum ist zurückgegangen, gleichzeitig trinken die Deutschen mehr Mineralwasser, was als positive Entwicklung zu bewerten ist. Der Genuss von Limonaden ist nach wie vor sehr beliebt und durch den hohen Zuckeranteil eher negativ zu bewerten.

Die traditionelle Ernährungsweise, dargestellt durch die drei Hauptmahlzeiten, die über den Tag verteilt werden, hat weiter Bestand.

Die Teilnahme an der GV hat im Verlauf der vergangenen 30 Jahre zugenommen. In der ehemaligen DDR war der Grad der GV bis zur Wiedervereinigung 1989 extrem hoch. Nach der Wiedervereinigung gab es einen Bruch in diesem System. In den letzten 20 Jahren hat sich die Präsenz der GV in den neuen Ländern dem Niveau im Westen langsam angepasst.

Das Ernährungsverhalten in den alten und neuen Bundesländern hat sich in den vergangenen 30 Jahren angenähert, weist aber immer noch Unterschiede auf. Dies ist in der GV zu berücksichtigen.

Für die Menschen, die Außer Haus essen, ist die Mittagsverpflegung die Mahlzeit die sie am Häufigsten in Anspruch nehmen.

Die Zunahme der GV-Teilnahme hat unterschiedliche Ursachen. Die Umstrukturierung der Schulen zu Ganztagschulen hat zu einer Zunahme von Personen geführt, die durch die GV versorgt werden müssen. Zu dieser Entwicklung hat darüber hinaus die Zunahme an älteren Menschen in der Bevölkerung geführt. Weitere Gründe für die Zunahme der Beteiligung an der GV sind die sich wandelnden Haushalts- und Arbeitsstrukturen.

Die Altersstruktur in Deutschland verändert sich weiter. Es werden in Zukunft mehr alte Menschen über die GV gepflegt werden. Das Essverhalten wird vermehrt durch ältere Menschen geprägt sein.

Durch den wachsenden Anteil der älteren Bevölkerung wird die Anzahl an Pflegebedürftigen vermutlich weiter ansteigen. Die Versorgung durch die GV wird dadurch vermutlich weiter zunehmen, da viele ältere Menschen in Pflege- und Kurheimen, in Krankenhäusern und Rehakliniken und zum Teil in ihrem häuslichen Umfeld, beispielsweise durch "Essen auf Rädern", versorgt werden müssen.

Im Seniorenalter sind viele Menschen alleinstehend. Sie könnten durch die GV, was Geselligkeit und den Austausch mit anderen Menschen angeht, profitieren.

Saisonale und regionale Produkte werden wahrscheinlich an Bedeutung zunehmen, da ältere Menschen viel Wert darauf legen. Um auch im Alter noch fit und gesund zu sein, wird der Stellenwert einer gesundheitsförderlichen Ernährungsweise und einer allgemein gesünderen Lebensweise in der deutschen Gesellschaft gewiss noch weiter zunehmen.

Die Anforderungen an die Verpflegung älterer Menschen muss bedacht werden. Auf Wünsche und Bedürfnisse muss eingegangen werden. Spezielle Angebote und Kostformen für pflegebedürftige und kranke Menschen, Essvorlieben und Gewohnheiten müssen berücksichtigt werden. In der GV sollte es spezielle Seniorenmahlzeiten und altersgerechte Menüs geben.

Die GV sollte sich darauf einstellen. Vor allem muss gegen die zunehmende Mangelernährung und das Untergewicht älterer Menschen, besonders Hochbetagter, angesteuert werden.

Die GV wird von den unterschiedlichsten Zielgruppen immer häufiger in Anspruch genommen. Derzeit isst gut ein Viertel der Bevölkerung mindestens einmal pro Tag Außer Haus, von 53% der Studentinnen und 68% der Studenten wird die Mensa genutzt. Die Beteiligung an der GV ist bei den jungen Deutschen (19-24 Jahre) am Häufigsten. Von den Schülerinnen und Schülern ab 14 Jahren nutzen 17% die GV. Die Tendenz ist hierbei steigend. 52% der allein lebenden berufstätigen Singles nutzen an Werktagen die Außer-Haus-Verpflegung, speziell zur Mittagszeit.

Der Anspruch an eine gesundheitsförderliche Verpflegung sollte, durch die steigende Inanspruchnahme der GV, tief in den Leitsätzen für eine ökologische, ökonomische und vor allem gesunde GV verankert sein.

Da besonders Imbiss-Essen, Fast Food und Snacks bei der jüngeren Generation beliebt sind, diese neue Form der Ernährung jedoch oft sehr fett-und salzhaltig- und allgemein ungesund ist, sollte über gesunde Varianten dieser schnellen "Sattmacher" in der AHV nachgedacht werden. Wünschenswert wäre ein weiter zunehmendes gesundheitsorientiertes Verpflegungsangebot in der GV.

Den meisten Deutschen ist es nach wie vor wichtig, ihre Mahlzeiten mit Anderen zusammen, gemeinschaftlich zu erleben. Das Ambiente sollte daher in einer modernen GV ebenfalls berücksichtigt werden.

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1:	Trends im Einkaufsverhalten	S. 17
Abb. 2:	Subjektive Ernährungsdefizite	S. 18
Abb. 3:	Kaufkriterien bei Lebensmitteln	S. 19
Abb. 4:	Entwicklung der Betriebe im ökologischen Landbau von 1994 bis 2007	S. 21
Abb. 5:	Ausgewogene Ernährung ist auch eine weltanschauliche Positionierung	S. 23
Abb. 6:	Wachsendes Gesundheitsbewusstsein in allen Altersgruppen	S. 24
Abb. 7:	Sportliche Aktivitäten und bewusste Ernährung	S. 25
Abb. 8:	Modell einer Mahlzeit	S. 33
Abb. 9:	Entstrukturierte Tagesabläufe	S. 36
Abb. 10:	Mahlzeiten nach energetischer Aufteilung	S. 36
Abb. 11:	Entwicklung der Altersstruktur von 1950 bis 2050	S. 37
Abb. 12:	Ausstattungsgrad privater Haushalte mit Haushaltsgeräten	S. 41
Abb. 13:	Aufwendungen privater Haushalte	S. 42
Abb. 14:	Struktur der Ausgaben privater Haushalte für Nahrungsmittel, Getränke und Tabakwaren im Jahre 2003	S. 42
Abb. 15:	Struktur der Ausgaben für Nahrungsmittel 2003	S. 43
Abb. 16:	Zeit als knappe Ressource	S. 44
Abb. 17:	Zeitverteilung für die Hauptmahlzeiten	S. 45
Abb. 18:	Durchschnittliche Zeitverwendung (von Personen ab 10 Jahren) 2001/2002	S. 46
Abb. 19:	Essen im Zeitvergleich 1991/92 und 2001/02	S. 47
Abb. 20:	Essen Außer Haus 1991/92 und 2001/02	S. 48
Abb. 21:	Beteiligungsgrad an der Mahlzeiteneinnahme	S. 49
Abb. 22:	Tagesverlauf der Tätigkeiten der Beköstigung nach Geschlecht	S. 49
Abb. 23:	Gewandeltes Selbstverständnis von Frauen	S. 51
Abb. 24:	Trotz neuen Rollenverständnisses: Keine Angleichung der Themeninteressen von Männern und Frauen	S. 52
Abb. 25:	Kochen im Haushalt nach Geschlecht und Berufstätigkeit	S. 53

Abbildungsverzeichnis

Abb. 26:	Ernährungswelten (nach Geschlecht)	S. 53
Abb. 27:	Gedanken von Singles über die eigene Ernährung (nach Geschlecht)	S. 54
Abb. 28:	Das gemeinschaft-stiftende Potential der Ernährung	S. 55
Abb. 29:	Prozentuale Häufigkeit der Besuche verschiedener Speiselokale durch Jugendliche	S. 59
Abb. 30:	Entwicklung des Pro-Kopf-Verbrauchs ausgewählter pflanzlicher Erzeugnisse von 1990 bis 2008 in Deutschland.	S. 63
Abb. 31:	Die Entwicklung des Pro-Kopf-Verbrauchs ausgewählter tierischer Erzeugnisse von 1990 bis 2008 in Deutschland.	S. 64
Abb. 32:	Anteil übergewichtiger Personen (lt. Brocca-Index)	S. 75
Abb. 33:	Wo findet Ihr monatlicher "Außer-Haus-Verzehr" statt und wie viel geben Sie im Durchschnitt dafür aus?	S. 77
Abb. 34:	Außer-Haus-Konsum -Was wird gegessen?	S. 78
Abb. 35:	Wo wird gegessen und getrunken?	S. 78
Abb. 36:	Wann wird gegessen und getrunken?	S. 79
Abb. 37:	Nutzung von Einrichtungen der GV durch die im Privathaushalt lebenden Personen	S. 82
Abb. 38:	Mengenentwicklung und Veränderungen des Tiefkühlmarkts von 1998 bis 2008	S. 92
Abb. 39:	Pro Kopf Verbrauch von Tiefkühlkost in Deutschland von 1989 bis 2009	S. 93
Abb. 40:	Zunahme der Kühl- und Gefriergeräte von 1962 bis 1988 in Prozent	S. 94

Literaturverzeichnis

Anders, H.-J., Rosenbauer, J., Matiaske, B. (1990): Repräsentative Verzehrsstudie in der Bundesrepublik Deutschland incl. West-Berlin, Frankfurt/Main.

Angres, V., Hutter C.-P., Ribbe, L. (2001): Futter fürs Volk - Was die Lebensmittel-industrie uns aufischt, München.

Arens - Azevedo, U., Bober, S. (1995): Ernährung in der Gemeinschaftsgastronomie, Hamburg.

Barlösius, Eva (1999): Soziologie des Essens: eine sozial- und kulturwissen-schaftliche Einführung in die Ernährungsforschung, München.

Barlösius, E., Feichtinger, E., Köhler, B. M. (1995): Ernährung in der Armut - Gesund-heitliche, soziale und kulturelle Folgen in der Bundesrepublik Deutschland, Berlin.

Besch, M., Bodenstedt, A. A., Kibler, R., Teuteberg, H. J. (1987): Ernährung heute und morgen- Entwicklung- Beratung- Bewertung, Frankfurt.

Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) (2008): In Form - Nationaler Aktionsplan, Berlin.

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSJ) (2008): Nationaler Aktionsplan für ein kindgerechtes Deutschland, Berlin

Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) (2009): Statistisches Jahrbuch über Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, Bonn.

Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz zusammen mit dem Max-Rubner-Institut: Nationale Verzehrsstudie 2.
<http://www.was-esse-ich.de>. Stand 11.08.2010.

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ), Statistisches Bundesamt (2003): Wo bleibt die Zeit, Wiesbaden.

Bundesvereinigung der Deutschen Ernährungsindustrie e.V.
<http://www.bve-online.de/download/jahresbericht2010>. Stand 22.07.10

CMA - Frohn Hermann (1994): CMA-Mafo-Jahrbuch 1994 Der Markt der Groß-verbraucher, Bonn.

Counihan, C., Van Esterik, P. (1997): Food and Culture - A Reader, New York.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (1980): Ernährungsbericht 1980, Frankfurt/Main.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (1984): Ernährungsbericht 1984, Frankfurt/Main.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (1988): Ernährungsbericht 1988, Frankfurt/Main.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (1992): Ernährungsbericht 1992, Frankfurt/Main.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (1996): Ernährungsbericht 1996, Frankfurt/Main.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (2000): Ernährungsbericht 2000, Frankfurt/Main.

- Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (2004): Ernährungsbericht 2004, Bonn.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (2007): Qualitätsstandards für die Schulverpflegung, Bonn.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (2008): Ernährungsbericht, Bonn.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (2009): Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung, Bonn.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (2009): Qualitätsstandards für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen, Bonn.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (2009): Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder, Bonn.
- Deutscher Fachverlag GmbH (Zeitschriften von 1980 - 2010): GV- Praxis - Wirtschaftsfachzeitschrift für professionelle Gemeinschaftsverpflegung, Frankfurt/Main.
- Deutsches Tiefkühlinstitut e.V.: Tiefkühlmarkt Deutschland.
<http://www.tiefkuehlkost.de/tiefkuehlmarkt/statistiken>. Stand: 09.07.2010.
- Dirschauer, C. (2006): aid Special- Speisenplanung in der Gemeinschaftsverpflegung, aid infodienst, 2006, 3903.
- Engel, C., Gold, H., Wesp, R., Schläffer, H. (2009): Satt? kochen-essen-reden, Heidelberg.
- Ford, B. J. (2001): Morgen nur noch Junk Food?: Perspektiven unserer Ernährung, Bern; Stuttgart; Wien.
- Forschung im Dienste der Gesundheit (1991): Die Nationale Verzehrsstudie-Ergebnisse der Basisauswertung, Bonn.
- Gottwald F.-T., Kolmer, L. (2005): Speiserituale- essen, Trinken, Sakralität, Stuttgart.
- Heseker, H. (Hrsg.), Deak, A. (2005): Neue Aspekte der Ernährungsbildung, Frankfurt am Main.
- Juul, Jesper (2010): Was gibt's heute? - Gemeinsam essen macht Familie stark, Weinheim und Basel.
- Kollath, Werner (2005): Die Ordnung unserer Nahrung, Stuttgart.
- Kutsch, Thomas (1996): Ernährung in Deutschland nach der Wende: Veränderungen in Haushalt, Beruf und Gemeinschaftsverpflegung, Bonn.
- Kübler, W., Anders, H. J., Heeschen, W. (1995): Band XI der VERA - Schriftenreihe - Ergebnisse der Nationalen Verzehrsstudie (1985-1988) über die Lebensmittel- und Nährstoffaufnahme in der Bundesrepublik Deutschland, Gießen.
- Kübler, W., Anders, H. J., Heeschen, W., Kohlmeier, M. (1992): Band II, Die VERA-Stichprobe im Vergleich mit Volkszählung, Mikrozensus und anderen nationalen untersuchungen, Niederkleen.
- Kübler W., Anders H.J., Heeschen, W., Kohlmeier, M. (1994): Band III, Lebensmittel- und Nährstoffaufnahme Erwachsener in der Bundesrepublik Deutschland, Niederkleen.
- Lexikonredaktion des Verlags F.A. Brockhaus (2008): Der Brock Haus: Ernährung-Gesund essen, bewusst leben, Mannheim.

- Logue A.W. (1995): Die Psychologie des Essens und Trinkens, Oxford.
- Max Rubner-Institut, Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel (2008): Nationale Verzehrs Studie II, Ergebnisbericht Teil 1 und 2, Karlsruhe.
- Nestlé Deutschland AG, Nestlé Studie:"So is(s)t Deutschland":
<http://www.nestle.de/Home/Unternehmen/NestleStudie>. Stand 11.08.2010.
- Neumann, G., Wierlacher, A., Wild, R. (2001): Essen und Lebensqualität - Natur- und kulturwissenschaftliche Perspektiven, Frankfurt/Main.
- Oeko - Institut e.V. - Institut für angewandte Ökologie (1999): Globalisierung in der Speisekammer - Auf der Suche nach einer nachhaltigen Ernährung, Freiburg.
- Peinelt, Volker (1992): Empfehlungen für die Speiseplangestaltung des Mittagessens in Betriebsrestaurants unter Berücksichtigung anderer Mahlzeiten, Giessen.
- Riedel, C. - Zentral-Archiv der Verlagsgruppe Deutscher Fachverlag (1994): Außer-Haus-Konsum Markt- und Strukturdaten, Frankfurt/Main.
- Robert Koch Institut, Mensink, G., Burger, M., Beitz, R., Henschel, Y., Hintzpeter, B. (2002): Was essen wir heute? -Ernährungsverhalten in Deutschland, Berlin.
- Rützler, Hanni (2005): Was essen wir morgen? 13 Food Trends der Zukunft, Wien.
- Schlieper, Cornelia A. (2007): Ernährung heute, Hamburg.
- Seifert, Annatina (2008). Dosenmilch und Pulversuppen - Die Anfänge der Schweizer Lebensmittelindustrie, Vevey.
- Sichert, W., Oltersdorf, U., Winzen, U., Leitzmann, C. (1984): Ernährungs-Erhebungs- Methoden, Frankfurt.
- Somogyi, J. C. (1966): Neue Erkenntnisse in der Gemeinschaftsverpflegung, Zürich.
- Statistisches Bundesamt - Ehling, M., Merz, J., (2001): Zeitbudget in Deutschland - Erfahrungsberichte der Wissenschaft, Wiesbaden.
- Statistisches Bundesamt (1996-2004): Leben und Arbeiten in Deutschland, Sonderheft 1: Familien und Lebensformen – Ergebnisse des Mikrozensus, Wiesbaden.
- Statistisches Bundesamt (2001): Mahlzeiten-musteranalyse anhand der Daten der Zeitbudgeterhebung 1991/92, Spektrum Bundesstatistik, Bd. 17/2001, S. 188. Meyer, S., Weggemann, S.
- Statistisches Bundesamt (2004): Alltag in Deutschland- Analysen zur Zeitverwendung, Forum der Bundesstatistik, Bd. 43/2004, Wiesbaden.
- Statistisches Bundesamt (2005)a: Leben in Deutschland - Haushalte, Familien und Gesundheit, Ergebnisse des Mikrozensus, Wiesbaden.
- Statistisches Bundesamt (2005): Vereinbarkeit von Familie und Beruf – Ergebnisse des Mikrozensus, Leben und Arbeiten in Deutschland, Sonderheft 2, Wiesbaden.
- Statistisches Bundesamt (2006): Konsumausgaben privater Haushalte für Nahrungsmittel, Getränke und Tabakwaren 2003, Ergebnis der Einkommens- und Verbrauchsstichprobe 2003, Wiesbaden.
- Statistisches Bundesamt: Haushalte. <http://www.destatis.de/jetspeed/portal/cms/Sites/destatis/Internet/DE/Navigation/Statistiken/Bevoelkerung/Haushalte/Haushalte.psml>. Stand 06.07.2010.

Statistisches Bundesamt: Erwerbstätigkeit. <http://www.statistik-hessen.de/erwerbstaetigenrechnung/Veroeffentlichungen.htm>. Stand 20.07.2010.

Statistisches Bundesamt: Volkswirtschaftliche Gesamtrechnungen der Länder. http://www.vgrdl.de/Arbeitskreis_VGR. Stand 03.08.2010.

Statistisches Bundesamt (2009): Zuhause in Deutschland - Ausstattung und Wohnsituation privater Haushalte, Wiesbaden.

Steinel, Margot (2008): Erfolgreiches Verpflegungsmanagement - Praxisorientierte Methoden für Einsteiger und Profis, München.

Ternes, W., Täufel, A., Tunger, L., Zobel, M. (2005): Lebensmittel Lexikon, Hamburg.

Teuteberg, Hans Jürgen (2004): Die Revolution am Esstisch - Neue Studien zur Nahrungskultur im 19./ 20. Jahrhundert, München.

Teuteberg, H. J., Neumann, G., Wierlacher, A. (1997): Essen und kulturelle Identität - Europäische Perspektiven, Berlin.

Wagner, Christoph (1995): Fast schon Food - Die Geschichte des schnelle Essens, Frankfurt/Main.

Weggemann, S. (1990): Alte Landschaftsküchen in neuer wissenschaftlicher Bewertung, Frankfurt/ Main.

Wierlacher, A., Neumann, G., Teuteberg, H. J. (1993): Kulturthema Essen - Ansichten und Problemfelder, Berlin.

Zobel, M., Wnuck, F. (1977): Neuzeitliche Gemeinschaftsverpflegung 2, Leipzig.

Zobel, M., Wnuck, F. (1980): Neuzeitliche Gemeinschaftsverpflegung 3, Leipzig.

Zobel, M., Wnuck, F. (1981): Neuzeitliche Gemeinschaftsverpflegung 1, Leipzig.

Eidesstattliche Erklärung

Ich versichere, dass ich die vorliegende Arbeit ohne fremde Hilfe selbstständig verfasst und nur die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt habe. Wörtlich oder dem Sinn nach aus anderen Werken entnommene Stellen sind unter Angabe der Quelle kenntlich gemacht.

Datum:.....

Unterschrift:.....