

---

# Nachhaltige und gesunde Ernährung in der Gemeinschaftsverpflegung: Relevanz und Umsetzung

---

1. Zukunftsforum Klima. Vom Acker auf den Teller!  
Nachhaltige Verpflegung in Caritas und Kirche

---

Stephanie Wunder

6. November 2025, Freiburg im Breisgau

---

# Inhalt

---

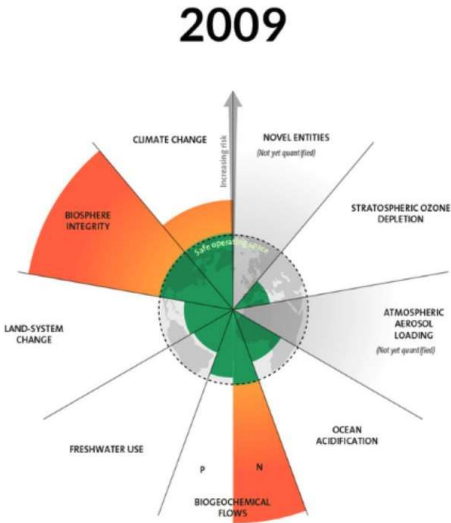
- Hintergrund und Handlungsnotwendigkeit:  
Umwelt, Gesundheit, Soziales
  - Handlungsansätze
-

---

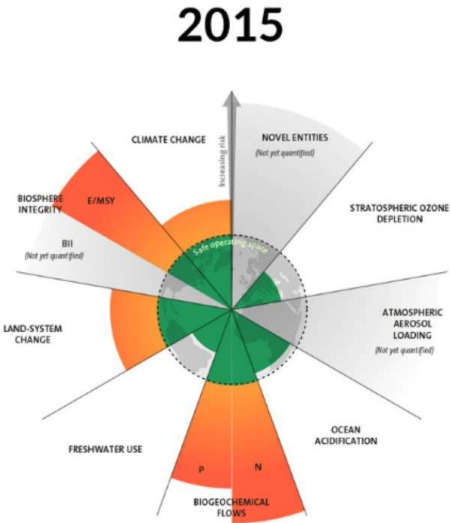
# **Hintergrund und Handlungsnotwendigkeit: Umwelt, Gesundheit, Soziales**

---

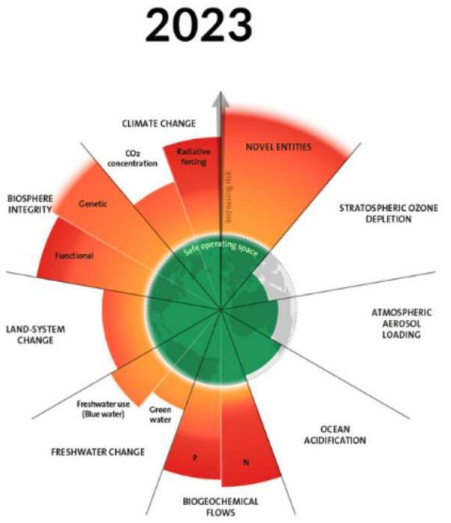
# Planetare Grenzen und ihre Überschreitung im Laufe der Zeit



7 boundaries assessed,  
3 crossed



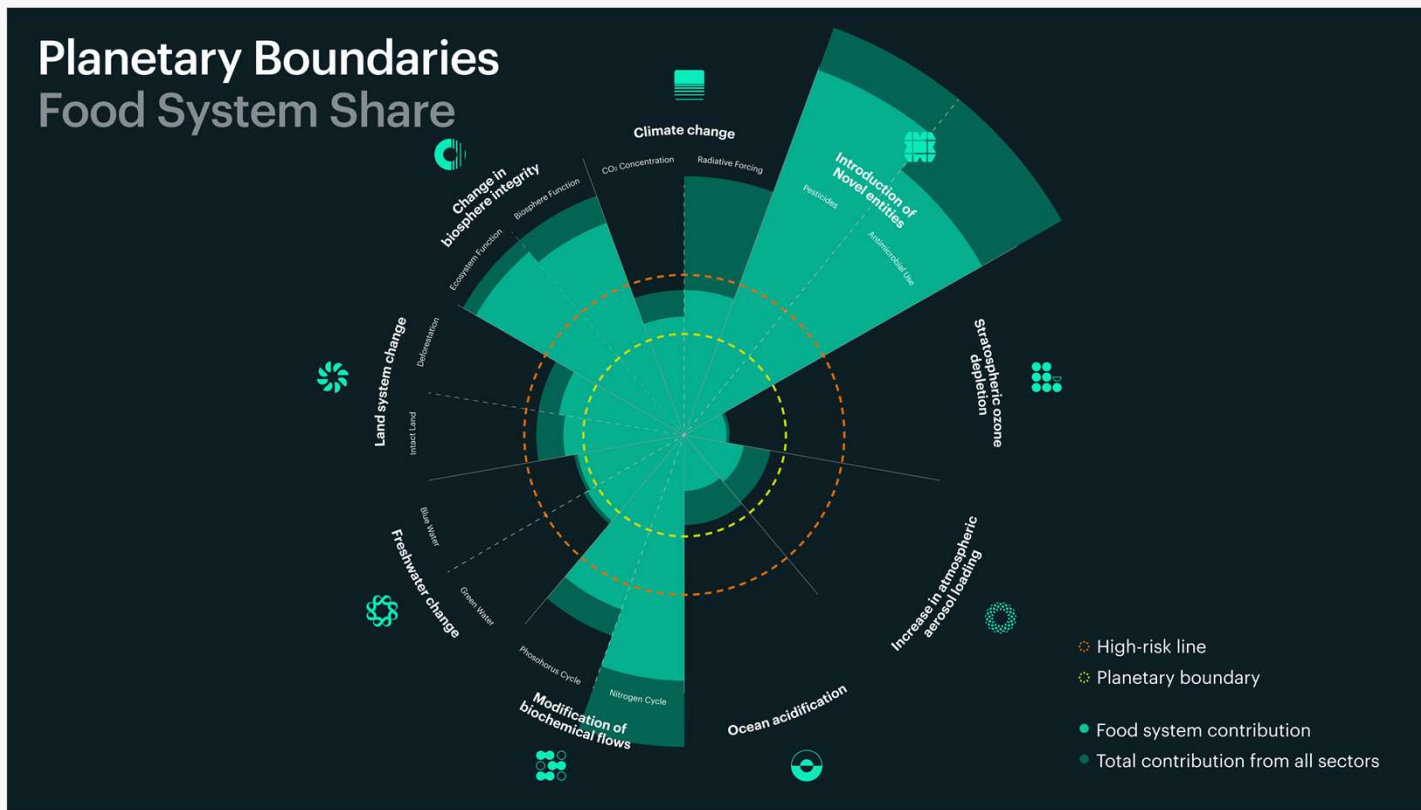
7 boundaries assessed,  
4 crossed



9 boundaries assessed,  
6 crossed

Darstellung Richardson et al. (2023)

# Planetare Grenzen – Anteil des Ernährungssystems

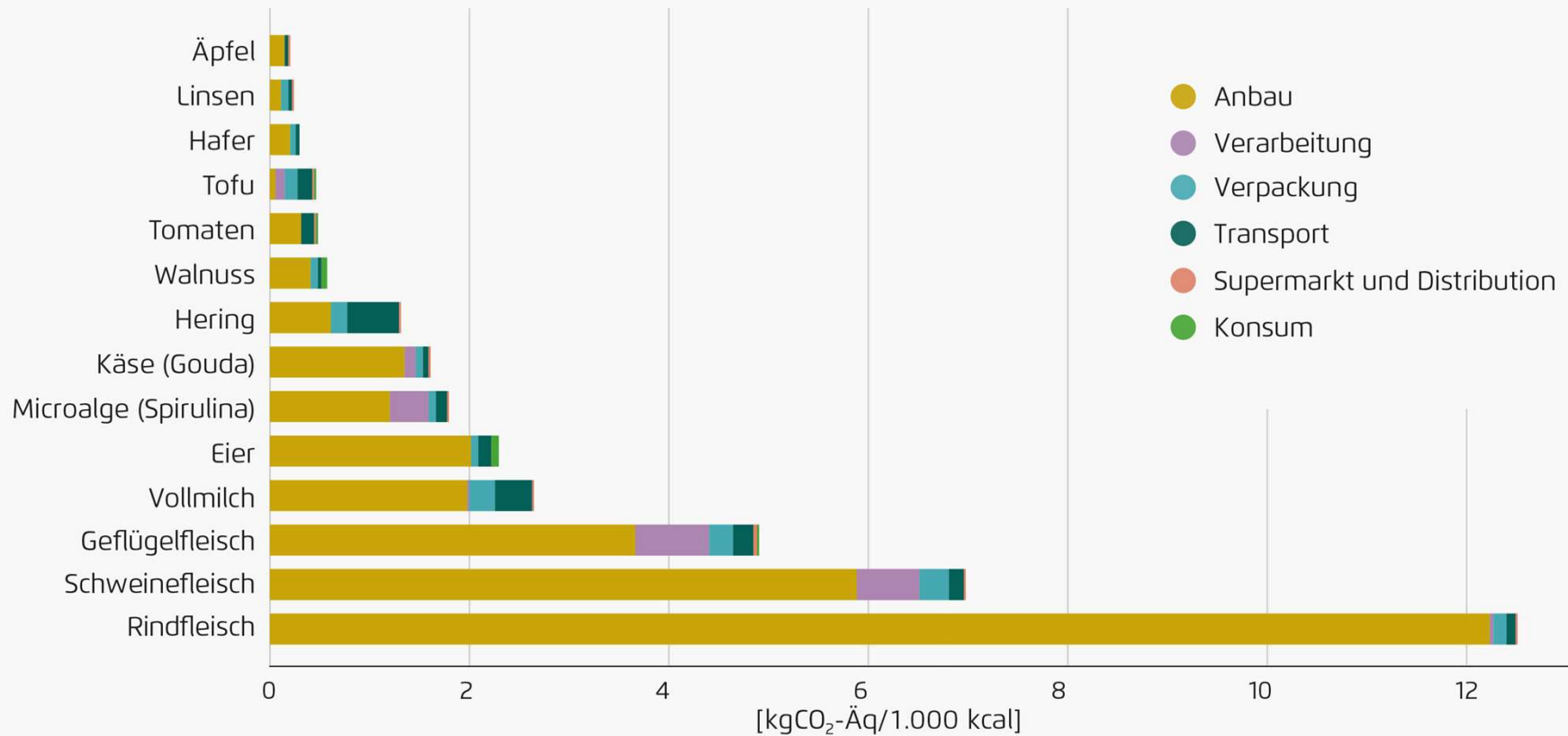


Ernährungssystem  
Haupttreiber für die  
Überschreitung von fünf der  
planetarischen Grenzen:

- genetische Vielfalt
- Klima (30%)
- Landnutzungsänderungen
- Süßwasser
- Neue Substanzen (Pestizide und Antibiotika)

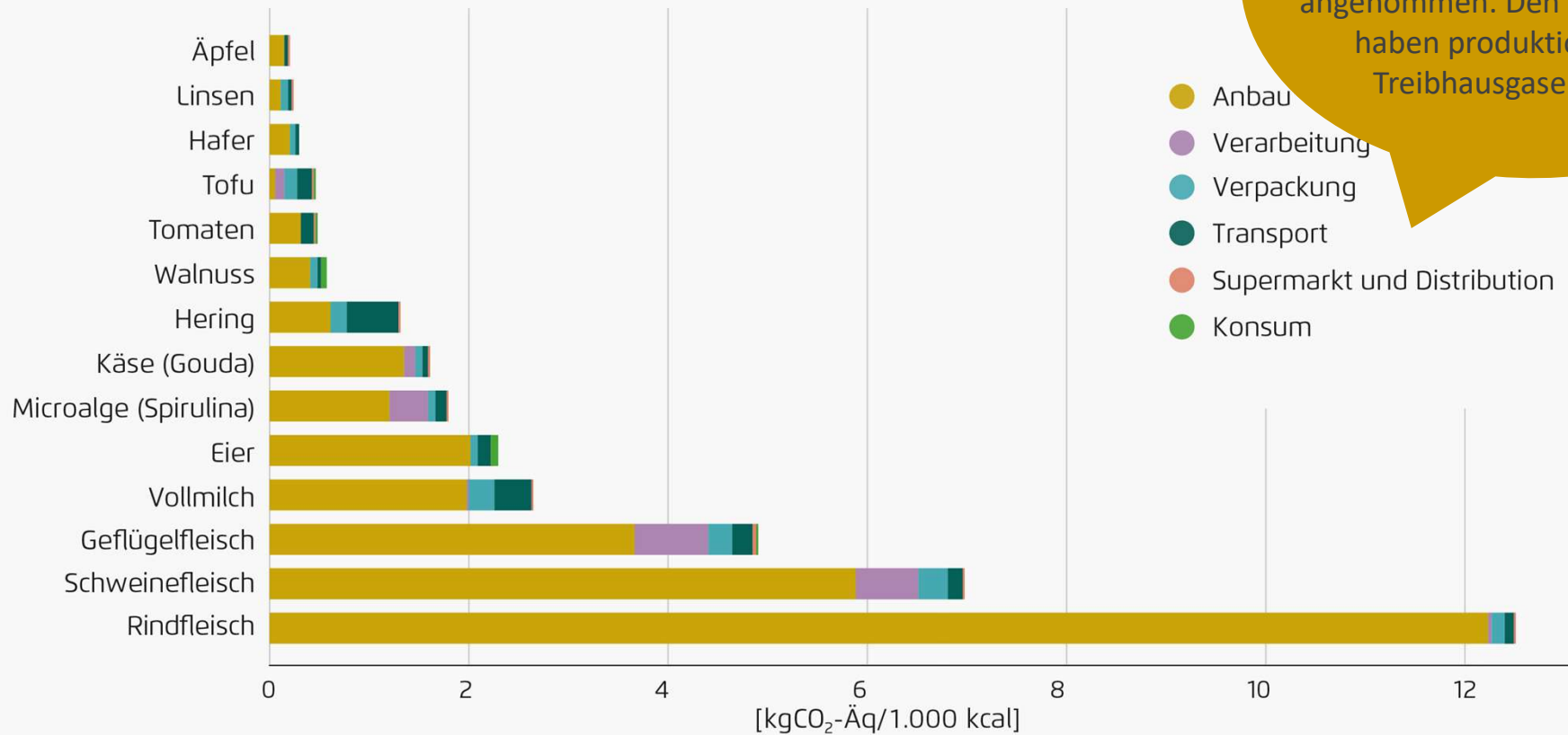
Während Milliarden von  
Menschen keinen Zugang  
gesunder Ernährung haben

# Erzeugung ausgewählter Lebensmittel und die damit verbundenen Treibhausgasemissionen entlang der Lebensmittelversorgungskette



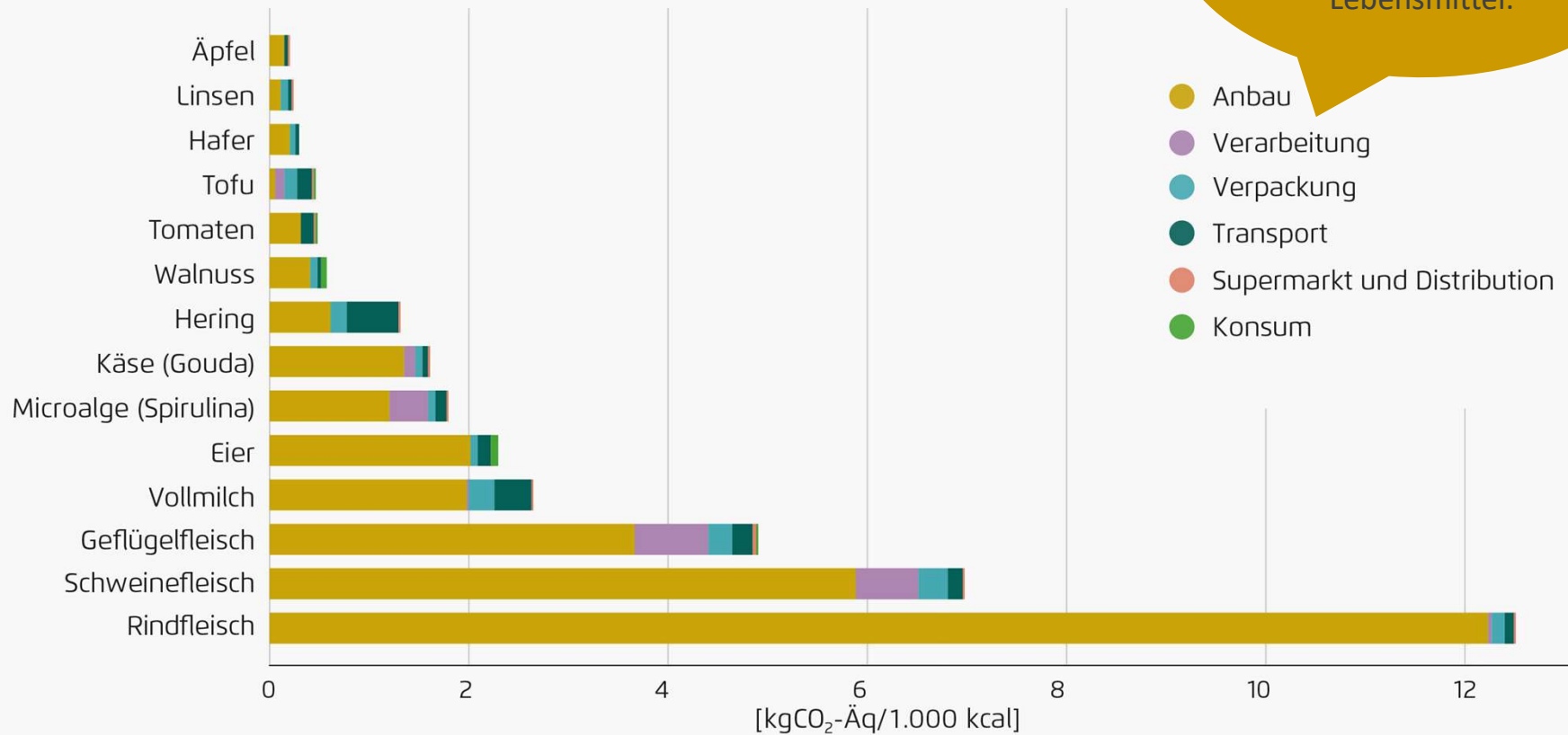
# Erzeugung ausgewählter Lebensmittel und die damit verbundenen Treibhausgasemissionen entlang der Lebensmittelkette

Transport und Verpackung haben eine wesentlich geringere Klimawirkung als öffentlich vielfach angenommen. Den größten Einfluss haben produktionsbedingte Treibhausgasemissionen.

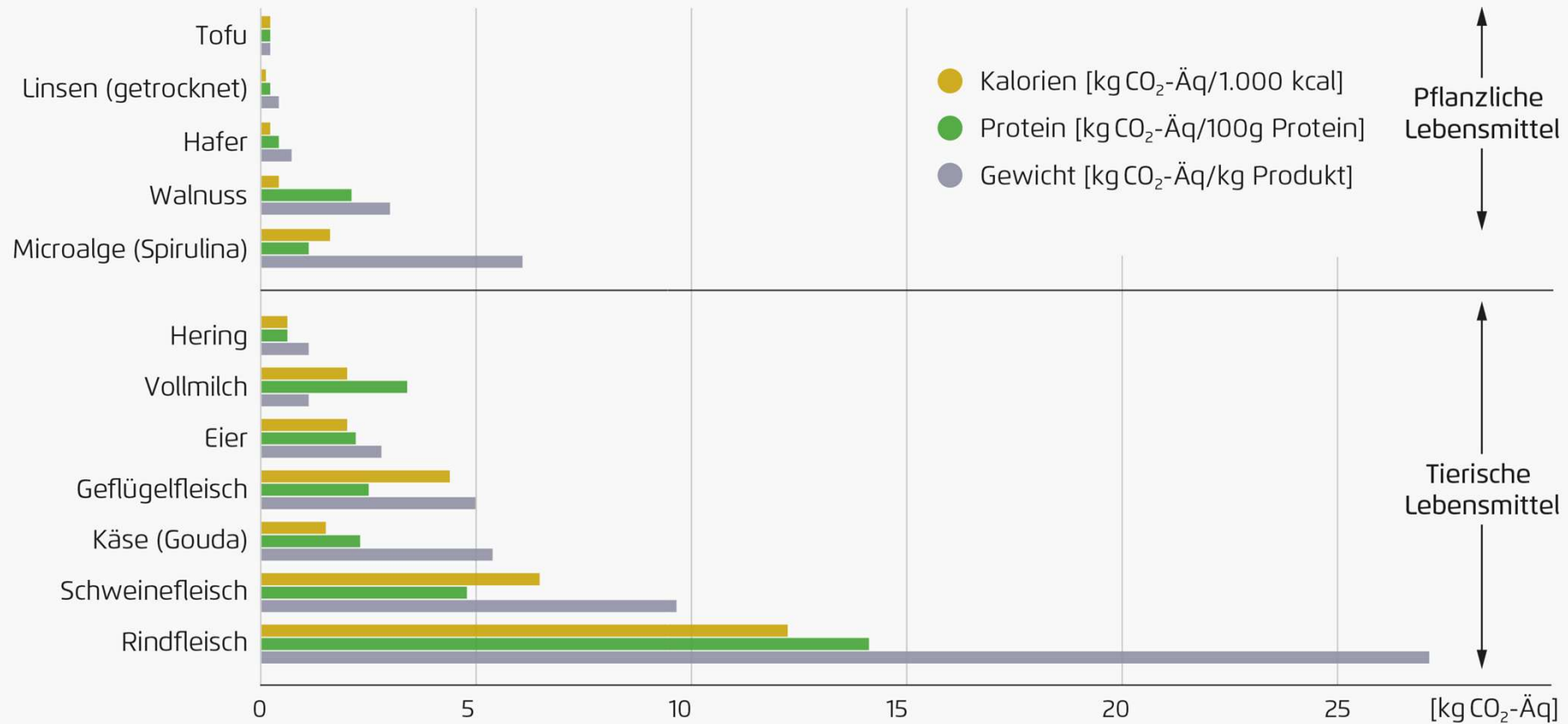


# Erzeugung ausgewählter Lebensmittel und die Treibhausgasemissionen entlang der Lebensmittellieferkette

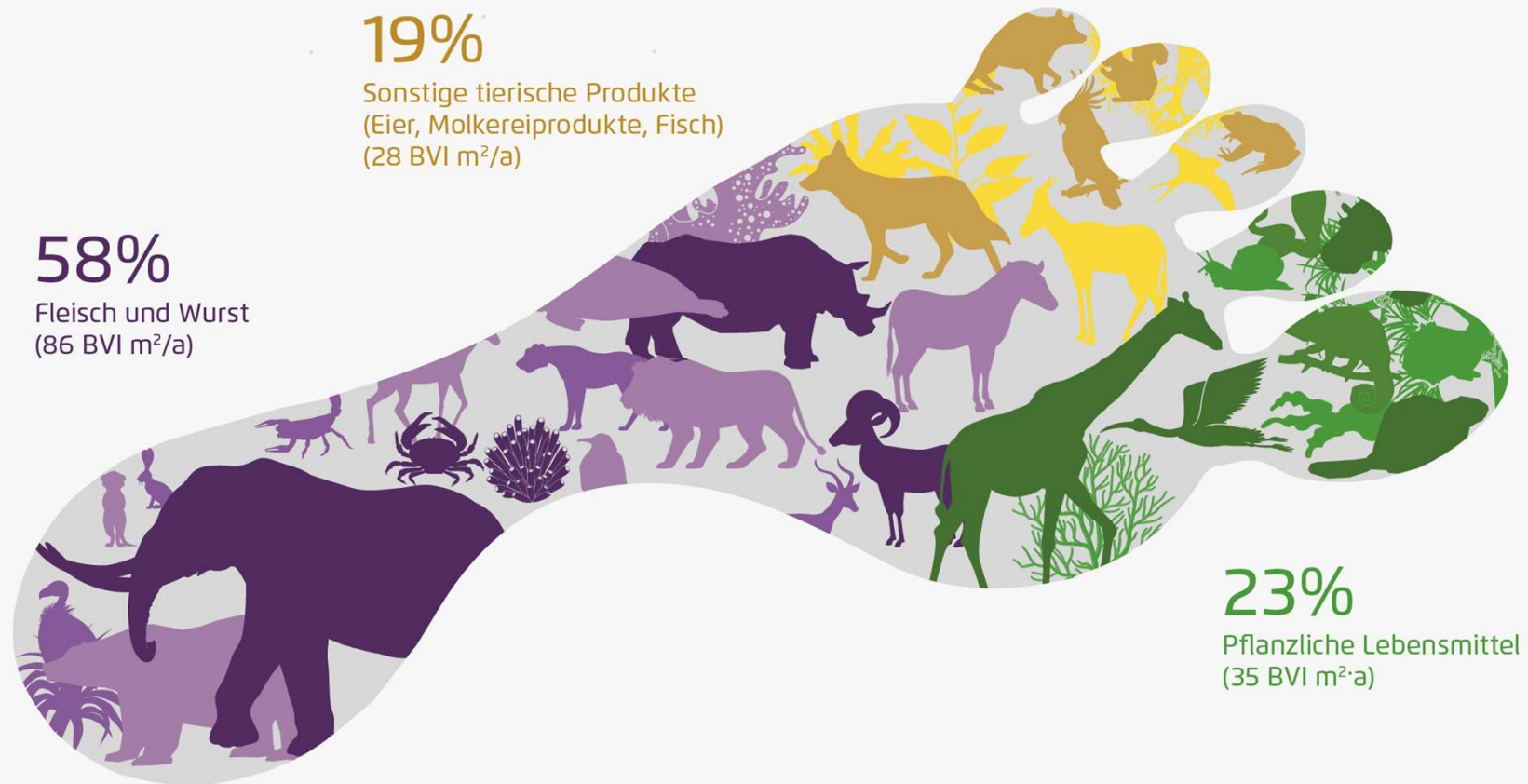
Pflanzliche Lebensmittel haben im Schnitt eine deutlich bessere Klimabilanz als tierische Lebensmittel.



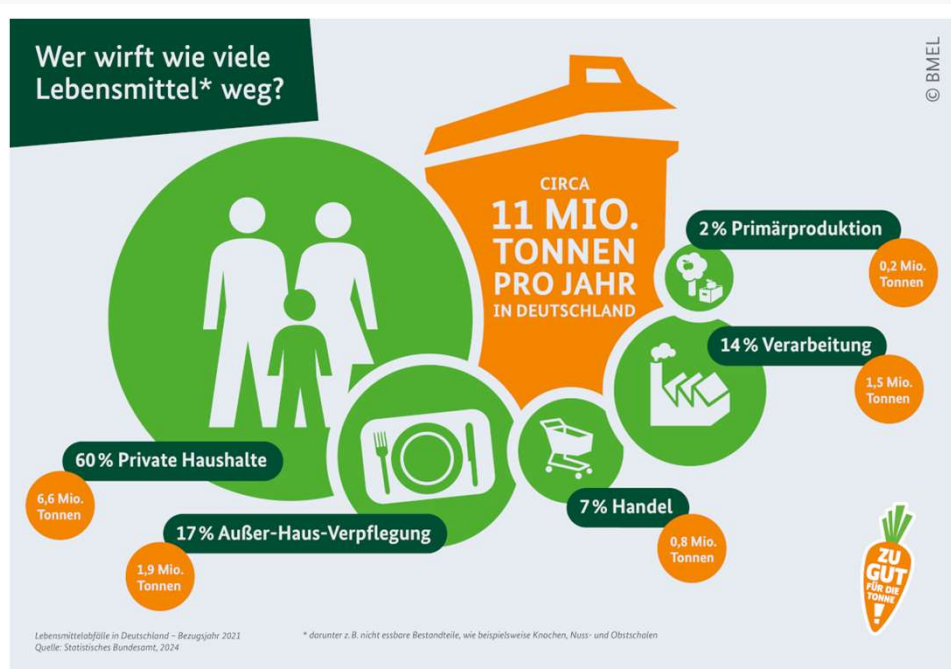
# THG-Emissionen\* von eiweißreichen Lebensmitteln nach Eiweißgehalt, Kilokalorien und Gewicht



# Auswirkungen von tierischen Lebensmitteln auf die Biodiversität



# Lebensmittelabfälle und -verschwendung



Lebensmittelabfälle in Deutschland nach Verursacher  
Darstellung: BMEL (2024), Quelle: Statistisches Bundesamt (2024),  
Bezugsjahr 2021

In Deutschland entstehen jährlich  
ca. 11 Mio. t Lebensmittelabfälle

- entspricht 78 kg pro Kopf pro Jahr
- ökologische, ethische und ökonomische Auswirkungen

# Wichtigste Hebel zur Reduktion der ernährungsbedingten THG-Emissionen und Dringlichkeit des Handelns

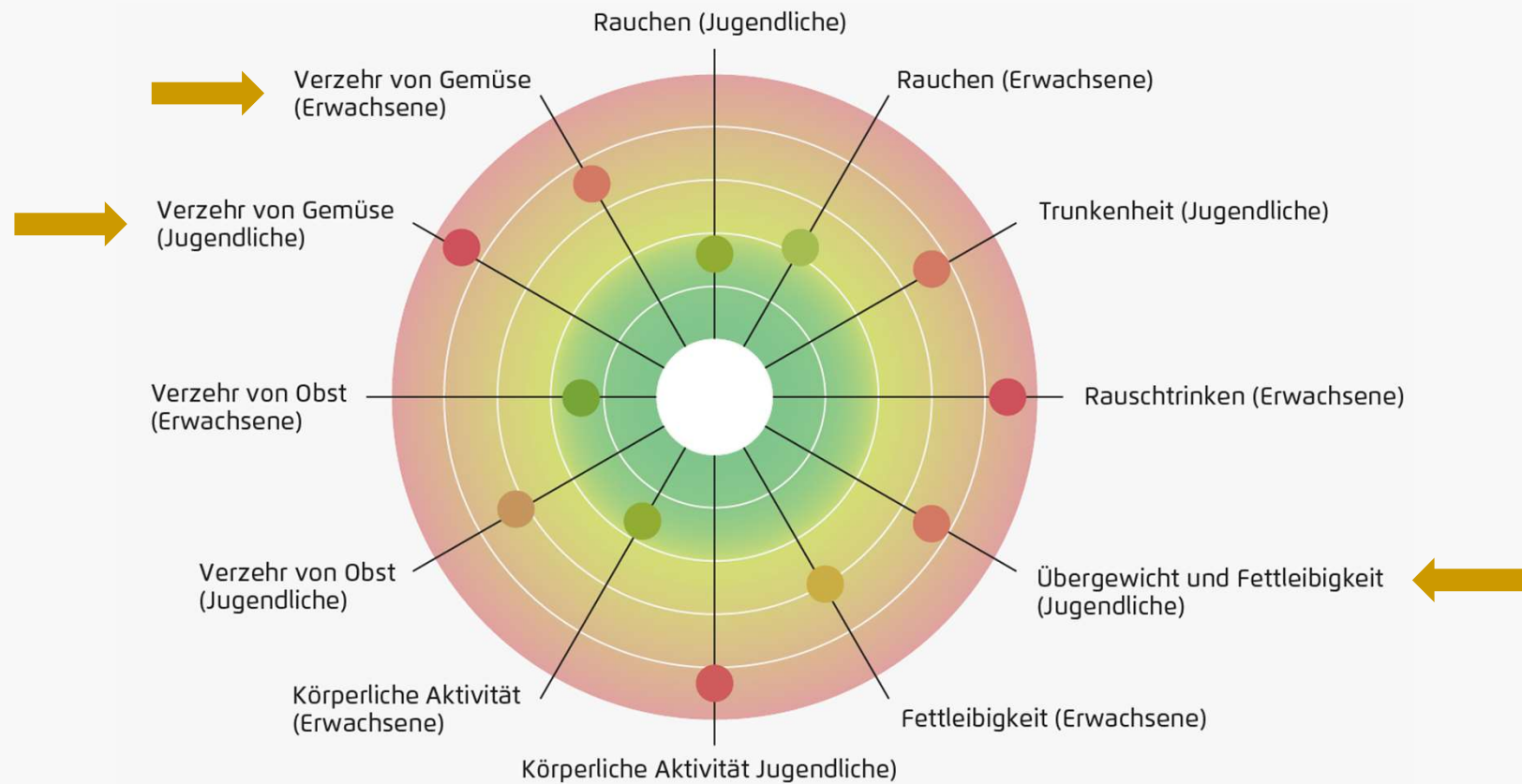
Der Wandel hin zu **nachhaltigen und gesunden Ernährungsweisen** und die Reduzierung von **Lebensmittelabfällen** sind auch laut *Intergovernmental Panel on Climate Change*\* die wichtigsten nachfrageseitigen Klimaschutzmaßnahmen im Bereich Ernährung.

## Wichtigste Hebel zur Reduktion der ernährungsbedingten THG-Emissionen und Dringlichkeit des Handelns

**„Das Zeitfenster, in dem eine lebenswerte und nachhaltige Zukunft für alle gesichert werden kann, schließt sich rapide“.** (IPCC 2023)

**„Die in diesem Jahrzehnt getroffenen Entscheidungen und durchgeführten Maßnahmen werden sich jetzt und für Tausende von Jahren auswirken.“** (IPCC 2023)

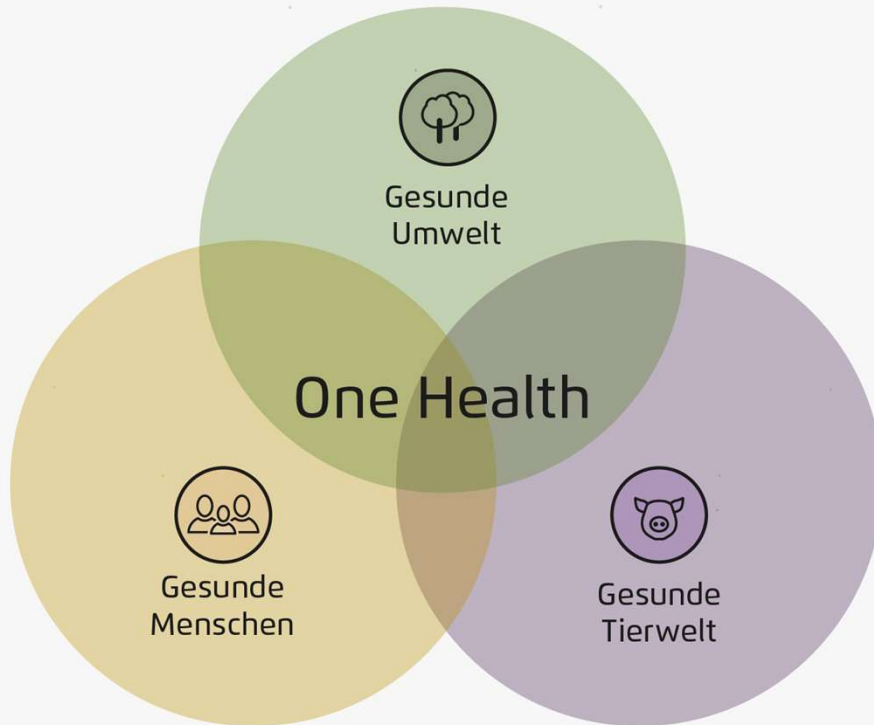
# Belastungen für die öffentliche Gesundheit in Deutschland



## Belastungen für die öffentliche Gesundheit

- **Ernährungsbedingte Krankheiten** nehmen weltweit zu und sind weltweit häufigste Todesursache (Afshin et al. 2019), hohe volkswirtschaftliche Kosten (Effertz et al. 2016, FSEC 2024)
- **Ungesunde Ernährung** gilt in Europa als ein führender Risikofaktor für nicht übertragbare Krankheiten, die zusammen mindestens 80% der gesamten Krankheitslast ausmachen (OECD/ EU COM 2022)
- **Fettleibigkeitsraten**, v.a. bei Jugendlichen höher als in vielen anderen EU-Ländern
- Im Vergleich zu DGE-Empfehlungen wird in Deutschland u.a. **zu wenig Gemüse** und **zu viel Fleisch** verzehrt

# Gesundheit – Der One Health Ansatz



Notwendige integrative Betrachtung von Gesundheit (z.B. in Hinblick auf Antibiotikaresistenzen, Ausbreitung von Zoonosen, Gesundheitseffekte der Klimakrise)

→ One Health Ansatz

# Ernährungsarmut

- In Deutschland gelten fast **25%** der Bevölkerung als **armutsgefährdet**, Datenlage zu Ernährungsarmut schlecht
- **Materielle Ernährungsarmut:** Situation, in der sich Menschen auf Grund fehlender finanzieller Ressourcen nicht gesundheitsfördernd ernähren können
- **Soziale Ernährungsarmut:** Eingeschränkte Teilhabechancen an den sozialen und gemeinschaftlichen Aspekten der Ernährung
- Ein Zehntel der Bevölkerung in Deutschland konnte sich 2023 **nicht jeden zweiten Tag** eine Mahlzeit mit Fleisch, Geflügel oder Fisch oder eine hochwertige vegetarische Mahlzeit leisten
- Nutzung von **karitativen Essensangeboten** als Indikator. Beispiel: 1,65 Mio. Tafelnutzer vor Pandemie, aktuell >2 Mio. davon 28% Kinder und Jugendliche

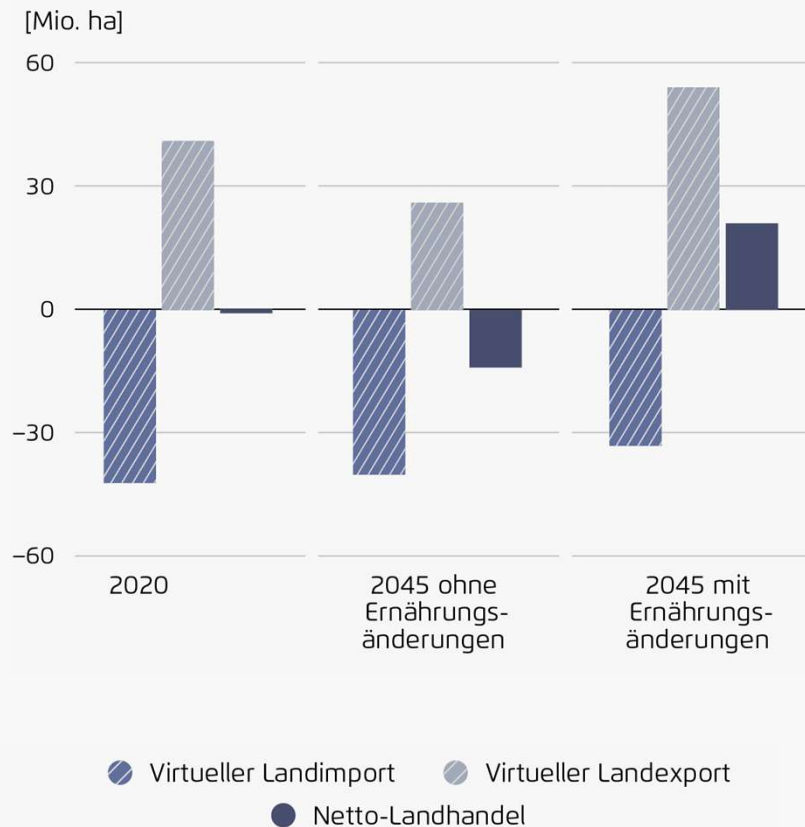
# Ernährungsarmut und Gesundheit

- **Körperliche Gesundheit:** erhöhtes Risiko für Fehlernährung und erhöhtes Risiko für Erkrankungen mit hohen Folgekosten ( EsKiMo II Studie, WBAE 2023)
- **Psychische und soziale Gesundheit:** Beeinträchtigung der Lebensqualität, z.B. durch Stigmatisierung (WBAE 2023)

„Eine Herausforderung der Gestaltung von karitativen Lebensmittelangeboten besteht darin, dass sie oft als **stigmatisierend und beschämend** wahrgenommen werden.

Im Hinblick auf die soziale Dimension der Ernährung kommt hinzu, dass wichtige soziale Funktionen des Essens, wie das **gemeinsame Essen**, nicht oder nur sehr eingeschränkt ermöglicht wird“ (WBAE 2023).

# Bedarf an Agrarflächen und Auswirkungen auf virtuellen Flächenimport, Landnutzungsdruck und Ernährungssicherheit



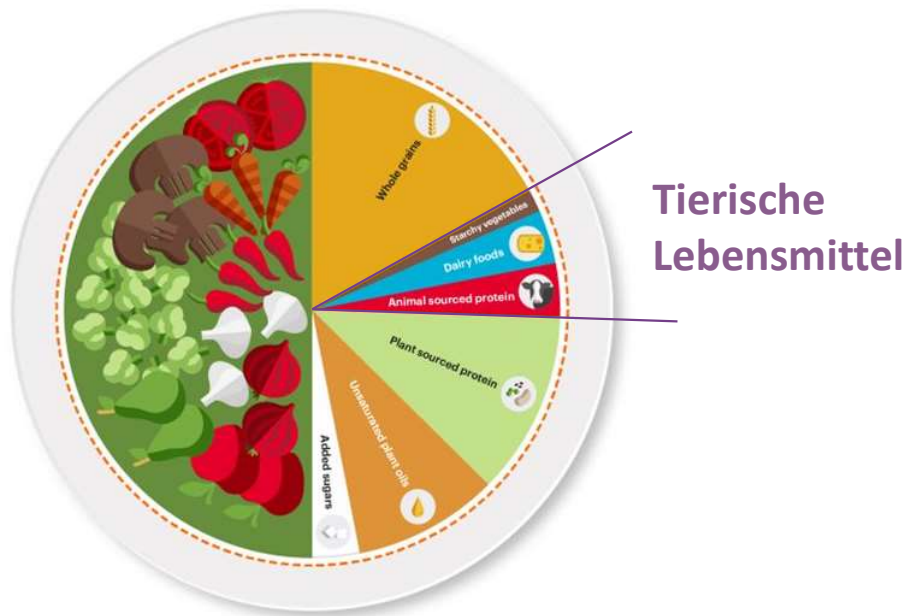
- Änderungen der Ernährungsgewohnheiten haben auch Auswirkungen auf globalen Landnutzungsdruck und indirekt auf die globale Ernährungssicherheit.
- Die Produktion pflanzlicher Proteine/ Kalorien benötigt weniger landwirtschaftliche Flächen
  - stärkere Nutzung von Ackerflächen zur direkten Produktion von Lebensmitteln verringert Druck für Landnutzungsänderungen (Entwaldung etc.) im In- und Ausland (Szenario Agora Agrar, 2024)

---

# Handlungsansätze

---

# Planetary Health Diet



The Planetary Health Diet as presented by the EAT Lancet Commission  
Darstellung: EAT Forum (2019)

**Planetary Health Diet:** Berechnung, wie im Jahr 2050 zehn Mrd. Menschen global gesund und innerhalb der planetaren Grenzen ernährt werden können

- Durchschnittliche Ernährungszusammensetzung (keine Ernährungsempfehlung)
- Mehr Hülsenfrüchte, Nüsse, Gemüse
- Reduktion des Konsums tierischer Produkte (entspricht z.B. mehr als einer Halbierung des durchschnittlichen Fleischkonsums in Deutschland)
- Auch die neuen Ernährungsempfehlungen der DGE berücksichtigen Umweltwirkungen und kommen zu sehr ähnlichen Ergebnissen

# Der Einfluss von Ernährungsumgebungen auf die Ernährung - vier Dimensionen und politische Ansatzpunkte

## Verfügbarkeit

### physische Ernährungsumgebung

- Anforderungen an das Angebot in Kantinen, Handel, Restaurants etc.
- Rezepturen, Produktreformulierung



## Erschwinglichkeit

### ökonomische Ernährungsumgebung

- Preisgestaltung, Steuern, Anreize
- Förderung, z.B. gesunder Kita- und Schulverpflegung, Konsum von Obst- und Gemüse
- Instrumente mit Einfluss auf das verfügbare Haushaltseinkommen (Mindestlohn, Bürgergeld etc.)



## Attraktivität

### sozio-kulturelle Ernährungsumgebung

- Marketing und Werbung
- Kampagnen, Mobilisierung von Meinungsführern



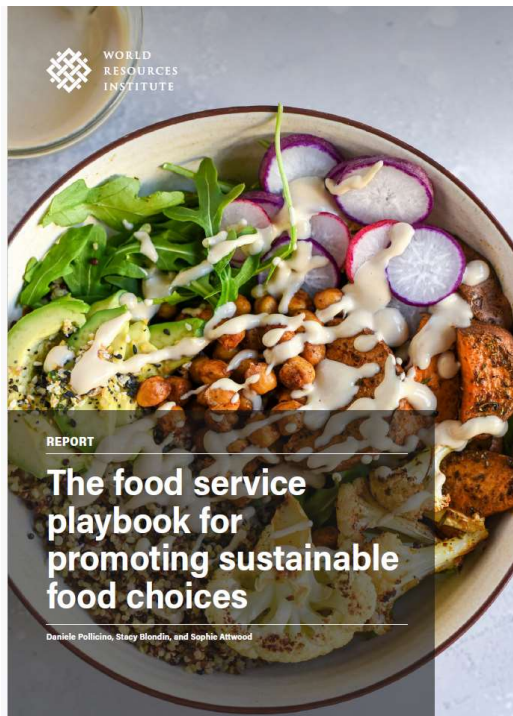
## Information

### kognitive Ernährungsumgebung

- Information und Bildung
- Produktinformation und Labeling
- Weiterbildung, Aufbau von Kompetenzen in relevanten Berufsfeldern



# Maßnahmen im Food Service zur Steigerung der Wahl pflanzlicher Gerichte

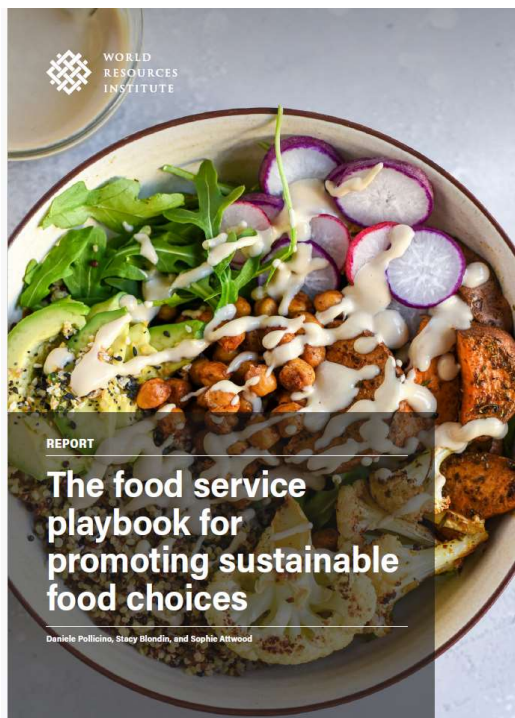


Darstellung: WRI (2024)

## 18 wirkungsvolle Maßnahmen aus 6 Bereichen (Auswahl)

- **Präsentation:** genußbetonte Sprachwahl, keine Nutzung von „vegan“, „vegetarisch“, „fleischfrei“ ...
- **Platzierung:** pflanzliche Alternativen in Auslage, Buffet
- **Produkt:** Geschmack, Aussehen, Textur und Vielfalt der Gerichte verbessern, Auswahl/Verhältnis pflanzlicher versus tierischer Produkte verbessern

# Maßnahmen im Food Service zur Steigerung der Wahl pflanzlicher Gerichte



Darstellung: WRI (2024)

## 18 wirkungsvolle Maßnahmen aus 6 Bereichen (Auswahl)

- **People:** Küchenpersonal unterstützen bei der Zubereitung attraktiver Gerichte
- **Promotion:** Bewerben der Effekte (regionaler Nutzen, Umweltwirkung, Geschmack, Kundenmeinung...) über verschiedene Kommunikationskanäle
- **Preis:** Preisanreize für Gerichte und Menüoptionen

# Notwendigkeit integrierter Ernährungspolitik

Maßnahmenempfehlung aus WBAE Gutachten (2020) mit Zuständigkeiten	Bund	Länder	Kommune	Schulträger und andere
Beitragsfreie Kita- und Schulverpflegung	X	X	X	
Verpflichtende Umsetzung des Qualitätsstandards der DGE	X	X	X	
Soziales Miteinander in Gem.-Verpflegung fördern (Räume etc.)	X	X	X	X
Regulierung kompetitiver Verpflegungsangebote		X	X	X
qualitative Stärkung handlungsorientierter Ernährungsbildung		X		X
Bundesinvestitionsprogramm „Top-Mensa“	X	X	X	
Kindermarketing einschränken	X			
Werbung für Lebensmittel in Kitas und Schulen regulieren	X	X		
Maßnahmen zur Reduzierung v. LM-abfällen	X	(X)		X
kostenlose Bereitstellung von Leitungswasser im öffentlichen Raum	X	X	X	
Vorschrift, Wasser/ nichtkalorisches als Standardoption Kindermenüs	X	X		
Umsetzung und Wirkevaluierung ernährungspolitischer Maßnahmen	X	X		

# Schlussfolgerungen

- 1 Für eine klimafreundliche Ernährung sind zwei Hebel besonders relevant: eine pflanzenbetonte Ernährung und die Verringerung von Lebensmittelabfällen.** Eine klimafreundliche Ernährung hat zudem viele Gemeinsamkeiten mit einer gesunden Ernährung.
- 2 Die Schaffung fairer Ernährungsumgebungen ist zentral, um nachhaltige und gesunde Ernährungsweisen zu fördern.** Ernährungsbildung und Informationsbereitstellung spielen eine Rolle, die aber häufig überschätzt wird. Auch die Erschwinglichkeit und Verfügbarkeit attraktiver Verpflegungsangebote sollte stärker in den Blick genommen werden – durch Praxis und Politik.
- 3 Die Weiterentwicklung der Gemeinschaftsverpflegung ist eines der wichtigsten Instrumente, um nachhaltige und gesunde Ernährungsweisen zu fördern.** Neben pflanzenbetonten Angeboten, z.B. nach DGE-Standards und der Reduzierung von Lebensmittelabfällen, sind weitere Kriterien sinnvoll: Auswahl von Lebensmitteln aus nachhaltigem Anbau/ Bio-Produktion, fairem Handel, Saisonalität, Regionalität, Tierwohl-Label etc. Auch die Präsentation und Vermarktung neuer Angebote, die Unterstützung des Küchenpersonals und weitere Faktoren haben einen großen Einfluss auf eine erfolgreiche Umstellung.
- 4 Wohlfahrt und Kirche können eine wichtige Rolle bei der Transformation der Ernährungssysteme spielen,** insbesondere durch die Weiterentwicklung der Verpflegungsangebote, aber auch als wichtiger Multiplikator in ihren Einrichtungen, in der Gesellschaft und in die Politik.

---

**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!**

---

**Haben Sie Fragen oder Kommentare?**

[stephanie.wunder@agora-agrar.de](mailto:stephanie.wunder@agora-agrar.de)

# Quellen

**Afshin et al. (2019):** *Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017*, The Lancet

**Agora Agrar (2024):** *Agriculture, forestry and food in a climate neutral EU. The land use sectors as part of a sustainable food system and bioeconomy*

**Agora Agriculture and IDDRI (2025):** *Towards food policies that support healthy and sustainable consumption. Country case studies and the role of EU food policy*

**BMEL (2024):** *Lebensmittelabfälle in Deutschland: Aktuelle Zahlen zur Höhe der Lebensmittelabfälle*

**Campbell et al. (2017):** *Agriculture production as a major driver of the Earth system exceeding planetary boundaries; Ecology and Society*

**CBD (2014):** *Global Biodiversity Outlook 4*. Montréal. Secretariat of the Convention on Biological Diversity

**Clark et al (2020):** *Global food system emissions could preclude achieving the 1.5° and 2°C climate change targets*, Science

**Effertz et al (2016):** *The costs and consequences of obesity in Germany: a new approach from a prevalence and life-cycle perspective*. Eur J Health Econ.

**ELD Initiative (2015):** *The value of land: Prosperous lands and positive rewards through sustainable land management*.

**FSEC (2024):** *The Hidden Costs of Food*, Food System Economics Commission

# Quellen

**GSDR (2019):** *The future is now – Science for achieving sustainable development.* Independent Group of Scientists appointed by the Secretary-General Global Sustainable Development Report. United Nations (UN)

**IPCC (2023):** *Climate Change 2023: Synthesis Report.* Contribution of Working Groups I, II and III to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change

**OECD and the European Observatory on Health Systems (2021):** *Germany: Country Health Profile 2021*

**Richardson et al. (2023):** *Earth beyond six of nine planetary boundaries;* Science Advances

**Rockström et al. (2025):** *The EAT–Lancet Commission on healthy, sustainable, and just food systems*

**WBAE (2020):** *Politik für eine nachhaltigere Ernährung: Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten*

**WBAE (2023):** *Ernährungsarmut unter Pandemiebedingungen,* Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) beim BMEL

**Willett et al. (2019):** *Food in the Anthropocene: The EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems;* The Lancet

**WRI (2024):** *The food service playbook for promoting sustainable food choices;* Autoren: Daniele Pollicino, Stacy Blondin und Sophie Attwood; World Resource Institute

**WWF (2020):** *Living Planet Report*