

# Qualität der Verpflegung – Voraussetzung für Leistungsförderung und –erhalt von Schülerinnen und Schülern

*Prof. Ulrike Arens-Azevedo*

## 1. Die Ausgangslage

Der Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (KIGGS) hat den Handlungsbedarf in Deutschland deutlich gemacht. So weisen die für die Bundesrepublik repräsentativen Daten Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen in der Größenordnung von 15 % aus, die Häufigkeit von Adipositas liegt bei 6,3 %. Essstörungen nehmen ebenfalls einen vergleichsweise hohen Prozentsatz ein. So wurde bei 28,9 % der Mädchen und 15,2 % der Jungen im Alter von 11 bis 17 Jahren ein auffälliges Essverhalten festgestellt. Die Ergebnisse des Eskimo Moduls zeigen darüber hinaus eine teilweise unerwünschte Auswahl bei den Lebensmitteln auf. So essen Kinder und Jugendliche zu wenig an pflanzlichen Lebensmitteln wie Gemüse und Obst, Brot, Kartoffeln und anderen kohlenhydratreichen Beilagen. Mit zunehmendem Alter werden zu viele fettreiche tierische Lebensmittel verzehrt. Die Jugendlichen nehmen zwar ausreichend Flüssigkeit auf, bei den 12- bis 17-jährigen besteht jedoch allein  $\frac{1}{4}$  der Flüssigkeitsmenge aus Limonaden. Die empfohlenen Mengen für Milch und Milchprodukte werden überwiegend erreicht. Der Verzehr von Fleisch, Fleischwaren und Wurst liegt bei den meisten Kindern und Jugendlichen deutlich höher als empfohlen. Auch Süßwaren liegen nicht im wünschenswerten Bereich, akzeptable Mengen werden zum Teil um das Dreifache überschritten.

Ca. 25 % aller Kinder und Jugendlichen frühstücken nicht und sie bringen auch kein Pausenbrot mit in die Schule.

Dabei bedeutet die Verkürzung der Schulzeit auf insgesamt 12 Jahre für viele Kinder und Jugendliche von der Mittelstufe an regelmäßigen Nachmittagsunterricht, auch wenn sie keine Ganztagschule besuchen. Ohne Frühstück oder Pausenbrot und ohne eine Mittagsmahlzeit lässt sich ein solcher Schulalltag kaum bewältigen.

Das Weißbuch der Europäischen Union zur Ernährung, Übergewicht und Adipositas setzt in seiner zentralen Strategie auf die Altersgruppe von Kindern und Jugendlichen. Hierin heißt es wörtlich: „Die Kindheit ist ein wichtiger Lebensabschnitt, in dem eine Vorliebe für gesunde Verhaltensweisen beigebracht und die für die Aufrechterhaltung einer gesunden Lebensweise erforderlichen Alltagsfähigkeiten erlernt werden können. Die Schulen spielen dabei eine wichtige Rolle.“

Ganztagschulen sind eine ideale Lebenswelt, um Einfluss auf die Ernährungssituation von Kindern und Jugendlichen zu nehmen. Die Schulzeit erstreckt sich im Regelfall über viele Jahre und die Kinder müssen in gleicher Weise betreut werden, ohne dass ihr sozialer Hintergrund sich hierbei direkt auswirken könnte. Die Ernährungssituation lässt sich nachhaltig verbessern, wenn es gelingt, die Verhältnisse in den Schulen durch ein entsprechendes Verpflegungsangebot und das Verhalten durch eine sinnvolle Ernährungserziehung in Einklang zu bringen. Dabei sollte einem ganzheitlichen Ansatz, der auch Bewegung, Stressbewältigung sowie die Stärkung der eigenen Persönlichkeit einschließt, der Vorrang gegeben werden.

Diesen Zusammenhang sieht auch der Nationale Aktionsplan „In Form“. So ist neben der Verbreitung der Qualitätsstandards für die Schulverpflegung und der Schaffung von Vernetzungsstellen zur Umsetzung der Qualitätsanforderungen in den Schulen auch die Verankerung von Ernährungsbildung ein wichtiges Ziel.

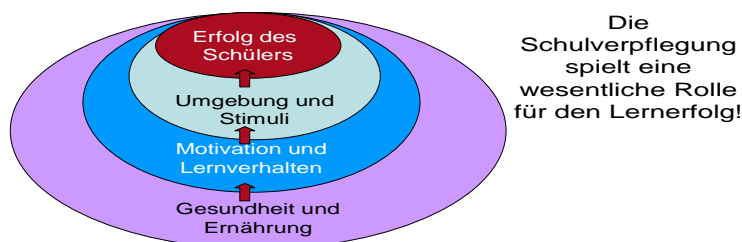
## 2. Die Bedeutung der Schulverpflegung

Mit den seit September 2007 erstmals vorliegenden bundesweiten Standards werden die Anforderungen an die Verpflegung in Schulen präzisiert und damit überprüfbar. Aktuell (September 2009) liegt nun die 2. Auflage der Standards vor. Eingeflossen in diese sind die Erfahrungen in der Praxis und neuere wissenschaftliche Erkenntnisse...

Übergeordnete Ziele der Verpflegung in Schulen sind:

- Die Förderung der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen durch eine hohe ernährungsphysiologische Qualität,
- die Sicherstellung von Abwechslungsreichtum und Vielfalt im Angebot,
- das Kennenlernen neuer Gerichte und Lebensmittel und das Kennenlernen von Ess- und Tischkultur,
- das Erreichen einer hohen Akzeptanz durch eine optimale Sensorik sowie
- das Erlernen eines gesundheitsfördernden Ernährungsstils.

Die Grundlagen der Qualitätsstandards in der Schulverpflegung unterscheiden sich in ihrer Systematik nicht von denen anderer Bereiche. Ein Qualitätsmanagement umfasst immer alle Tätigkeiten und alle Hierarchieebenen. Dabei sind Teilqualitäten und die verschiedenen Dimensionen zu berücksichtigen. Die Teilqualitäten erstrecken sich auf **Strukturen, Prozesse und Ergebnisse**. Zu den Strukturen in der Schulverpflegung zählen das Personal, die technische Ausstattung, die Organisationsform aber auch die Kommunikation mit Schülern und Lehrkräften. Bei den Prozessen ist es zum Beispiel wichtig, auf reibungslose Abläufe zu achten, Standzeiten bei der Speisenherstellung zu vermeiden und chargenweise zu garen. Für die Ergebnisqualität spielt die ernährungsphysiologische Zusammensetzung eine wesentliche Rolle, auch eine einwandfreie und ansprechende Sensorik sowie der Ausschluss jeglicher Gesundheitsgefährdung sind in diesem Zusammenhang von Bedeutung. Für die Umsetzung in den Schulen ist der Grad der Präzisierung der Qualitätsstandards von hoher Bedeutung. Es wurde ein mittlerer Präzisionsgrad gewählt. Das heißt: die Anbieter sind frei bei der Auswahl der Speisen solange die D-A-CH Referenzwerte der Altersgruppe und die Auswahl der Lebensmittel entsprechend der Lebensmittelpyramide der DGE erfüllt werden.



**Abbildung 1.:** Zusammenhang zwischen Ernährung und Schulerfolg

Die Mittagsmahlzeit sollte 25 % der empfohlenen Energie und Nährstoffe decken, bei der Zwischenmahlzeit werden 10 -15 % zugrunde gelegt. Damit wird durch die Schulverpflegung knapp die Hälfte des Tagesbedarfs abgedeckt. Sofern auch nachmittags noch ein Angebot vorgehalten wird, kann diese Versorgung insgesamt sogar mehr als 50 % ausmachen. Schon aus diesem Grunde muss die Verpflegung hohen Anforderungen genügen und in jedem Fall eine gesundheitsförderliche Auswahl ermöglichen.

Die Qualitätsstandards für die Schulverpflegung lassen eine **stufenweisen** Einführung zu. Stufe 1 berücksichtigt die Umsetzung überwiegend qualitativer Aspekte. Zum Beispiel: Rapsöl ist als Standardöl (z.B. für Salatdressings) einzusetzen. Milchprodukte sind in der fettarmen Angebotsform zu verwenden, Obst und Gemüse ist bevorzugt aus regionalem Anbau zu beziehen. Bei Brot und Brötchen sollte die Hälfte des Angebots aus Vollkornprodukten bestehen.

Die Stufe 2 berücksichtigt quantitative Aspekte. So sollten die D-A-CH Referenzwerte für die entsprechende Altergruppe erreicht werden. Unterschieden werden zwei Referenzgruppen: zum einen für die Primarstufe, zum anderen für die Sekundarstufe. Schulen, in denen beide Schulstufen vorhanden sind, können das Angebot über die Portionsgrößen steuern. Die Portionsgrößen wurden

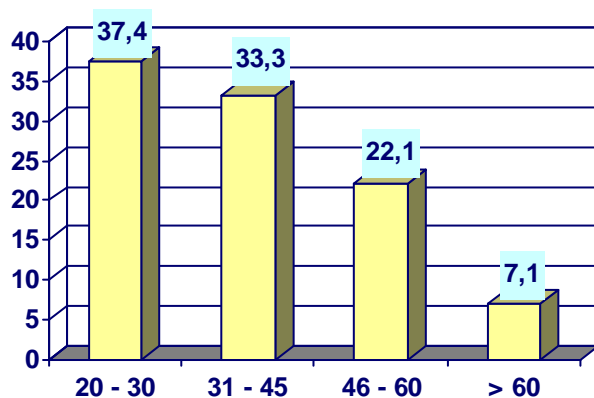
ebenfalls in die Standards aufgenommen, um den Anbietern die Umsetzung im Rahmen der Rezepturen zu erleichtern.

Schulverpflegung ist eine Verpflegung über viele Jahre hinweg. Sie könnte dazu beitragen, Ernährungsverhalten nachhaltig zu beeinflussen, wenn die Schülerinnen und Schüler frühzeitig an ein entsprechendes Angebot gewöhnt werden. Eine Gewöhnung gelingt umso besser, je mehr auch sensorische Aspekte berücksichtigt werden. Die Speisen müssen Kindern schmecken: es erhöht die Akzeptanz, wenn Vorlieben und Abneigungen der Altersgruppe im Speisenplan ihren Niederschlag finden.

Auch das Trinkverhalten kann maßgeblich beeinflusst werden, wenn in Schulen die richtige Auswahl zur Verfügung steht und Kinder und Jugendliche die Vorzüge eines regelmäßigen Wasserkonsums frühzeitig schätzen lernen. Erste Ergebnisse des europäischen Projekts „Pro Children“ konnten darüber hinaus zeigen, dass der Verzehr von Obst und Gemüse bei Kindern gesteigert werden kann, wenn sie in der Schule regelmäßig diese Lebensmittel erhalten.

Noch ist allerdings der Anteil an Schülerinnen und Schülern, die an der Mittagsverpflegung in den Schulen teilnehmen, nicht zufrieden stellend. Die Gründe hierfür sind vielfältig. Wesentliche Aktivitäten müssen deshalb darauf ausgerichtet sein, diese Anzahl deutlich zu erhöhen. (In den neuen Bundesländern liegen die Zahlen höher als in den alten Bundesländern.)

Nicht von ungefähr sind Aspekte des Umfelds wie Räumlichkeiten, der Service oder die angenehme Atmosphäre beim Essen von hoher Relevanz. Die bundesweite Strukturanalyse zur Schulverpflegung hat deutlich gemacht, dass gerade in der Strukturqualität noch ein großes Potenzial verborgen ist. Schon die Verlängerung der Mittagspause könnte in vielen Fällen die Situation verändern, Stress bei der Organisation abbauen und die Akzeptanz der Verpflegung deutlich erhöhen.



**Abbildung 2:** Länge der Mittagspausen in Minuten im bundesdeutschen Durchschnitt an Ganztagschulen. Daten der bundesweiten Strukturanalyse Schulverpflegung, Hamburg 2008

### 3. Fazit

Die Schulen sind ein wichtiger Ort, um Einfluss auf das Ernährungsverhalten von Kindern und Jugendlichen zu nehmen. Die Länge der Schulzeit und die Möglichkeit der Verknüpfung mit einer handlungsorientierten Ernährungserziehung lassen berechtigterweise die Hoffnung zu, dass die zur Zeit wenig zufrieden stellende Ernährungssituation verbessert werden kann. Dabei ist die praktische Umsetzung der Qualitätsstandards für die Schulverpflegung ein notwendiger Schritt. Sie verlangt eine Professionalität, die noch keineswegs überall gegeben ist.

Liegen entsprechende Voraussetzungen vor, können die Anbieter der Verpflegung ein Zertifikat erhalten. Die Zertifizierung übernimmt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung.

## **Literaturverzeichnis**

*Ahrens, W. et. al.:* IDEFICS – Ursachen und Prävention ernährungs- und lebensstilbedingter Erkrankungen im Kindesalter. Ernährung 2007,1;314-321

*Arens-Azevedo, U.; Laberenz, H. .:* Bundesweite Strukturanalyse Schulverpflegung im Auftrag der CMA. Abschlussbericht, Hamburg Mai 2008

*Arens-Azevedo, U.:* Qualitätsmanagement in der Gemeinschaftsverpflegung. Ernährungsumschau (7) 2007, S. 408 – 417

*BMELV, BMG (Hrsg.):* In Form – Deutschland Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Bonn 2008

*DGE (Hrsg.):* Qualitätsstandards für die Schulverpflegung, 2. Auflage, Bonn 2009

*De Henauw, S. et.al.:* Nutritional status and lifestyles of adolescents from a public health perspective. The Helena Project – Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in adolescence, J. Public Health 2007; 15: 187-197

*Kommission der europäischen Gemeinschaften:* Weißbuch Ernährung, Übergewicht, Adipositas. Eine Strategie für Europa. KOM (2007) 279, Brüssel 2007

*Lülfs, Frederike; Lüth, Maren:* Ernährungsalltag in Schulen. Eine theoretische und empirische Analyse der Rahmenbedingungen für die Mittagsverpflegung in Ganztagschulen. Abschlussbericht Modul 2 „Ernährung außer Haus“. Materialband Nr. 7, Heidelberg 2006

*Lülfs, Frederike; Spiller, Achim:* Kunden- (un-)zufriedenheit in der Schulverpflegung: Ergebnisse einer vergleichenden Schülerbefragung, Universität Göttingen 2006

*Universität Paderborn, Robert-Koch-Institut (Hrsg.):* Forschungsbericht. Ernährungsstudie als KIGGS Modul. Berlin, Paderborn 2007

*WHO (ed.):* Health Behaviour in school-aged children. Addressing the socioeconomic determinants of healthy eating habits and physical activity levels among adolescents. Genf 2006

*Young, Ian (ed):* Eating at school, Making healthy choices, Council of Europe, Strasbourg 2005

*ZMP, CMA (Hrsg.):* Marktstudie: Die Schulverpflegung an Ganztagschulen. Bonn 2005

## **Anschrift der Verfasserin**

Prof. Ulrike Arens-Azevedo  
Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg  
Fakultät Life Sciences  
Lohbrügger Kirchstr. 65  
21033 Hamburg  
[Ulrike.Arens-Azevedo@haw-hamburg.de](mailto:Ulrike.Arens-Azevedo@haw-hamburg.de)