

Inhalt

1. Die Schulmensa als lernendes Esszimmer	2
Gerhard Berssenbrügge, Vorstandsvorsitzender Nestlé Deutschland AG	
2. Die Nestlé Studie 2010 „So is(s)t Schule“ – Kurzfassung	3
Ingo Barlovic, Geschäftsführer iconkids & youth	
3. Schulverpflegung – eine einmalige Chance, Esskultur und Ernährungsverhalten nachhaltig zu prägen	18
Professor Ulrike Arens-Azevedo, Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg	

Anhang: Chartauswahl

Impressum

Alle Rechte vorbehalten.

Alle Texte sind urheberrechtlich geschützt. Jede nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsschutz zugelassene Verwertung wie Nachdruck, Vervielfältigung, elektronische Verarbeitung und Übersetzung bedarf der Zustimmung der Nestlé Deutschland AG.

© Nestlé Deutschland AG, Frankfurt am Main

Herausgeber: Nestlé Deutschland AG

Verantwortlich: Hartmut Gahmann, Alexander Antonoff

Wissenschaftliche Leitung: Alexander Falser

Titeladaption: Scheufele Hesse Eigler Kommunikationsagentur GmbH, Frankfurt am Main

Titelbilder: Jutta Pfannschmidt-Wahl (links), Shutterstock

Die Schulmensa als „lernendes Esszimmer“

Gerhard Berssenbrügge

Vorstandsvorsitzender Nestlé Deutschland AG

Noch nie gab es in Deutschland so viele Ganztagschulen. Noch nie standen so viele Schulen vor der Aufgabe, eine Mensa zu eröffnen. Noch nie waren die Chancen so groß, der nachwachsenden Generation zu vermitteln, wie wichtig der richtige Umgang mit Lebensmitteln für die individuelle Fitness, die Lernfähigkeit und nicht zuletzt das eigene Wohlbefinden sind.

Wie gut der Lernstoff des Vormittags verarbeitet wird, wie aufnahmebereit Schüler am Nachmittagsunterricht teilnehmen, darüber wird auch über den Speiseplan der Schulmensa mitentschieden. Wenn Schüler darüber klagen, nach dem Mittagessen müde und träge zu sein, dann kann ein erfolgreicher Schulunterricht nicht gelingen. 85 Prozent der Erwachsenen in Deutschland haben heute Schwierigkeiten, ihre Vorstellungen von einer gesunden und ausgewogenen Ernährungsweise auch im Alltag umzusetzen. So ein Ergebnis der Nestlé-Studie „So is(s)t Deutschland“, die wir vor einem Jahr – Anfang 2009 – vorgestellt haben.

Mit der neuen Nestlé-Studie „So is(s)t Schule“ folgen wir der Erkenntnis, dass Bildung die Grundlage und Voraussetzung einer gesunden und ausgewogenen Lebens- und Ernährungsweise sind. Mit verschiedenen Bildungsinitiativen unterstützt Nestlé deshalb Aktionen, die vor allem im schulischen Umfeld das Wissen über die Bedeutung und den Wert von Lebensmitteln vermitteln. Die Schulmensa als „lernendes Esszimmer“ hat dabei für uns eine Schlüsselfunktion. Nirgendwo sonst außerhalb des privaten Umfelds kann tagtäglich gelernt und erlebt werden, welche Bedeutung Lebensmittel für das Wohlbefinden, die Vitalität und Lernfähigkeit und damit die Lebensqualität haben. Mit der vorliegenden Studie „So is(s)t Schule“ und unseren Bildungsinitiativen leisten wir gerne hierzu unseren Beitrag.

Nestlé Studie 2010

So is(s)t Schule

- Kurzfassung -

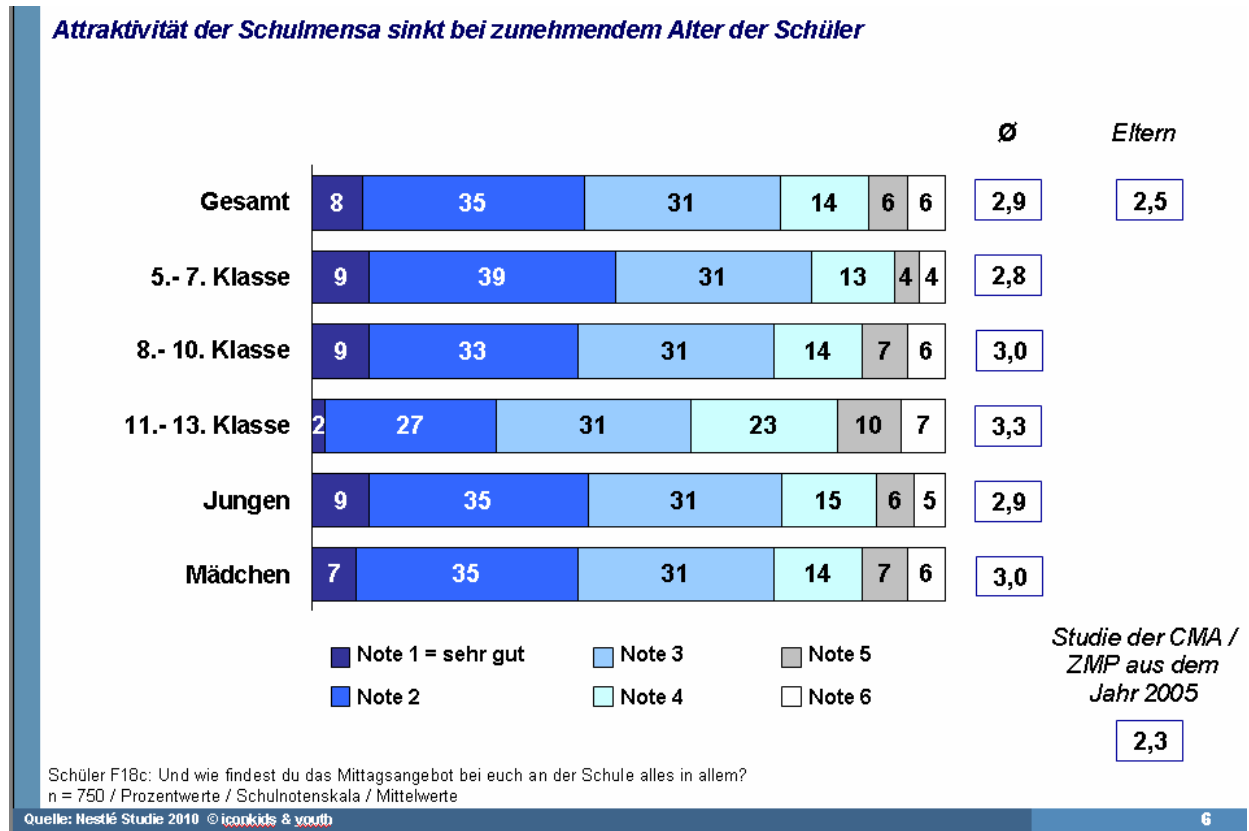
Ingo Barlovic, iconkids & youth

Schulverpflegung ist eine Investition in die Zukunft unserer Gesellschaft. Die Qualität und Kontinuität des Angebots hat einen unmittelbaren Einfluss auf die Denk- und Lernleistung und nicht zuletzt auf das Wohlbefinden der Schüler. Wieder bestätigt sich wie in der Nestlé Studie 2009: Ernährung ist ein Spiegel der Gesellschaft. Neben vielen ernährungsphysiologischen Aspekten lassen sich viele Sozial- und Kulturtechniken über das gemeinsame Essen sowie deren Zubereitung thematisieren, erlernen und festigen. Werden die Chancen, die hier in der Schulernährung liegen, bereits ausreichend genutzt? Die Nestlé Studie 2010 „So is(s)t Schule“ bietet hierfür Fakten und zeigt Handlungsmöglichkeiten auf. Insgesamt 750 Ganztagschüler der 5. bis 13. Jahrgangsstufe sowie je ein Elternteil wurden in Felduntersuchungen und individuellen Tiefeninterviews für die Nestlé Studie 2010 befragt. Die Ergebnisse repräsentieren damit knapp 400 Ganztagschulen von insgesamt 12.000 bundesweit (siehe Anhang).

1. Schlechte Noten für Deutschlands Schulmensen

Die Schüler an weiterführenden Ganztagschulen in Deutschland stellen der Mittagsverpflegung kein besonders gutes Zeugnis aus: Sie vergeben im Durchschnitt die Schulnote 2,9. (Abbildung 1).

Abbildung 1



Dabei zeigen sich 43% der befragten Schüler besonders zufrieden (Note 1 oder 2), 31% bewerten sie mit ‚Befriedigend‘ und 24%, also rund ein Viertel, vergeben lediglich die Note „Ausreichend“ oder beurteilen die Mittagsverpflegung sogar noch schlechter.

Vergleicht man die durchschnittliche Benotung von 2,9 mit einer ebenfalls von iconkids & youth durchgeführten Studie aus dem Jahre 2005, so hat sich die Beurteilung seither um mehr als eine halbe Note verschlechtert: Damals vergaben die Schüler noch eine 2,3. Der Unterschied ist signifikant und bedeutet, dass die Schüler heute viel unzufriedener mit der Mittagsverpflegung sind als noch vor 5 Jahren.

Als Hauptgrund für diese Verschlechterung ist anzunehmen: Immer mehr Schulen wurden zu Ganztagschulen, ohne dass sie die Zeit hatten, sich das nötige Rüstzeug für eine qualitativ hochwertige Schulernährung anzueignen. Oft fehlt es an den richtigen Räumlichkeiten oder an den notwendigen Kompetenzen.

Die Schulverpflegung wird umso schlechter benotet, je älter die Schüler sind: Vergeben die 5- bis 7-Klässler noch eine 2,8, geben die 11.-13.-Klässler nur noch eine 3,3. Das Schulessen wird genau bei denjenigen Schülern am schlechtesten beurteilt, welche die Möglichkeit haben, mittags die Schule zu verlassen und anderswo zu essen.

Je älter Schüler werden, umso weniger orientieren sie sich an festen Strukturen wie einer Mittagspause mit warmen Mahlzeiten. Sie ziehen es vor, die Pausen für Gespräche zu nutzen und nebenbei etwas „Kleines“ zu essen. Lärm und Tumult in der Schulmensa, drängelnde, ungeduldige jüngere Schüler werden als nervig empfunden. Dieser Situation weichen sie aus.

Im Rahmen der vorliegenden Studie wurden auch die Eltern, das heißt in erster Linie die Mütter, der Kinder befragt. Die Mütter bewerten das Mittagsangebot an den Schulen im Durchschnitt mit der Note 2,5. Sie liegt im Durchschnitt um fast eine halbe Note besser als die durchschnittliche Bewertung von Kindern (2,9).

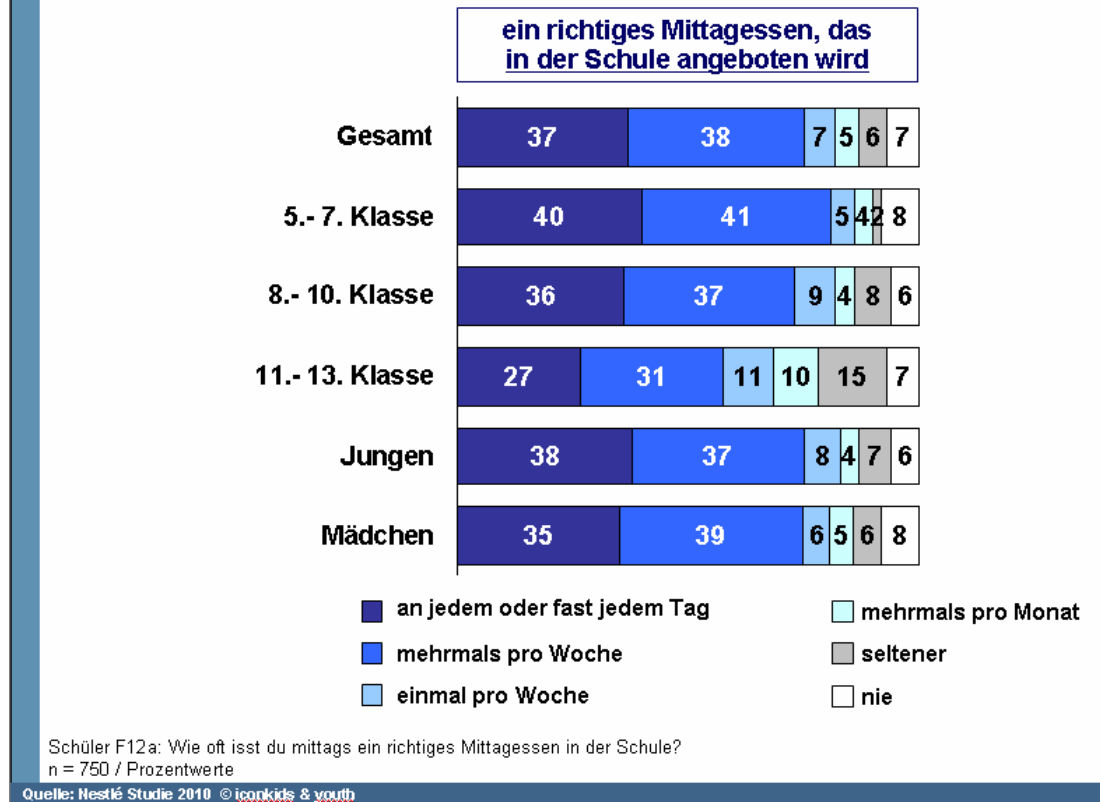
Eltern können die Verpflegungsqualität nicht unmittelbar bewerten. Sie kennen bestenfalls die Speisepläne und haben einen groben Überblick über das Angebot. Letztlich sind sie bei ihrer Einschätzung auf die Berichte ihrer Kinder angewiesen. Diese Berichte dürften nur von Zeit zu Zeit erfolgen und sind dann auch nicht vollständig. Hinsichtlich der Schulverpflegung sind Eltern nur indirekte Kunden!

2. Mittagessen bei Schülern nach wie vor gefragt

Das traditionelle „zu Mittag essen“ hat bei Kindern nach wie vor einen hohen Stellenwert: Der Anteil der Kinder, die mittags auf eine richtige Mahlzeit verzichten, ist nach wie vor verschwindend gering. Das zeigt sich in allen Altersstufen. Unabhängig vom Ort nehmen 74% der Kinder „an jedem oder fast jedem Schultag“ ein Mittagessen zu sich. 25% der Kinder essen „mehrmals pro Woche (an 2 - 3 Schultagen pro Woche)“ zu Mittag. Die Schule spielt bei der Mittagsverpflegung die mit Abstand wichtigste Rolle (Abbildung 2). Das Mittagsangebot an den Schulen nutzen an 4 - 5 Tagen pro Woche 37% der Schüler. 38% nutzen es an 2 - 3 Schultagen pro Woche. Insgesamt sind es also 75% der Schüler, die das Mittagsangebot regelmäßig (an mindestens 2 bis 3 Tagen pro Woche) nutzen.

Abbildung 2

Dreiviertel der Schüler essen mittags regelmäßig in der Schule



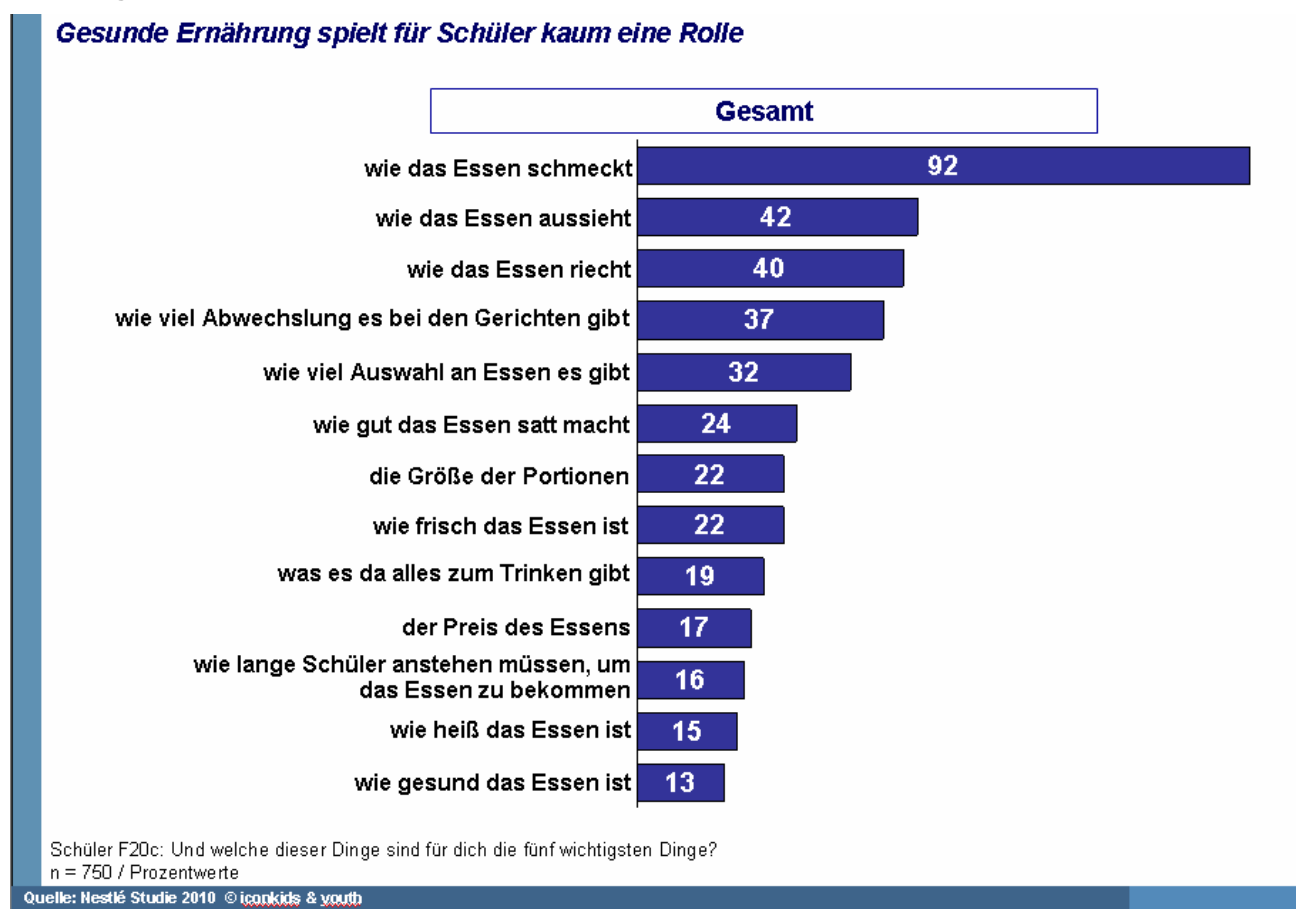
Im Vergleich dazu verzehren 27% der Schüler an mindestens zwei bis drei Tagen in der Woche mittags nur einen kleinen Snack. Damit sind diese Snacks – etwa belegte Brötchen - die größte ‚Konkurrenz‘ der Schulverpflegung, mit denen Schüler ihren (kleinen) Hunger stillen. Das Mittagessen zu Hause spielt dagegen nur noch eine untergeordnete Rolle: Nur wenige Kinder essen an jedem bzw. fast jedem Schultag mittags zu Hause. 23% der Schüler essen an mindestens 2 Tagen in der Woche zu Hause Mittag.

Die oft kolportierte Behauptung, Ganztagschüler essen mittags öfter im Fastfood-Restaurant als in der Schulmensa, erweist sich als haltlos. Allerdings wird mit zunehmendem Alter seltener in der Schule zu Mittag gegessen. Lediglich 5 % der Schüler essen an mindestens zwei Tagen außerhalb der Schule und zu Hause zu Mittag. Die nach wie vor große Bedeutung eines warmen Mittagessens bietet der Schulmensa die große Chance, gesundheitsförderliche Mahlzeiten zu bieten und an die Vielfalt von Lebensmitteln und Speisen heranzuführen.

3. Schüler: Hauptsache es schmeckt

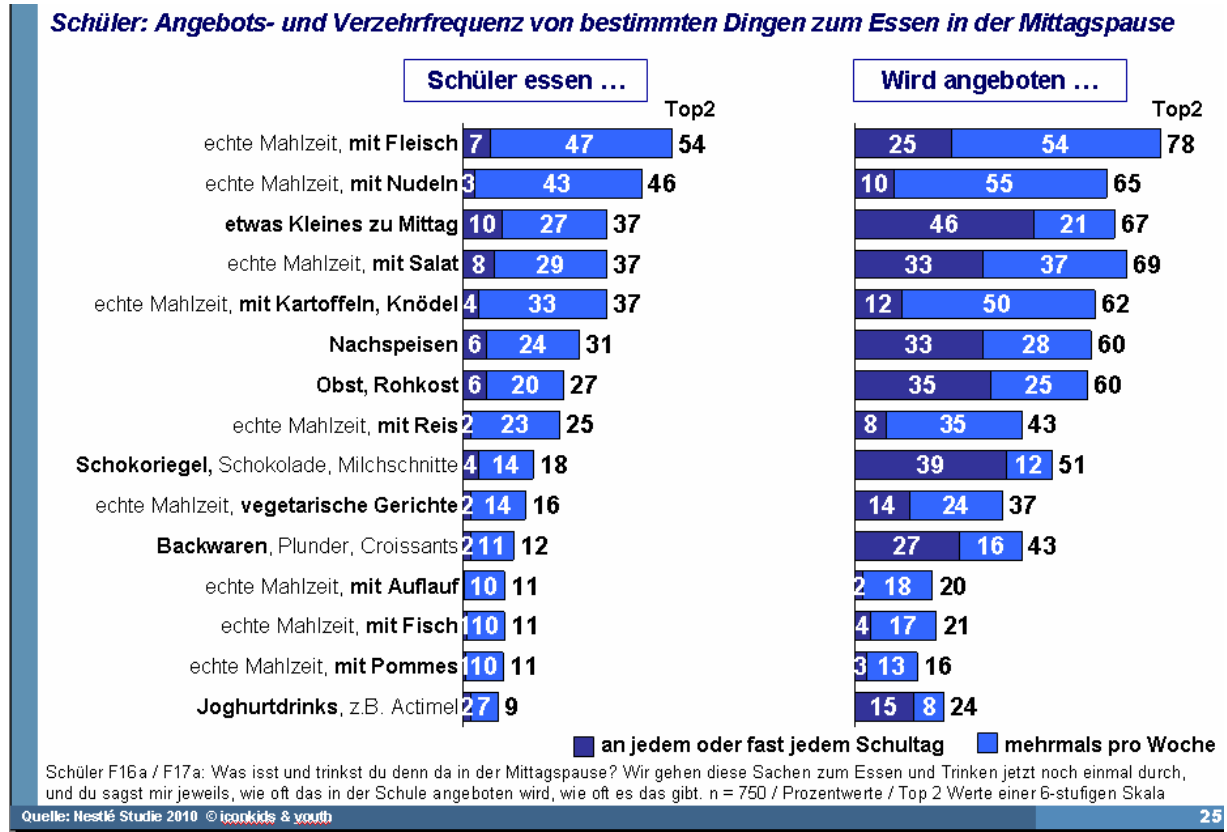
Gesundheit als Thema spielt für die Mehrheit der Schüler keine Rolle. Befragt nach den wichtigsten Anforderungen, die die Schulverpflegung erfüllen soll, nehmen die vordersten Plätze ein: Wie das Essen schmeckt, aussieht und riecht, ob es Abwechslung gibt und wie groß die Auswahl ist. Dass das Essen gesund ist, steht in der Anforderungsliste abgeschlagen auf Platz 13, noch hinter der Forderung, dass das Essen heiß sein soll. (Abbildung 3)

Abbildung 3



Fleisch und Pasta sind die Lieblingsspeisen der Schüler. Die Hälfte der Schüler isst diese Mahlzeiten regelmäßig, d.h. mehrmals in der Woche. Dementsprechend werden Fleisch und Nudeln auch am häufigsten bei der Frage nach der Lieblingsspeise genannt, gefolgt von Pizza, die aber nur selten angeboten wird. (Abbildung 4)

Abbildung 4



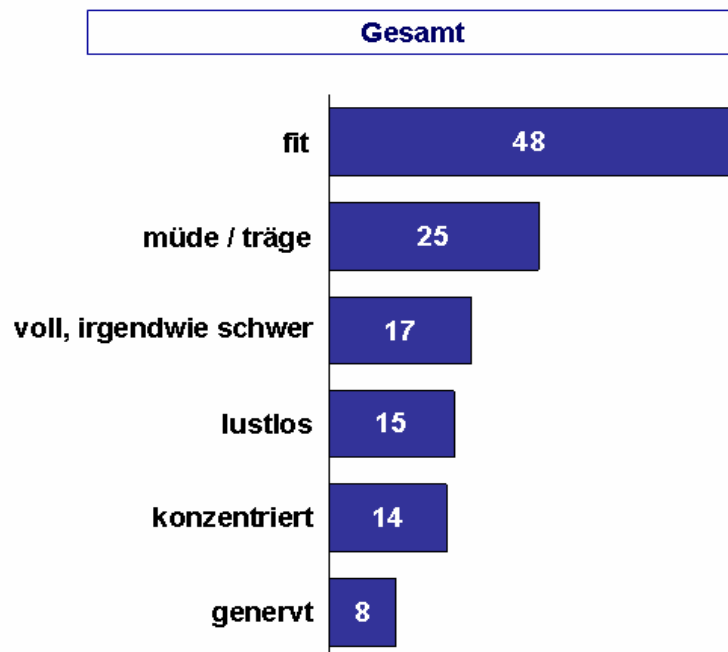
Allen Ratschlägen zur ausgewogenen Ernährung zum Trotz, bieten 40 % der Schulen Obst mittags so gut wie nie an. Zudem wird dieses oft nicht appetitlich und nach den Wünschen der Schüler (geschält und gestückelt) angeboten. Entsprechend isst nur ein Viertel (27 %) der Schüler mittags regelmäßig Obst. Auch Fisch wird relativ selten gegessen (von 11 % regelmäßig) und steht auch recht selten auf dem Speiseplan.

Die Folge davon ist: Die Hälfte der Schüler fühlt sich nach dem Essen müde, träge, schwer und lustlos. Nur jeder zweite Schüler gibt an, nach der Schulmensa fit zu sein. (Abbildung 5)

Dieses Ergebnis kann nicht zufriedenstellen. Schließlich soll die Mittagspause dazu dienen, das mittägliche Leistungstief aufzufangen, damit die Schüler anschließend wieder konzentriert am Unterricht teilnehmen können. Die Kombination einer ernährungsphysiologisch ausgewogenen Mittagsmahlzeit mit einer aktiven Bewegungspause ist ganz offensichtlich nicht die Regel.

Abbildung 5

Die Schulumensa macht Schüler müde und träge



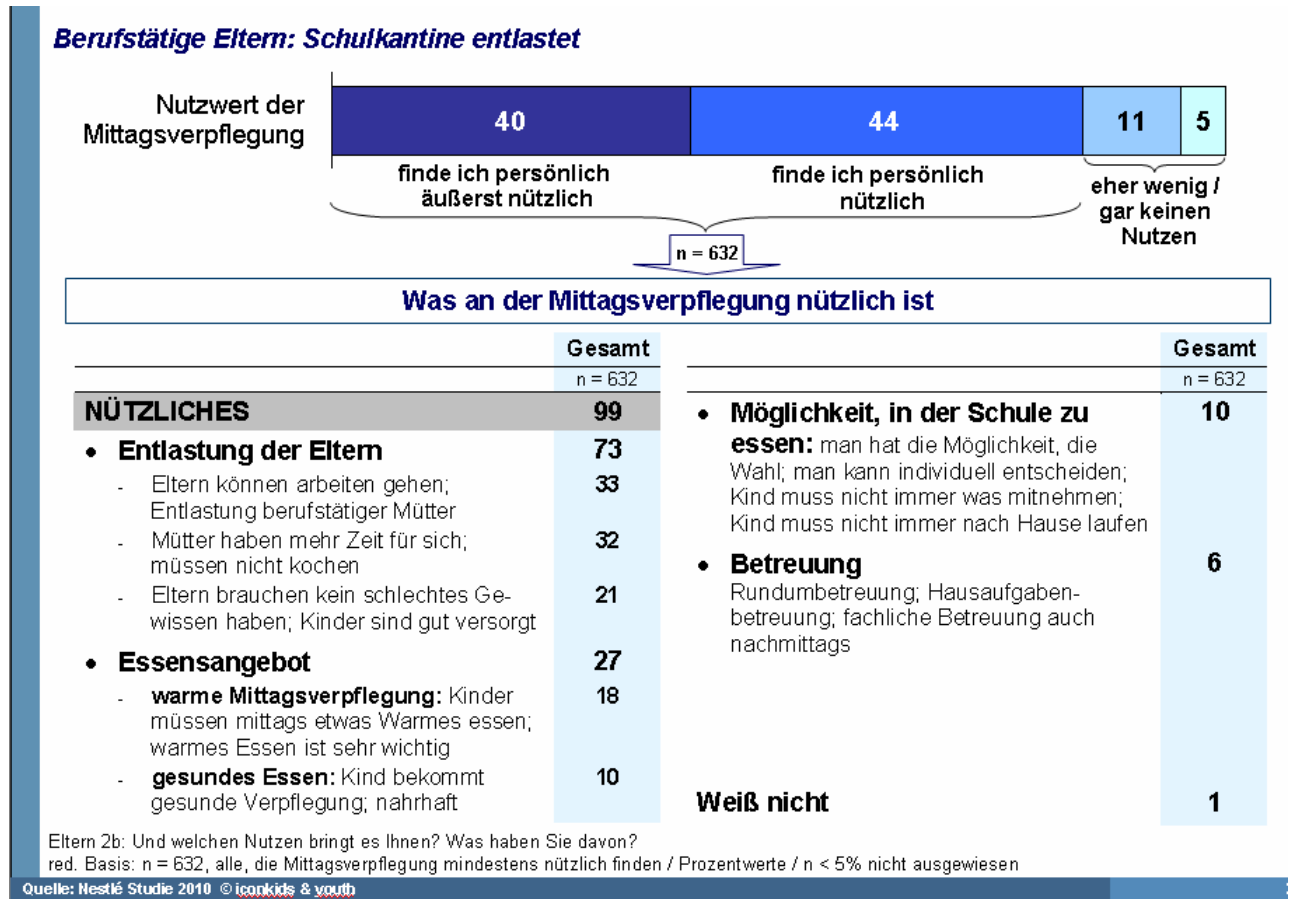
Schüler F20d: Wie fühlst du dich denn so normalerweise nach der Mittagspause?
n = 750 / Prozentwerte

Quelle: Nestlé Studie 2010 © [iconkids & youth](#)

4. Eltern: Hauptsache problemlos und günstig

Rund 80 % der befragten Eltern sind berufstätig. Entsprechend begrüßen sie (84 % der Eltern) es, dass ihre Kinder in der Schule ein Mittagessen bekommen, da es Ihnen eine deutliche Entlastung verschafft. Dadurch können sie vollständig ihrem Beruf nachgehen, haben mehr Zeit für sich selbst und dies ganz ohne schlechtes Gewissen. 40% gehen halbtags ihrem Beruf nach und 41% ganztags. Nur 19% der Mütter geben an, sie seien nicht berufstätig. (Abbildung 6)

Abbildung 6



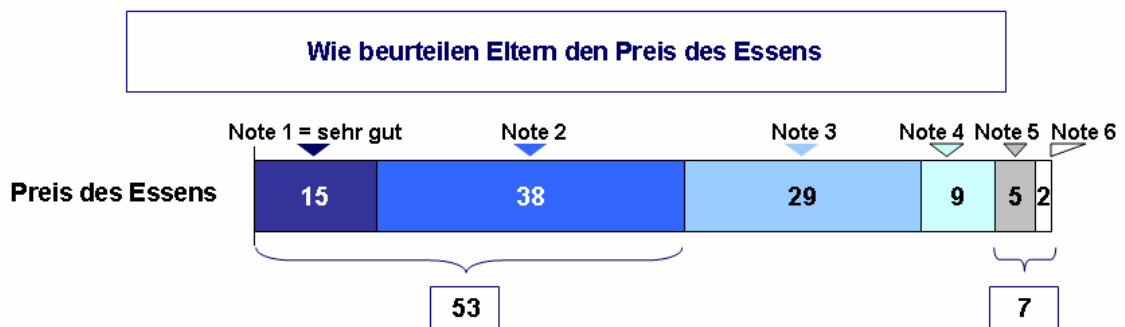
So gut wie keine Rolle spielt aus Elternsicht indessen der Gedanke, das Schulessen solle auf das Kind außer dem Sättigungsaspekt einen zusätzlichen positiven Aspekt haben. Nur 10 % der Mütter geben an, die Schulverpflegung sei nützlich, weil das Kind ein gesundes Essen erhalte. Dementsprechend nennen nur ein Viertel (26 %) der Eltern als wichtigen Aspekt der Schulverpflegung ‚wie sehr beim Essen auf gesundheitliche Aspekte geachtet wird‘. (Abbildung 7) Wichtiger ist aber der Preis des Essens: 41 % der Eltern zählen ihn zu den drei wichtigsten Anforderungen an die Schulverpflegung.

Abbildung 7

Für die Eltern stimmt das Preis-Leistungs-Verhältnis



derzeitiger jährlicher Betrag: Ø € 332,--
(entspricht pro Tag*: Ø € 1,75) derzeitiger Preis pro Mittagessen (ohne Getränke)**: Ø € 2,60



Eltern F9abcde: Welches Bezahlsmodell gibt es bei Ihrem Kind an der Schule? Was kostet ein komplettes Mittagessen (ohne Getränke) im Schnitt pro Tag / Woche / Monat / Jahr? / F6: Wie beurteilen Sie den Preis des Essens? / n = 750 / Prozentwerte
*Berechnung mit 190 Schultagen pro Jahr; **Berechnung mit 5 Schultagen pro Woche, Berechnung mit 20 Schultagen pro Monat

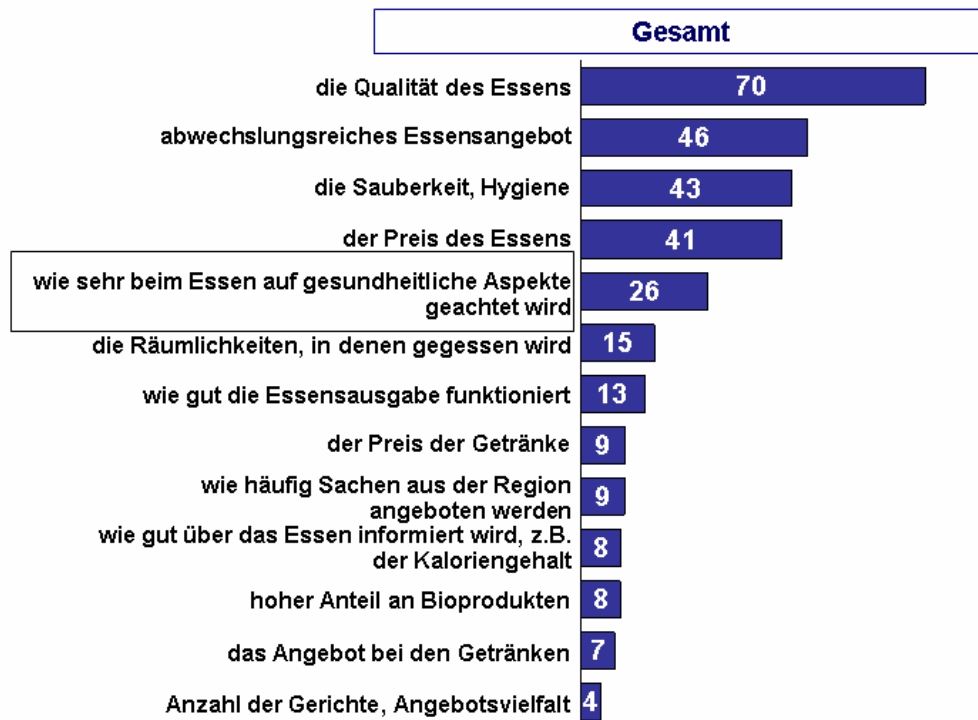
Quelle: Nestlé Studie 2010 © iconkids & youth

So gut wie unwichtig sind bei den Anforderungen der Eltern Themen wie Bio oder Regionalität - und hier sind sie einer Meinung mit den Schülern. Solche Aspekte sind ‚nice-to-have‘, so lange sie nicht zu Mehrkosten führen.

Der derzeitige Durchschnittspreis für ein Schulessen in der Schule ohne Getränke beträgt 2,60 Euro. Das Preis-Leistungsverhältnis wird von über der Hälfte der Eltern mit den Noten 1 oder 2 beurteilt. Mangelhaft oder gar ungenügend vergeben nur sieben Prozent.

Abbildung 8

Schulverpflegung: Preis und Sauberkeit schlagen Gesundheit



Eltern F5: Ich lese Ihnen jetzt einige Aspekte der Schul-Verpflegung zu Mittag vor. Welche drei Aspekte sind Ihnen persönlich davon am wichtigsten?
n = 750 / Prozentwerte

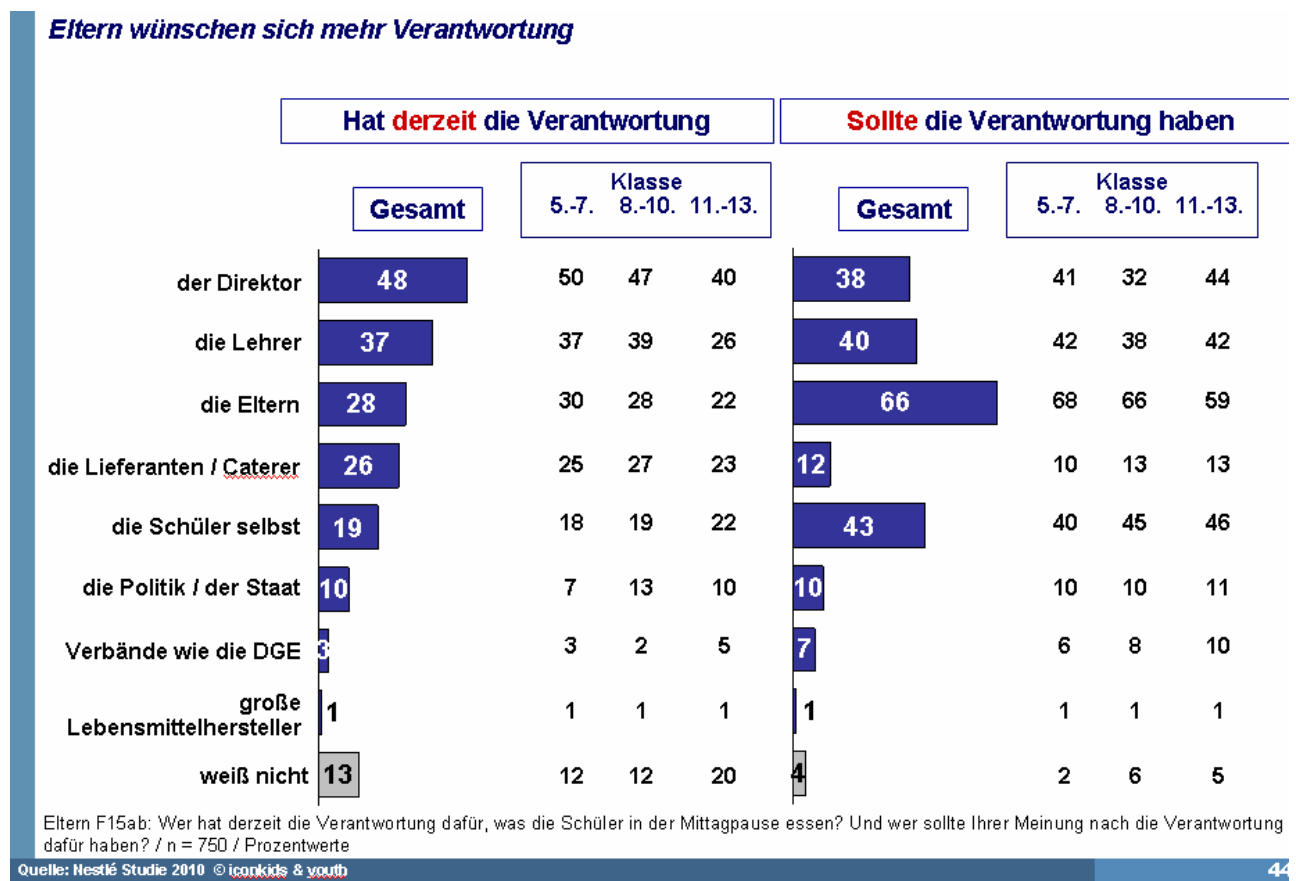
Quelle: Nestlé Studie 2010 © [iconkids & youth](#)

5. Die Mehrheit der Eltern engagiert sich nicht

Für die große Mehrheit der Eltern (61 %) besitzt die Schulverpflegung keine hohe Priorität. Zum einen herrscht bei vielen der Glaube, man könne eh nichts daran ändern. Und zum anderen ist man der Ansicht, dass die Schulverpflegung ja so gut funktioniert, dass man entlastet wird und eben nicht zu kochen braucht. Der Bequemlichkeits-Gedanke schlägt den Willen zum Engagement. Nur etwas mehr als ein Drittel (39 %) der Eltern gibt an, ihnen sei das Thema Schulverpflegung wichtig und dass sie sich dafür engagieren würden. Es zeigt sich darüber hinaus, dass Eltern über die Zusammenhänge der Schulverpflegung in der Schule nicht ausreichend informiert sind. Dreiviertel der Eltern (77 %) geben zwar an, über das Thema Mittagsverpflegung in der Schule ihrer Kinder gut informiert zu sein, tatsächlich wissen aber über 60 % nicht, wer das Essen in die Schule liefert.

Hinzu kommt, dass aus Sicht der Eltern in erster Linie die Schulleitung und die Lehrer die Verantwortung dafür tragen, was die Schüler in der Mittagspause essen, gefolgt von den Eltern und den Lieferanten des Essens. (Abbildung 9) Bislang erfolgt kaum eine aktive Einbindung der Eltern in das Thema Schulverpflegung. Lediglich die wenigen, die sich in Elternbeiräten engagieren, dürften einen tieferen Einblick in die Problematik erhalten. Informationen beispielsweise anlässlich von Elternabenden sind in der Regel passiv und decken das breite Spektrum einer möglichen Einflussnahme nicht ab. In welcher Form sich Eltern einbringen könnten, haben in der Tat weder Schulleitungen und erst recht nicht die Anbieter von Verpflegung im Fokus. Damit ergibt sich, dass Eltern ihre Einflussmöglichkeiten zurzeit als gering ansehen, aber künftig deutlich ausbauen wollen.

Abbildung 9

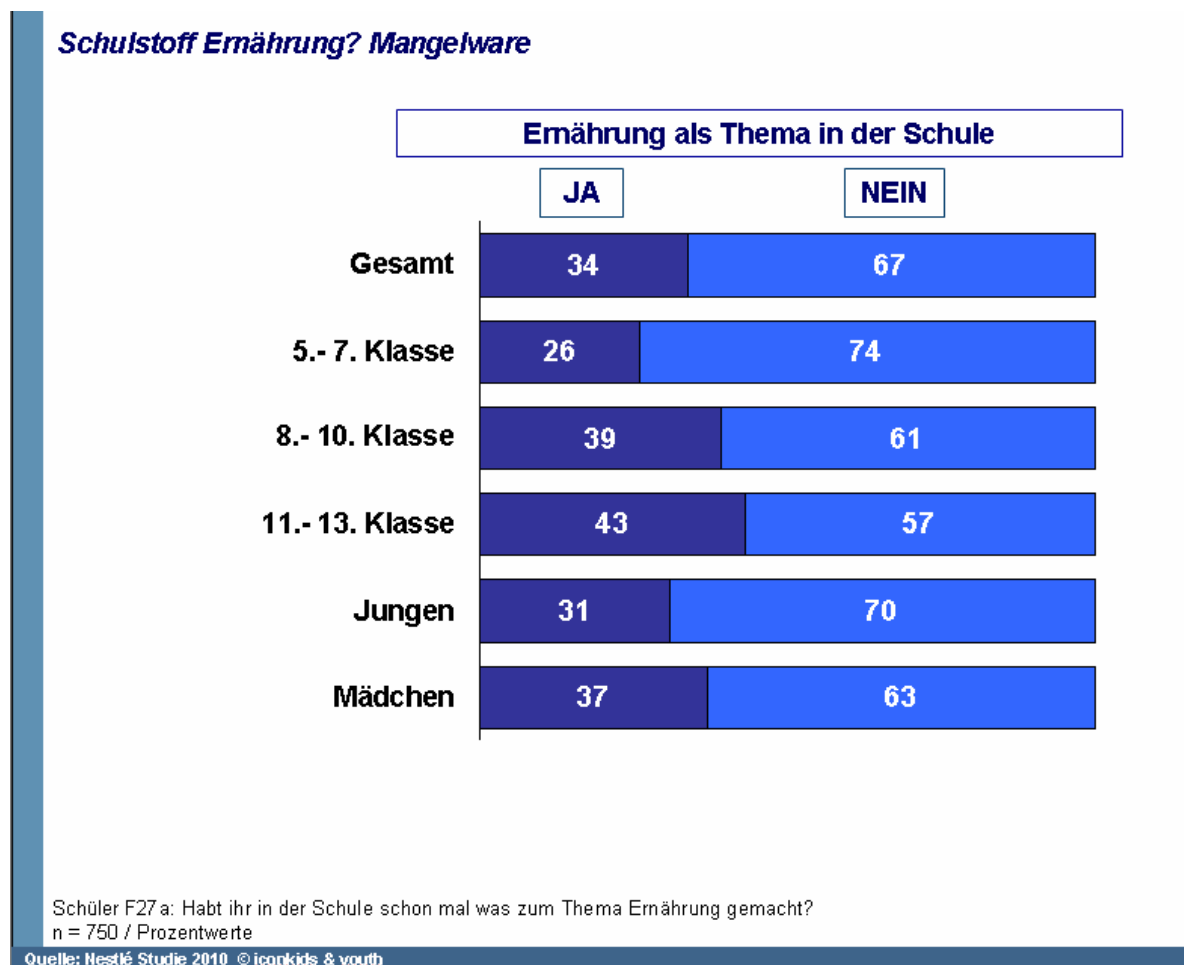


Derzeit wird die Möglichkeit der Ergänzung zwischen häuslicher und schulischer Ernährung im Sinne eines ganzheitlichen Ansatzes nicht gesehen. Eltern fühlen sich zwar im häuslichen Umfeld verantwortlich für die Verpflegung ihrer Kinder. In der Schule geben sie diese Verantwortung ab. Stattdessen im Sinne eines abgestimmten Ernährungskonzepts werden hierdurch allerdings Chancen vertan.

6. Schüler lassen sich für Themen Ernährung und Kochen motivieren

Nur ein Drittel der befragten Schüler gab an, Ernährung wäre Thema in der Schule gewesen. Für zwei Drittel der Schüler wurde eine Chance verpasst, sie anschaulich in der Schule für die Ernährung zu sensibilisieren. (Abbildung 11)

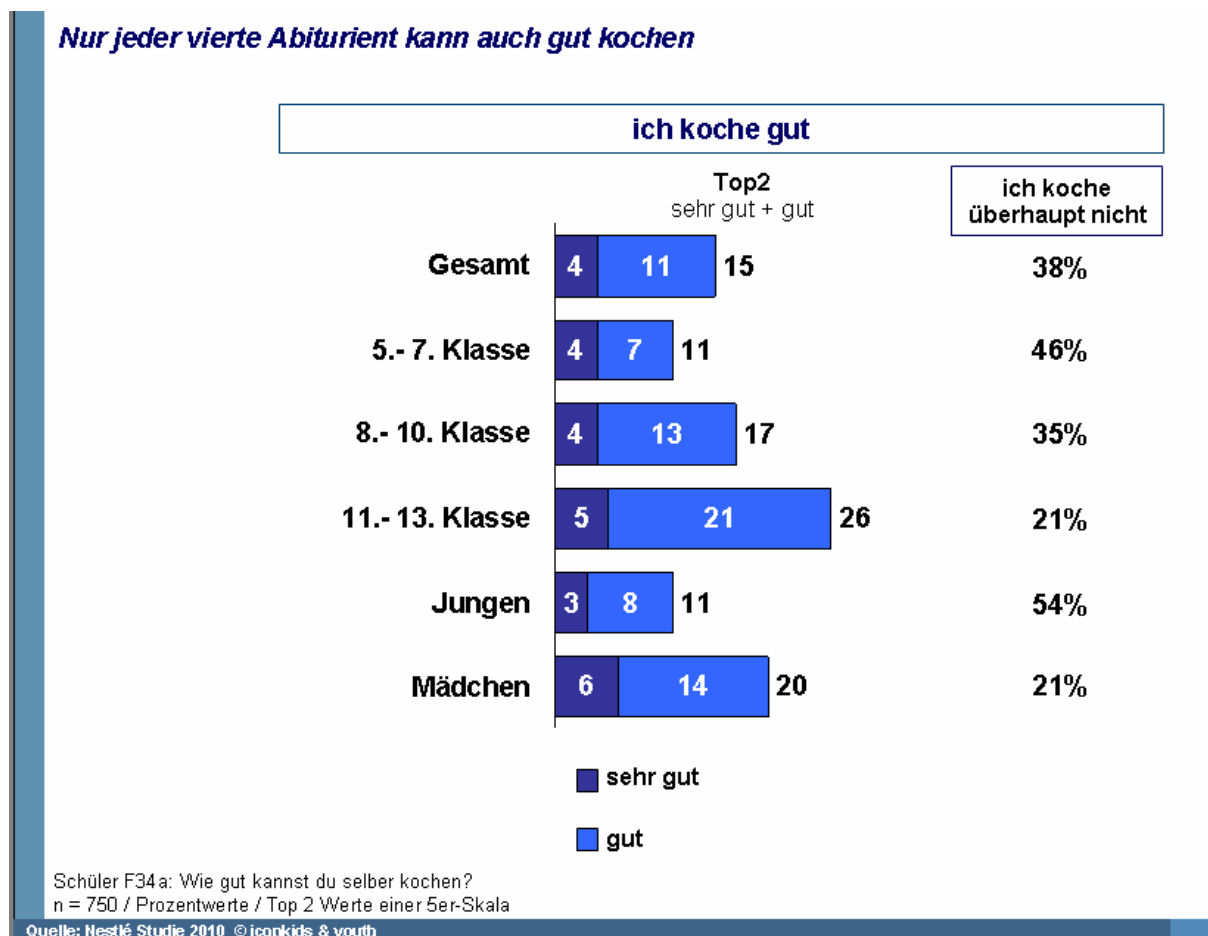
Abbildung 10



Nur jeder Zehnte (10 %) erklärte, es hätte im Rahmen der Mittagsverpflegung Aktionswochen gegeben. Wie schon die Nestlé Studie 2009 „So is(s)t Deutschland“ zeigt, sind die Themen Kochen und Ernährung nach wie vor Frauensache: In der Schule stehen 21 % der nicht-kochende Mädchen 54 % der nicht-kochenden Jungen gegenüber. Für mehr als die Hälfte der Jungen ist selber kochen ein Buch mit 7 Siegeln. Nur 15 % der Schüler insgesamt glauben von sich, sie würden gut kochen, 38 % gaben sogar an, sie würden überhaupt nicht kochen können. Selbst bei den Schülern der Oberstufe gibt es nur 26 %, also ein gutes Viertel, mit guten

Kochfähigkeiten, 20 % kann nicht kochen und hat auch keine besondere Motivation. (Abbildung 10)

Abbildung 11

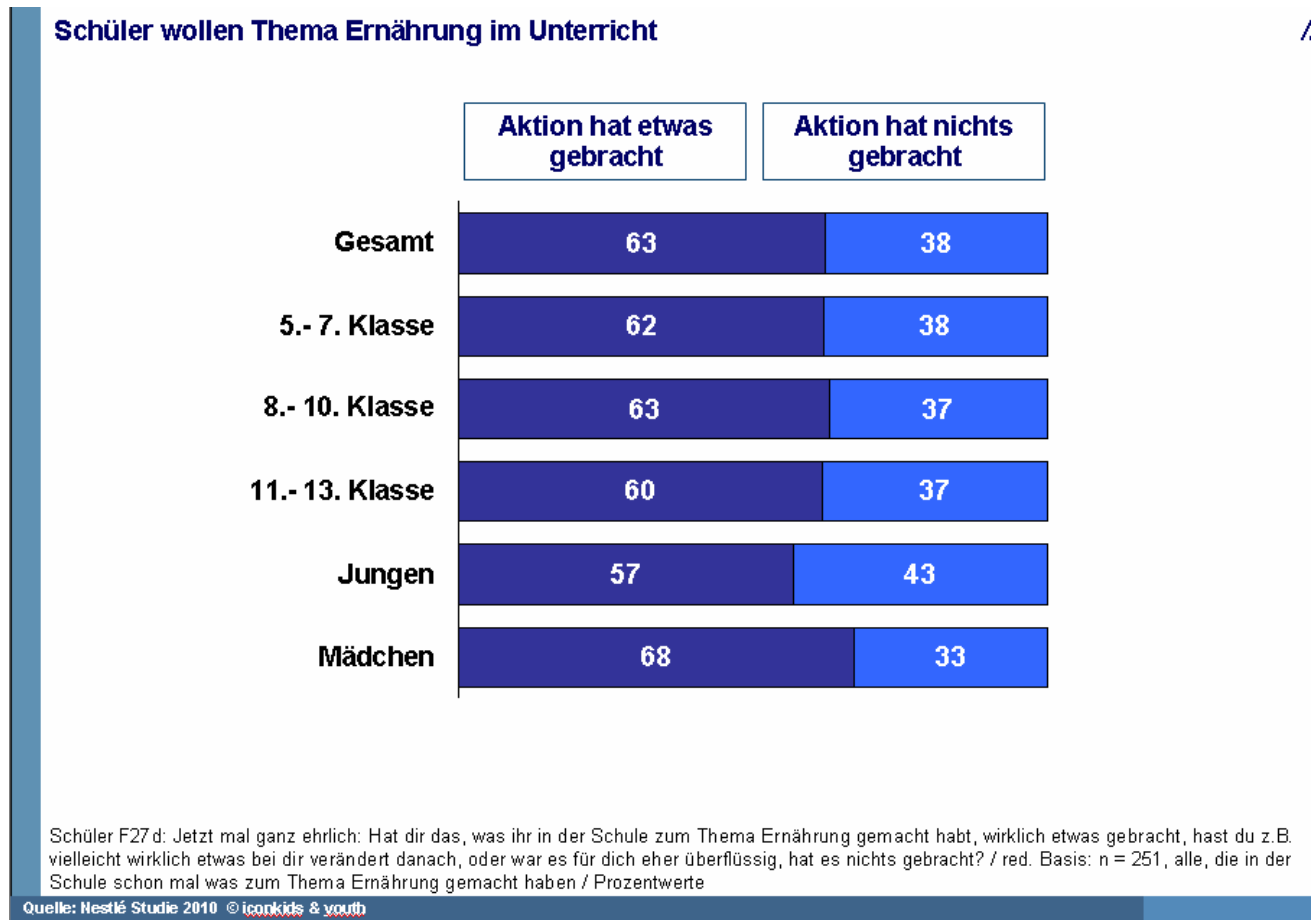


7. Die Schule kann bei der Ernährungserziehung Positives bewirken

Bei einem Drittel der Schüler war die Ernährung Bestandteil des Unterrichts, wobei sie größtenteils theoretisch behandelt wurde; zum Teil wurde aber auch im Unterricht gekocht. Kochen als Teil des Unterrichts stößt sowohl bei Mädchen als auch bei Jungen auf eine hohe Akzeptanz, da es Spaß bringt, man etwas lernt und es auch Möglichkeiten zum Flirten bietet.

Diese Schüler wurden gefragt: „Hat dir das, was ihr in der Schule zum Thema Ernährung gemacht habt, wirklich etwas gebracht, hast du z.B. vielleicht wirklich etwas bei dir verändert danach, oder war es für dich eher überflüssig, hat es nichts gebracht?“ (Abbildung 12)

Abbildung 12



63 %, also zwei Drittel antworteten darauf mit: „Ja, es hat mir etwas gebracht.“ Sie achten danach tatsächlich mehr auf ihre eigene Ernährung, also darauf, was sie essen und trinken. Sie wissen mehr darüber, wie man sich gesund ernährt und: ein Viertel von Ihnen gab an, sie könnten jetzt (besser) kochen.

Die Nestlé Studie 2010 „So is(s)t Schule“ zeigt, dass Schüler sich initiativ nur zum kleineren Teil für das Thema Ernährung sowie deren Bedeutung für die eigene Gesundheit, Lernfähigkeit und das Wohlbefinden interessieren. Werden ihnen aber die entsprechenden Angebote unterbreitet, stehen die Schüler dem Thema Ernährung ausgesprochen offen und interessiert gegenüber. Dies zeigt, wie wichtig es ist, dass die Chancen, die sich durch die rasant wachsende Anzahl von Schulkantinen in Deutschland ergeben, auch wirklich im Sinne eines pädagogischen Gesamtkonzeptes der Schulen genutzt werden.

Methodik

Untersuchungsanlage

- **Stichprobe**
 - n = 750 Ganztagschüler der 5 bis 13. Klasse sowie ein Elternteil aus insgesamt 393 Schulen
 - repräsentative Stichprobe für Ganztagschüler in Deutschland
 - Quotenvorgaben nach Geschlecht, Zugehörigkeit zur Schulklasse, Schulart und Bundesland
 - Bildung einer disproportionalen Stichprobe: Es wurden in den Klassenstufen 11 bis 13 doppelt so viel Interviews durchgeführt, als dies laut repräsentativer Quote sein müsste, damit die Ergebnisse in diesen Klassenstufen eine höhere Sicherheit haben.
In der Gesamtverteilung wurde diese Zahl dann wieder heruntergewichtet, so dass die Klassen 11 bis 13 nicht stärker in die Gesamtergebnisse eingehen, als dies nach der repräsentativen Verteilung der Fall ist.

- **Methode**
 - Befragung zu Hause bei den Schülern und Eltern
 - Persönliche (face-to-face) Befragung der Schüler und Mütter mittels standardisiertem Fragebogen (CAPI: Computer Aided Personal Interviews)
 - Einsatz von 155 speziell geschulten jugendlichen Interviewern bis 30 Jahre

- **Erhebungszeitraum**
 - 12. November bis 29. November 2009

Schulverpflegung – eine einmalige Chance, Esskultur und Ernährungsverhalten nachhaltig zu prägen!

- Verantwortung übernehmen – Partizipation fördern -

Prof. Ulrike Arens-Azevedo

Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg

1. Verpflegung hat eine hohe Relevanz im Schulalltag

Nach der Verabschiedung des Investitionsprogramms Zukunft: Bildung und Betreuung (IZBB) im Jahr 2003 durch die Bundesregierung hat die Zahl der Ganztagschulen in Deutschland kontinuierlich zugenommen.

Derzeit werden rund 12.000 Verwaltungseinheiten registriert und mehr als 1,7 Millionen Kinder und Jugendliche in Ganztagschulen betreut, dies entspricht ca. 19 % aller Schülerinnen und Schüler an allgemein bildenden Schulen. (Das Statistische Bundesamt weist für das Schuljahr 2008/2009 insgesamt 9,025 Millionen Schüler in allgemein bildenden Schulen aus)

Jede Ganztagschule muss – gemäß Definition der Kultusministerkonferenz (KMK) – ein Mittagessen zur Verfügung stellen. Damit bekommt Verpflegung im Kontext von Schule fast automatisch eine hohe Relevanz.

Darüber hinaus bedeutet die Verkürzung der Schulzeit auf insgesamt 12 Jahre für viele Kinder und Jugendliche von der Mittelstufe an regelmäßigen Nachmittagsunterricht. Ohne Frühstück oder Pausenbrot und ohne eine Mittagsmahlzeit lässt sich ein solcher Schulalltag kaum bewältigen.

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, die Kinder müssen in gleicher Weise betreut werden, ohne dass ihr sozialer Hintergrund sich hierbei unmittelbar auswirken könnte.

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.“

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

Die Ernährungssituation ließe sich nachhaltig verbessern, wenn es gelänge, 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.

2. Verantwortung übernehmen – Das Angebot attraktiv gestalten

Die Bewertung der Verpflegung durch die Schüler kann nicht zufriedenstellen. Dabei spielt die Sensorik – wie das Essen riecht, schmeckt und aussieht sowie Abwechslung und Auswahl für die Schüler eine besondere Rolle. Immerhin ist schon in vielen Schulen eine Auswahl zwischen mehreren Gerichten möglich (46 % der Schüler berichten von 2 Gerichten zur Auswahl, 40 % von 3 Gerichten und sogar 7 % von 4 Gerichten und mehr), dennoch scheint der Wunsch vor allem nach Abwechslung und sensorischer Qualität der Speisen nicht erfüllt zu werden.

Verantwortliche wie Schulleitungen und Schulträger müssen sich einen Überblick über die Marktsituation verschaffen. Ausschreibungen auf der Basis detaillierter Leistungsverzeichnisse, die einerseits Angebotsbreite und –tiefe, (hierzu zählen auch Aktionswochen), ernährungsphysiologische Qualität von Speisen (auf der Basis der

Standards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung), die Art der Speisenproduktion und den Anlieferungsmodus, Preis und Serviceleistungen festlegen, sind eine wesentliche Voraussetzung, um Angebote überhaupt miteinander vergleichen zu können.

Kurze Vertragszeiten ermöglichen einen schnelleren Wechsel, schränken aber die finanzielle Verhandlungsbasis häufig ein.

Es empfehlen sich vorab Testessen wobei ausgewählte Schülerinnen und Schüler einbezogen werden sollten.

Das Angebot kann attraktiv gestaltet werden, wenn

- Wünsche und Vorlieben der Zielgruppe einfließen (Die Lieblingsspeisen von Kindern und Jugendlichen – sieht man einmal von den fast unvermeidlichen Pommes frites ab – sind eine gute Grundlage, um ein breites, attraktives Angebot zu bieten)
- Zug um Zug eine freie Komponentenwahl eingeführt wird, Salatbar und Dessertauswahl sind selbstverständlich
- Aktionswochen durchgeführt und idealerweise mit Projektwochen der Gesundheitsförderung und Ernährungserziehung gekoppelt werden
- Eine attraktive Zwischenverpflegung angeboten wird und ein abwechslungsreiches Frühstücksbuffet auch ein zweites Frühstück ermöglicht.

Ziel ist es, die Akzeptanz der Schulverpflegung zu steigern und alle Kinder für ein Mittagessen in der Schule zu begeistern. Die Häufigkeit des in der Schule genutzten Mittagessens ist in der vorliegenden Studie überraschend hoch, obwohl in den meisten Fällen durchaus Alternativen vorhanden sind. Von diesen wird immer noch am häufigsten das „Essen zu Hause“ genannt wird, gefolgt von „kleinen Sachen“, die entweder im Supermarkt oder beim Bäcker, oder im Schulkiosk gekauft werden.

Aktionswochen werden nur in 10 % aller Schulen durchgeführt, hier wäre eine gute Möglichkeit, Abwechslung und Auswahl wesentlich zu steigern und die Verbindung mit der Ernährungserziehung zu knüpfen.

3. Verantwortung übernehmen - ein gesundheitsförderndes Angebot sicher stellen

Weder Schüler noch Eltern messen dem Gesundheitsaspekt der Verpflegung eine besondere Bedeutung bei. Nur 13 % der Schülerinnen und Schüler nennen „wie gesund das Essen ist“ unter den 5 wichtigsten Faktoren. Bei den Eltern sind es immerhin 26 %, die „wie sehr bei Essen auf gesundheitliche Aspekte geachtet wird“ zu den 5 wichtigsten Faktoren rechnen. Interessant in diesem Zusammenhang ist, dass von den Eltern aber 43 % Sauberkeit und Hygiene in dieses Feld einordnen und selbst bei den Schülern ist die Sauberkeit von Tellern und Besteck, der Räumlichkeiten und des Ausgabepersonals ein Thema.

Offensichtlich erfolgt weder bei Schülern noch bei den Eltern eine Verbindung zwischen einem gesundheitsförderlichen Verpflegungsangebot und der Verbesserung von körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit.

Dies ist vor dem Hintergrund der Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheits surveys- KIGGS verblüffend. 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. Bei 28,9 % der Mädchen und 15,2 % der Jungen im Alter von 11 bis 17 Jahren wurde 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 ca. ein Viertel der Flüssigkeitsmenge aus Limonaden. Der Verzehr von Fleisch, Fleischwaren und Wurst liegt bei den meisten Kindern und Jugendlichen deutlich höher als empfohlen. Auch Süßwaren werden deutlicher häufiger verzehrt als erwünscht.

Dass die richtige Verpflegung zum richtigen Zeitpunkt Leistungstiefs auffangen und die Konzentrationsfähigkeit steigern kann, ist augenscheinlich weder Schülern noch Eltern präsent. Chancen, die in einem entsprechenden Angebot liegen, werden also nicht erkannt.

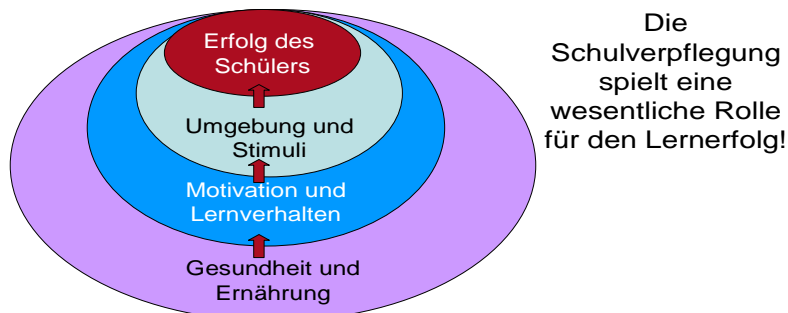


Abbildung: Zusammenhang zwischen Ernährung und Lernerfolg

Die Aussagen zum konkreten Angebot in Schulen zeigen, dass hier deutliche Veränderungen vorgenommen werden müssen. So ist täglich ein frischer Salat und frisches Obst zu fordern, Fisch regelmäßig mindestens einmal in der Woche anzubieten und bei mehreren Gerichten grundsätzlich ein vegetarisches vorzuhalten. Eltern wünschen sich zwar häufiger vegetarische Gerichte (32 %), Bioprodukte (23 %), Obst und Rohkost (47%) und Mahlzeiten mit Salat (39%), dennoch tauchen genauso eher fettreiche Varianten wie Mahlzeiten mit Fleisch (35 %) oder Hausmannskost (9 %) auf.

Hoffnungen können mit der Umsetzung des europäischen Schulobstprogramms verbunden werden, das für Schüler das kostenlose tägliche Angebot von Obst vorsieht, auch wenn nicht alle Schulen in den Genuss dieses Angebots kommen werden.

Viele „Kultgerichte“ ließen sich darüber hinaus leicht abwandeln und für eine bedarfsgerechte Ernährung nutzen. Dazu zählen vor allem Gerichte auf der Basis von Teigwaren, Reis oder frischen Kartoffeln. Auch Vollkornbrötchen und Müslis in der Zwischenverpflegung sind eine attraktive Basis einer bedarfsgerechten Ernährung.

Erfreulich hat sich das Getränkeangebot entwickelt. Wasser steht den Schülerinnen und Schülern in den meisten Schulen zur Verfügung und wird auch von diesen am

häufigsten nachgefragt. Gleichzeitig werden aber auch Limonaden, Eistee und Cola angeboten, obwohl sie deutlich weniger von den Schülern genutzt werden. Energy Drinks spielen nur eine untergeordnete Rolle. Leitungsgebundene Wasserbrunnen als Standard in allen Schulen sollte ein Ziel aller Schulleitungen sein!

Nur 48 % der Schüler geben an, nach der Mittagspause fit zu sein, und 14 % fühlen sich konzentriert. Bei allen anderen erfüllt die Mittagspause diesen Zweck nicht. Ob dies auf die jeweiligen Mahlzeiten zurückzuführen ist, kann nicht ohne Weiteres geschlussfolgert werden, schließlich haben auch Bewegungsangebote und Entspannungsmöglichkeiten einen Einfluss auf diese Bewertung.

4. Verantwortung übernehmen - Organisation und Rhythmisierung des Schulalltags auf Verpflegung abstellen

Organisation und Rhythmisierung haben einen entscheidenden Einfluss auf den Lernerfolg in der Ganztagschule. So lässt sich mit einer klugen Pausengestaltung und der Abwechslung von Bewegungs- und Entspannungsangeboten Konzentration und Leistungsfähigkeit auch über viele Stunden erhalten.

Konzepte, die beispielsweise den Schulbeginn flexibel gestalten und Schülern Raum geben zu Beginn des Tages erst einmal gemeinsam oder in kleinen Gruppen zu frühstücken, Sport oder Spiele zu betreiben bevor der vergleichsweise starr strukturierte Unterrichtsteil einsetzt, haben sich bewährt.

Die Möglichkeit der Aufnahme von kleinen Zwischengerichten und einer warmen Mittagsmahlzeit sollte bei der Organisation in der Schule eine zentrale Rolle spielen. Die Schulmensa ist idealerweise ein gemütlicher und ansprechender Raum, der Zeit für Entspannung lässt. Dies gelingt nur, wenn der Lärmpegel niedrig ist und durch Aufteilung abgetrennter Bereiche, sich Schüler in kleinen Gruppen zusammenfinden können.

Dass die Mittagspause gestaffelt ist, berichten nur 43 % der Schüler. Eine solche Staffelung ist in größeren Schulen aber zwingend Voraussetzung, wenn der Lärmpegel in einem vertretbaren Rahmen bleiben soll. Obwohl die Wichtigkeit des Umfelds bei der Verpflegung deutlich hinter Aspekten wie Auswahl,

Abwechslungsreichtum oder sensorischer Qualität hinterher hinkt, sind die Durchschnittsnoten zur Bewertung bei Eltern wie Schülern auffällig schlecht. So werden von den Eltern die Räumlichkeiten mit der Durchschnittsnote 2,6, die Atmosphäre der Mensa mit 2,7 und „ wie ruhig es in der Mensa ist“ nur mit 3,0 bewertet. Schülerinnen und Schüler sind noch kritischer: die Gemütlichkeit des Essraumes erreicht ebenso wie die Bequemlichkeit der Möbel 2,8, das Anstehen an der Essensausgabe wird mit einer Durchschnittsnote von 3,0 bedacht, die Lautstärke erhält 3,4.

Diese überwiegend schlechte Beurteilung macht den Handlungsbedarf deutlich. Hier sind Investitionen notwendig bei denen neben der Gestaltung von Räumen und Ausstattung vor allem auch die Ausgabe dem konkreten Angebot und der Nachfragesituation angepasst werden muss.

Für die Mittagspause sollte idealerweise eine Stunde eingeplant werden, sodass Schülerinnen und Schüler in Ruhe essen können und auch noch Zeit für Spiel und Sport haben.

Für Ruhe sorgt eine kontinuierliche Pausenbetreuung. Lehrkräfte haben Vorbildcharakter und können vor Ort schnell eingreifen, falls einmal brenzlige Situationen auftreten. Verantwortlichkeiten und Zuständigkeiten müssen klar geregelt sein. Da möglichst alle Beteiligten mitreden wollen und sollen, ist ein entsprechendes Schnittstellenmanagement aufzusetzen. Selbst die Einbeziehung des Hausmeisters ist von Bedeutung, vor allem dann, wenn er einen Kiosk betreibt oder für die Verteilung des Schulobstes verantwortlich ist.

Der Speiseplan – der nach Aussagen der Schüler im Wesentlichen nur die Speisen aufführt, sollte ein zentrales Element der Information werden. Attraktiv gestaltet, leicht zugänglich für Eltern und Schüler als Print Medium oder elektronisch verfügbar, könnte Information leicht transportiert und die Identifikation mit der Schulmensa gefördert werden. Eine gesundheitsfördernde Verpflegung sollte Teil des Schulprofils werden. Dies gelingt umso mehr, je stärker das Angebot mit einer klugen handlungsorientierten Ernährungserziehung verknüpft wird.

5. Partizipation fördern - Ernährungserziehung sicher stellen und Verbindung zur Verpflegung schaffen

Schüler können häufig nicht kochen, bei Jungen (54 %) ist dies noch stärker ausgeprägt als bei Mädchen (21%). Damit fehlt ihnen eine wesentliche Alltagskompetenz, die in ihrem späteren Leben eine hohe Relevanz haben dürfte.

Ernüchternd ist in diesem Zusammenhang, dass nur 34 % der Schülerinnen und Schüler angeben, Ernährung als Thema in der Schule gehabt zu haben. Und obwohl hier häufig eine kognitive Vermittlung anzutreffen ist, beurteilen die Schüler, die in den Genuss entsprechender Einheiten gekommen sind, diese rundweg positiv. Sie sind sogar der Überzeugung, dass die Einheiten Einfluss auf ihr Ernährungsverhalten haben.

An dieser Stelle wird deutlich, warum die Schulverpflegung bislang auch als verpasste Chance eingestuft werden muss. Ließen sich doch mit der Schulmensa zahlreiche Aktivitäten verbinden, sei es im konkreten Umgang mit Lebensmitteln, sei es beim gemeinsamen Kochen und Servieren, sei es bei der Bewertung von Lebensmitteln und Speisen.

Schüler aus unterschiedlichen Nationen sind in unseren Schulen zu finden, sie präferieren andere Speisen und pflegen andere Kulturen. Die Schulmensa kann ein Ort sein, dieses Feld zu erobern, Verständnis und Respekt gegenüber anderen zu wecken und vor allem Neues auszuprobieren!

Schüler sollen Einfluss nehmen bei der Speiseplangestaltung. Als Kunden sind sie ernst zu nehmen, regelmäßige Zufriedenheitsmessungen gehören zum Standard.

Testesser müssen engagierte Schülerinnen und Schüler sein, sie können so bei Auswahl und Angebot mitreden. Ein eigenständiges Unterrichtsfach Ernährung ist in den meisten Bundesländern nicht zu finden. Um so wichtiger ist es, ein systematisches Curriculum zu entwickeln, das nicht nur gelegentlich und punktuell, je nach Neigung einzelner Lehrkräfte umgesetzt wird, sondern das systematisch aufeinander aufbaut, Handlungsorientierung integriert und einen ganzheitlichen Ansatz ermöglicht, sodass Schülerinnen und Schüler in Bezug auf die eigene Ernährung entscheidungsfähig werden. Dabei sollten auch Aspekte von Nachhaltigkeit und Ressourcenschonung thematisch aufgenommen werden.

6. Partizipation fördern: Eltern aktiv einbinden und die Rolle von Verpflegung beim Lernerfolg verdeutlichen

Die Eltern fühlen sich nach eigenen Angaben eher gut über die Mittagsverpflegung informiert. Gleichzeitig wissen viele (59%) von ihnen nicht, wer die Schule beliefert. Sie bewerten die Situation der Mittagsverpflegung aber durchweg positiver als dies ihre Töchter und Söhne tun. Das persönliche Engagement ist vielen Eltern nicht wichtig, gleichzeitig werden die Möglichkeiten der generellen Einflussnahme reklamiert.

Diese Situation macht ein weiteres Dilemma deutlich: ganz offensichtlich ist auch die Einbindung der Eltern in Sachen Schulverpflegung bislang nicht hinreichend gelungen. Eine solche Einbindung gelingt nicht nur durch Elternabende. Regelmäßige Elternbriefe, die die Bedeutung einer bedarfsgerechten Ernährung erläutern, Aktionen und Feste in der Schulmensa oder die Einbeziehung des Mediums Internet führen hier eher zum Erfolg.

Schon das Schulprofil sollte den Stellenwert der Verpflegung deutlich machen. Darüber hinaus sind den Eltern auch Möglichkeiten der aktiven Einflussnahme zu gewähren. Besichtigung von Mensa und Ausgabeküche, Vorstellung des Küchenpersonals, Einbindung bei der Speiseplangestaltung, Durchführung eines Wettbewerbs – wer hat die attraktivste Rezeptur für unsere Mensa? – und ähnliches mehr können Eltern zu mehr Engagement verführen.

Fazit

Die Ergebnisse der Nestlé Studie 2010 - so is(s)t Schule - machen den Handlungsbedarf deutlich. Anforderungen an die ernährungsphysiologische und sensorische Qualität von Speisen sollen erfüllt, Auswahl und Abwechslungsreichtum sichergestellt werden. Schulleitungen und Schulträger müssen ihrer Verantwortung gerecht werden, indem sie die richtigen Anbieter auswählen. Schulleitungen haben es in der Hand durch die Rhythmisierung von Unterricht, die Festlegung sinnvoller

Pausenzeiten und die Gestaltung geeigneter Räumlichkeiten Lust auf die Schulmensa zu machen. Die Partizipation von Eltern und Schülern sollte gestärkt werden. Eltern müssen aktiv eingebunden, Schülerinnen und Schüler als Kunden einer Dienstleistung ernst genommen werden.

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, ganzheitlichen Ernährungserziehung lassen berechtigterweise die Hoffnung zu, dass die zur Zeit wenig zufrieden stellende Ernährungssituation bei Kindern und Jugendlichen verbessert werden kann. Auch kulturelle Vielfalt und soziales Engagement lassen sich gut vermitteln, wenn die Schulmensen integraler Bestandteil von Ganztagschulen werden: ein Ort, an dem man sich gerne aufhält, sich regeneriert, lernt und doch entspannt!