

FACHINFORMATION

Fokus: DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen



Schülerinnen und Schüler haben im Ganztagsschulbereich täglich das Anrecht auf ein warmes Mittagessen. Auch Zwischenmahlzeiten werden vielfach angeboten. Der Einfluss von Schulen auf die Verpflegung und Essgewohnheiten nimmt mit steigender Anzahl an Ganztagschulen zu. Damit ist die Schule einer der zentralen Orte für Prävention und Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen. Mit Hilfe von klar definierten Kriterien kann gemeinsam und schrittweise an der Verpflegungsqualität in der Schule gearbeitet und diese ggf. verbessert werden. Elementar für diesen Prozess ist die Beteiligung aller relevanten Akteurinnen und Akteure. Der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ (5. Auflage, Stand 2020) greift die Aspekte Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit auf und dient als Orientierung für eine gute Verpflegungsqualität.

Übersicht

- Gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung für alle Schülerinnen und Schüler – Eine Herausforderung und Chance zugleich
- Exkurs zum aktuellen Gesundheitsverhalten
- Was ist der DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen?
- Hintergrund: Gesundheit und Nachhaltigkeit im Fokus
- Aufbau und Inhalte des DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Schulen
- Wie kann eine optimale Lebensmittelauswahl und Versorgung im Kontext Schule gelingen?
- Praxistipps - Gelingensbedingungen für die Umsetzung einer ausgewogenen Ernährung
- Fazit: Schritt für Schritt gemeinsam auf den Weg machen

Gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung für alle Schülerinnen und Schüler – Eine Herausforderung und Chance zugleich.

Die Schule ist ein idealer Ort, um einen gesunden und nachhaltigen Lebensstil kennen zu lernen, denn über Schule werden alle Kinder und Jugendliche erreicht, egal welchen sozialen, kulturellen oder religiösen Hintergrund sie haben. **Ganztagschulen** beziehungsweise Schulen mit einem Nachmittagsangebot haben eine Verpflichtung zum Angebot eines warmen, ausgewogenen Mittagessens ([Richtlinie für ganztätig arbeitende Schulen in Hessen, § 15 Hess. Schulgesetz](#)). Die Grundlage dazu bietet ein [Verpflegungskonzept](#) im [Qualitätsbereich](#) Pausen- und Mittagsverpflegung. Für die Ausgestaltung der Rahmenbedingungen zeichnen sich die Schulträger verantwortlich. Zur Verbesserung von Gesundheit und Bildungsqualität können im



Rahmen des Schulentwicklungsprogramms [Schule & Gesundheit](#) des Hessischen Kultusministeriums Teilzertifikate (beispielsweise in den Bereichen Ernährung & Konsum) und das Gesamtzertifikat „Gesundheitsfördernde Schule“ erworben werden. [Angebote](#) können hier beispielsweise in Form von AGs, integriert in den Unterricht sowie in Kooperation mit außerschulischen Partnern erfolgen.

Die Zielsetzung dabei: Die Förderung der **Gesundheit aller Beteiligten in der Schule**, also nicht nur der Schülerinnen und Schüler, sondern auch der Lehrkräfte und Eltern sowie der gesamten Schulgemeinde. Die Einrichtung eines Verpflegungsbeauftragten, zum Beispiel in Form eines [Mensakreises oder Qualitätszirkel](#), spielt dabei eine wesentliche Rolle, um alle am Verbesserungsprozess teilhaben zu lassen. Somit kann Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit im Rahmen der Verhältnisprävention (Verhältnisse in den Lebenswelten gesundheitsförderlich verändern) von allen Beteiligten „gelebt“ und die Akzeptanz einer vielfältigen und nachhaltigen Schulverpflegung schrittweise verbessert werden. Der [DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen](#) ist dabei **die** Empfehlung für eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Verpflegung für alle hessischen Schulen.

Ein ausgewogenes Frühstück in der Schule, kreative Snacks für zwischendurch, leckere Mittagsgerichte, mit einer attraktiven Aufmachung, zum Beispiel in Form von Bowls, schaffen nicht nur gute Laune und fördern die Lern-Konzentration, sondern können auch das Schulklima langfristig positiv beeinflussen. Das soziale Miteinander, Kommensalität, gerade beim Essen und Trinken in der Schule schafft Erfahrungen, Geschmackserlebnisse und prägt damit das Ess-, Ernährungs- und Gesundheitsverhalten in jungen Jahren. Dieses beeinflusst die Ernährungsgewohnheiten und Handlungsmuster oftmals bis ins Erwachsenenalter hinein.

Exkurs zum aktuellen Gesundheitsverhalten

Zum aktuellen Gesundheitsverhalten liegen Daten basierend auf den zwei Studien KiGGS Welle 1 und 2 (nationale Studie von 3-17 Jährigen aus den Jahren 2003-2006 und 2018/2019) und der HBSC (internationale Studie 11-15 jährige Schülerinnen und Schüler der 5./7./9. Jahrgangsstufe) aus 2017/2018 vor. Daraus geht hervor:

- Insgesamt 15,4% der Kinder und Jugendlichen werden als übergewichtig (einschließlich Adipositas) eingestuft und 5,5% der Mädchen und 6,3% der Jungen gelten als adipös. Damit haben sich die Übergewichts- und Adipositas-Häufigkeiten bei Schülerinnen und Schülern in Deutschland auf hohem Niveau stabilisiert.
- Darüber hinaus zeigt sich, dass Kinder und Jugendliche mit niedrigem sozioökonomischen Status (SES) (gemessen am Status der Eltern) deutlich häufiger von Übergewicht betroffen sind als Gleichaltrige mit hohem sozioökonomischem Status.



- Der Konsum zuckerhaltiger Getränke wird mit der Entwicklung von Adipositas, Diabetes mellitus Typ II und weiteren chronischen Krankheiten in Verbindung gebracht. Und auch hier zeigt sich, dass die Konsumhäufigkeit nicht nur mit zunehmendem Alter steigt, sondern Kinder und Jugendliche aus einkommensschwachen Haushalten mehr Softgetränke konsumieren, weniger Gemüse und Obst verzehren und seltener frühstücken.

Was ist der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“?

Der DGE-Qualitätsstandard bietet eine einheitliche/standardisierte Orientierung, wie eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Schulverpflegung aussieht und wie deren Qualität gesichert werden kann. Er liefert somit Hilfestellung zur Anwendung eines vollwertigen und nachhaltigen Verpflegungsangebots – und das vom ersten Planungsschritt bis zur Ausgabe der Mahlzeit und darüber hinaus.

Ziel des DGE-Qualitätsstandard ist...

- eine schrittweise **Verbesserung hin zu einer gesundheitsförderlichen und nachhaltigen Schulverpflegung**,
- eine Optimierung **des Ess- und Ernährungsverhaltens** aller Schülerinnen und Schüler sowie
- Basis für das **gemeinsame Handeln aller Akteurinnen und Akteure** und somit für ein tragfähiges **schuleigenes Verpflegungskonzept**.

Zielgruppe

Damit die Schulverpflegung für alle gut und lecker ist und von allen akzeptiert wird, sind mehrere Personengruppen zu beteiligen. Eine gesundheitsfördernde und nachhaltige Schulverpflegung anzubieten, liegt nie in der Hand einer einzelnen Person. Es ist immer eine **Gemeinschaftsaufgabe**, die von vielen, ganz unterschiedlichen (internen und externen) Akteurinnen und Akteuren erfüllt wird. Eingebunden sind hier zum Beispiel Mitarbeitende des Essensanbieters, Schülerinnen und Schülern, Schulträger, Schulleitung, Lehrkräfte, weiteres pädagogisches Personal, gegebenenfalls einer **Verpflegungsbeauftragten** sowie den Eltern. Unter einem Verpflegungsbeauftragten werden alle Personen verstanden, die in ihrem Bereich Verantwortung für die Verpflegung übernehmen und beispielsweise die gemeinsame Arbeit mit allen Beteiligten im **Mensakreis** leiten. Oftmals werden hier auch synonyme Begriffe wie Verpflegungsausschuss, Essensgremium oder Ähnliches verwendet, die im Kern jedoch die gleiche Arbeit abbilden.



Hintergrund: Gesundheit und Nachhaltigkeit im Fokus

Der aktualisierte „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“, 2020 (1) greift stärker als bisher Aspekte der Nachhaltigkeit auf. Gesundheitsförderung **und** Nachhaltigkeit dienen nun gleichermaßen als Maßstab für eine gute Verpflegungsqualität. So wird zum Beispiel nur noch einmal die Woche in der Mittagsmahlzeit Fleisch empfohlen.

Im Gutachten „Politik für eine nachhaltigere Ernährung“ des Wissenschaftlichen Beirats für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (WBAE-Gutachten) (7) wird für die Schulverpflegung ein **pädagogisches Gesamtkonzept** der Schule zur Verpflegung gefordert, aber auch eine qualitativ hochwertige und beitragsfreie Schulverpflegung.

Eine Schulverpflegung nach DGE-Qualitätsstandard fördert die Gesundheit durch eine vollwertige Ernährung (5).

Eine vollwertige Ernährung...

- liefert Energie und alle Nährstoffe in ausreichender Menge.
- beugt Überversorgung und Mangelernährung vor.
- ist abwechslungsreich und pflanzenbetont.

↪ Im FOKUS steht die GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Die lebensmittelbezogenen Empfehlungen der DGE für eine vollwertige Ernährung – wie sie im „[DGE-Ernährungskreis](#)“, der „[Dreidimensionalen DGE-Lebensmittelpyramide](#)“ sowie den „[10 Regeln der DGE](#)“ dargestellt sind – basieren auf den „D-A-CH Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr“ sowie den evidenzbasierten Leitlinien der DGE zur Fett- und Kohlenhydratzufuhr. An diesen orientieren sich auch die Empfehlungen für Kinder und Jugendliche, die ebenfalls als Grundlage für eine gesundheitsfördernde und nachhaltige Gemeinschaftsverpflegung dienen. Die optimale Lebensmittelauswahl aus jeder der sieben Lebensmittelgruppen des DGE-Ernährungskreises für Frühstück, Zwischenmahlzeiten und Mittagverpflegung zeigen die Tabellen 2 und 3 (1 S. 38-41). Dabei werden die Lebensmittelqualitäten mit unterschiedlichen Mengen und Häufigkeiten angegeben.

Bei unseren täglichen Ess-Entscheidungen geht es aber nicht nur darum, ob es lecker und gesund ist, schmeckt und satt macht. Mit dem, was wir essen, wo wir es einkaufen, wie wir es zubereiten, wie viel wir wegwerfen und damit Ressourcen verschwenden, beeinflussen wir maßgeblich unsere Umwelt und das Klima. Die mit unserem Essen und unseren Essgewohnheiten einhergehenden Auswirkungen auf unseren Planeten werden häufig unterschätzt. Die Auswahl unserer Lebensmittel hat grundlegende Auswirkungen auf Gesundheit **und** auf unsere natürlichen Lebensgrundlagen (6).



Eine vollwertige Ernährung...

- „beeinflusst nicht nur das eigene Wohlergehen, sondern auch das Wohl heutiger und zukünftiger Generationen“ (1).
- wirkt sich durch den Fußabdruck der Lebensmittel auf Umwelt, Klima, soziale Aspekte, Tierschutz aus.

↪ **Im FOKUS steht die NACHHALTIGKEIT**

Aufbau und Inhalte des DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Schulen

Einen schnellen Überblick über den Inhalt des DGE-Qualitätsstandards sowie den Prozess zur Anwendung bietet der Kurzfilm der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) (2). Im Folgenden wird eine Übersicht über den Aufbau gegeben und näher auf einzelne Aspekte eingegangen.

Kapitel	Inhalt	Seitenzahl
	Hintergründe, Ziele und Aufbau	S. 8-13
1	Qualität in der Schulverpflegung entwickeln	S. 14-23
2	Grundlagen einer gesundheitsfördernden und nachhaltigen Verpflegung	S. 24-33
3	Gestaltung einer gesundheitsfördernden und nachhaltigen Verpflegung	S. 34-57
4	Der Blick über den Tellerrand	S. 58-67
5	Rechtliche Rahmenbedingungen für die Verpflegung	S. 68-94
6	Checkliste	S. 76-84

Wie kann eine optimale Lebensmittelauswahl und Versorgung im Kontext Schule gelingen?

Um die Verpflegung in Schulen optimal zu gestalten, bedarf es bestimmter **Kriterien**. Diese beziehen sich beispielsweise auf die Art und Häufigkeit der Lebensmittel, die bei der Gestaltung des Verpflegungsangebots berücksichtigt werden sollten. Diese Kriterien, basierend auf der aktuellen wissenschaftlichen Datenlage, kann jede Schule im eigenen Tempo Schritt für Schritt umsetzen (3), denn jede Verbesserung der Verpflegungsqualität hat eine gesündere und nachhaltigere Versorgung der Schülerinnen und Schüler zur Folge.

Zur Umsetzung einer optimalen Lebensmittelauswahl, die alle Nährstoffe zum gesunden Aufwachsen und für eine gute Leistungsfähigkeit berücksichtigen, stehen Arbeitshilfen für folgende Verpflegungssituationen zur Verfügung



- optimale [Zwischenverpflegung](#),
- lukratives [Snacking](#),
- gute [Mittagsverpflegung](#),
- [ovo-lactovegetabile Menülinie](#)
- mithilfe einer [Checkliste](#) (3) für die Anforderungen bei der Speiseplanung,
- oder für eine [4-Tage-Woche](#).

Die einzelnen Kriterien für die Lebensmittelauswahl werden entlang der Prozesskette mit den fünf Schritten Planung, Einkauf, Zubereitung, Ausgabe sowie Entsorgung und Reinigung beschrieben. Bei allen Prozessschritten werden sowohl Gesundheitsförderung als auch Nachhaltigkeit immer zusammen gedacht. Dabei entscheiden die Verpflegungsverantwortlichen in Abstimmung mit der Schulgemeinde, welche Kriterien in ihrer Schule vorrangig umgesetzt werden. Die Festlegung von Zielen und Überprüfung der Zielerreichung kann beispielsweise in Form von regelmäßigen Treffen im Rahmen eines Mensakreises erfolgen, der zur Verankerung nachhaltiger Kommunikationsstrukturen dient. Mit Hilfe des PDCA-Zyklus (Plan-Do-Check-Act) gibt der DGE-Qualitätsstandard hilfreiche Ansatzpunkte bezüglich der Qualitätssicherung und -optimierung.

Praxistipps – Gelingensbedingungen für die Umsetzung einer ausgewogenen Ernährung

Die Gestaltung des Verpflegungsangebots unter Berücksichtigung gesundheitlicher und nachhaltiger Aspekte sowie schulindividueller Rahmenbedingungen stellt Schulgemeinden vor Herausforderungen. Im Folgenden daher vier zentrale Gelingensbedingungen.

Schrittweise Optimierung des Speiseplans

Eine Speiseplanoptimierung kann nur Schritt für Schritt erfolgen. Nutzen Sie vorhandene Hilfen wie den [Speiseplancheck](#), um Stärken sowie Ansatzpunkte für Veränderungen zu identifizieren, beispielsweise...

- zum Trinken auf Leistungswasser umsteigen,
- Hülsenfrüchte in unterschiedlicher Form anbieten,
- Gemüsekomponenten um Nüsse und Samen erweitern,
- vermehrt vegetarische oder auch vegane Tage einlegen,
- ressourcenintensiver Fleischkomponenten reduzieren,
- (grünen) Gemüseanteil, zum Beispiel durch 5 am Tag, erhöhen.

Motivation zur Verhaltensänderung

Die Motivation zur Verhaltensänderung der Schülerinnen und Schüler sowie der gesamten Schulgemeinde kann gestärkt werden durch ...



- ein verbessertes Problembewusstsein,
- eine Informationsvermittlung mit Erklärung von Zusammenhängen, zum Beispiel zwischen Klima, Wasserverbrauch und pflanzenbasierter Ernährung und
- leckeren, positiven Geschmackserlebnissen.

Die Verknüpfung des Verpflegungsangebots mit darauf abgestimmten Lerninhalten im Rahmen der Ernährungsbildung sensibilisiert Schülerinnen und Schüler für eine Verpflegung nach dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen. Darüber hinaus befähigt diese eine fundierte Entscheidung über die eigene Speisewahl treffen zu können, fördert Kompetenzen und schafft einen dauerhaften und bewussten [Umgang mit Gesundheit und den Ressourcen dieser Erde](#).

Um Entscheidungen bei der Auswahl von Gerichten/Snacks für Schülerinnen und Schüler positiv zu beeinflussen, müssen jedoch nicht immer neue Rezepte eingeführt werden, vielmehr kann auch das vorhandene Angebot attraktiver gestaltet werden. Durch gezielte Gestaltung der Essumgebung, zum Beispiel der Platzierung von Angeboten oder auch die optische Präsentation und vielem mehr, kann die gesunde und ausgewogene Wahl zur „leichteren“ Wahl gemacht werden. So wird durch **Nudging** (4) eine gesündere Wahl „angestupst“, um sie langfristig zur Routine werden zu lassen.

Partizipation ermöglichen

Um den DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen erfolgreich und akzeptiert umsetzen zu können, bietet der Qualitätsrahmen Ganztag eine gute Orientierung (siehe beispielsweise Qualitätsbereich 5: Partizipation). Es ist wichtig, dass die Schülerinnen und Schüler bei der Planung und Auswahl der Speisen und Getränke mit einbezogen werden – so lernen sie, gesunde Entscheidungen zu treffen und ihre Vorlieben und Bedürfnisse zu äußern. Eine enge Zusammenarbeit mit den Eltern schafft eine transparente Kommunikation über das Angebot sowie einer gesundheitsförderlichen Ernährung und fördert eine positive Einstellung zum DGE-Qualitätsstandard. Dieser unterstützt alle Akteurinnen und Akteure bei der Gestaltung und Umsetzung eines schuleigenen Verpflegungskonzepts und schafft somit Transparenz und Sicherheit auf allen Seiten.

Passung von Versorgungs- und Bildungsauftrag

Damit für alle eine gute Schulverpflegung gelingen kann, ist eine zielgruppenorientierte Ansprache und die Beteiligung der Schülerinnen und Schüler wichtig. Die enge Verzahnung eines gesundheitsförderlichen und nachhaltigen Verpflegungsangebotes mit Ernährungsbildung, zum Beispiel im Unterricht, in Form von AGs oder außerschulischen Angeboten, erhöht die Akzeptanz und Wertschätzung der Schulverpflegung. Durch die Klärung von Zusammenhängen zwischen Ernährung und Klima, aber auch das Verdeutlichen der Mitverantwortung bei entsprechendem Konsum, können zum Beispiel Auswirkungen einer



pflanzenbetonten Ernährung oder Schulverpflegung nachvollziehbarer werden ([Teilzertifikat Ernährung & Konsum](#)).

Fazit: Schritt für Schritt gemeinsam auf den Weg machen

Die DGE-Qualitätsstandards bieten Akteurinnen und Akteure Hilfestellung bei der Umsetzung und Gestaltung einer nachhaltigen und gesundheitsförderlichen Verpflegung in Schulen. Neben der schrittweisen Umstellung des Angebots ist der Einbezug der gesamten Schulgemeinde von besonderer Bedeutung. Die Benennung eines [Verpflegungsbeauftragten](#) hilft bei der [Verankerung nachhaltiger Kommunikationsstrukturen](#), um Verpflegung und Ernährungsbildung bestmöglich aufeinander abzustimmen und den Ganzttag zu gestalten.



Für weitere Informationen:

- (1) [DGE Qualitätsstandard Schule](#)
- (2) [Schule + Essen: Film DGE-Qualitätsstandards](#)
- (3) [Checkliste Schulverpflegung](#)
- (4) [Artikel über Nudging](#)
- (5) [Vollwertige Ernährung - DGE](#)
- (6) Fachinfo: Gesundheitliche Bedeutung einer nachhaltigen, pflanzenbasierten Ernährung in der Schulverpflegung
- (7) [BMEL - Publikationen - Kurzfassung - Politik für eine nachhaltigere Ernährung: Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten - WBAE-Gutachten](#)
- (8) [Schule + Essen: Startseite \(schuleplusessen.de\) Startseite WissensSchnittchen Info's zu unterschiedlichen Themen „Digitaler Austausch Gemeinschaftsverpflegung“](#)
- (9) [Richtlinie Ganztägig arbeitender Schulen](#)
- (10) [Qualitätsrahmen Ganzttag](#)

Im Auftrag der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hessen und der Serviceagentur Ganzttag Hessen:

Dr. Ulrike Kreinhoff
Geschäftsführerin der Sektion Hessen – DGE e. V.



Kontakt: Für Rückfragen können Sie sich gerne an uns wenden.



Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hessen

Jessica Füger

Telefon: 069 / 38989 367

E-Mail: Vernetzungsstelle.Schulverpflegung.LA@kultus.hessen.de



Serviceagentur Ganzttag Hessen

Kanda Tatari

Telefon: 069 / 38989 286

E-Mail: sag@kultus.hessen.de

Stand: März 2023



Die Arbeit der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hessen der Hessischen Lehrkräfteakademie wird durch das Land Hessen über das Hessische Kultusministerium (HKM) und das Hessische Ministerium für Umwelt, Klimaschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (HMUKLV) gefördert und unterstützt

Die Serviceagentur Ganzttag Hessen ist am staatlichen Schulamt in Frankfurt am Main angesiedelt. Ihre Arbeit wird durch das Land Hessen über das hessische Kultusministerium gefördert und unterstützt.

