



# Eine gesunde Schulverpflegung im Lebensraum Schule – Möglichkeiten und Grenzen

LER der Gesamtschulen Löhne, 6.  
November 2010

**Vernetzungsstelle Schulverpflegung NRW**  
Wulf Bödeker

gefördert durch:



Bundesministerium für  
Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

Ministerium für Umwelt und Naturschutz,  
Landwirtschaft und Verbraucherschutz  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für  
Schule und Weiterbildung  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## Das erwartet Sie:

1. Vorstellung der Vernetzungsstelle Schulverpflegung NRW
2. Untersuchungen zur Schulverpflegung
3. Wie Kinder essen lernen
4. Gesellschaftlicher Wandel und verändertes Essverhalten
5. Zusammenwirken von Schulträger und Schule bei der Schulverpflegung – Vorgaben durch das Schulgesetz NRW und Erlasse
6. Gesunde Verpflegung im Lebensraum Schule

Anhang:

Maßnahmen für die Gestaltung der Schulverpflegung



# 1. Vorstellung der Vernetzungsstelle Schulverpflegung NRW

- ✓ **wachsende Bedeutung der Schulverpflegung**
  - ✓ Schulreformen
  - ✓ kontinuierlicher Ausbau von Ganztagschulen
- ✓ **Verpflegungssituation in Schulen häufig nicht optimal**
  - ✓ „zu viel, zu fett, zu süß“ → kein empfehlungsgerechtes Mahlzeitenangebot
  - ✓ geringe Akzeptanz/niedrige Teilnahmequoten
  - ✓ unzureichende Verpflegungsstrukturen
- ✓ **Gesundheit von Kindern und Jugendlichen**
  - ✓ deutlicher Trend zu Übergewicht und Adipositas
  - ✓ Bewegungsmangel
  - ✓ gestörtes Essverhalten
  - ✓ Fehl- und Mangelernährung



## Nationaler Aktionsplan **IN FORM**

- ✓ **Gesundheitsförderung für alle**
  - ✓ Verbesserung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens in Deutschland
- ✓ **Lebensqualität und Leistungsfähigkeit**
  - ✓ Kinder wachsen gesünder auf
  - ✓ Erwachsene leben gesünder
- ✓ **nachhaltige Strukturen schaffen: die Handlungsfelder**
  - ✓ Bund, Länder und Kommunen als Vorbild
  - ✓ Information über Ernährung, Bewegung und Gesundheit
  - ✓ „IN FORM“ macht Lust auf Bewegung
  - ✓ **Gesund ernähren außer Haus (!)**
  - ✓ Impulse für die Forschung



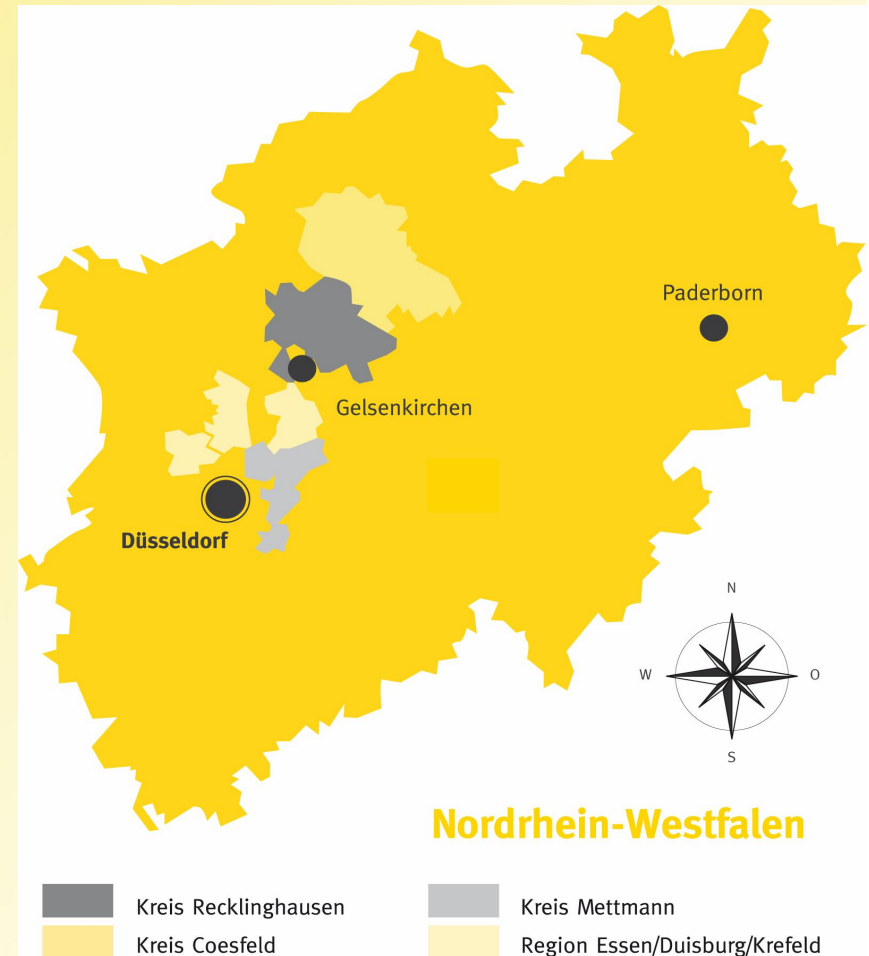
## Vernetzungsstelle Schulverpflegung NRW

wird gefördert durch:

- Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz - BMELV
- Ministerium für Klimaschutz, Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz NRW (MKULNV)
- Ministerium für Schule und Weiterbildung NRW (MSW)



- ✓ Trägerin VZ NRW
- ✓ landesweit arbeitendes interdisziplinäres Team
  - ✓ zentrale Koordination mit schulfachlicher Anbindung in Düsseldorf
  - ✓ Regionalstellen in Gelsenkirchen und Paderborn
  - ✓ Modellregionen „Schule isst gesund“
  - ✓ unterstützt durch MA



## Wissenschaftliche Basis unserer Arbeit:



## Qualitätsstandards für die Schulverpflegung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung

Ernährungsempfehlungen für eine vollwertige sowie alters- und bedarfsgerechte Zwischen- und Mittagsverpflegung in Schulen

gefördert durch:



Ministerium für Umwelt und Naturschutz,  
Landwirtschaft und Verbraucherschutz  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für  
Schule und Weiterbildung  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## 2. Untersuchungen zur Schulverpflegung

**geringe Beteiligung** zwischen 10% und max. 50% einer Schülerschaft, mit **zunehmendem Alter** stark zurückgehende Essenszahlen

- a) **Lülfes-Baden, Spiller 2006 und 2008**: Befragung von 1991 Schüler und Schülerinnen der Klassen 5 bis 13 aus verschiedenen Schulen und Schulformen;  
Ergebnisse u. a.:
- signifikant schlechtes Abschneiden der Schulmensen bei der Kundenzufriedenheit im Vergleich zu anderen Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung
  - kein messbarer Einfluss durch die **Art des Verpflegungssystems** und des Betreibermodells auf die Gesamtzufriedenheit
  - **Geschmack und Qualität** des Essens: höchster Einfluss auf die jugendliche Kundenzufriedenheit
- b) **Lülfes-Baden, Spiller 2007**: Befragung von 1001 „Nichtkonsumenten“;  
Ergebnisse u. a.:
- **Image** des Mensaessens extrem negativ bei „Nichtkonsumenten“
  - starker Einfluss der **peer group**
  - **Preise** für die Schüler/innen weniger ausschlaggebend als für die Eltern



- c) **Winkler und Deumert 2007**: Befragung in 15 Schulen der Regierungsbezirke Stuttgart und Tübingen; Ergebnisse u. a.:
- **gutes Klima und freundliche Atmosphäre** in der Küche und der Essensausgabe
  - überwältigender Wunsch **nach Flexibilität** bei der Bestellung und Angebotsauswahl, vor allem im Hinblick auf ältere Schülerinnen und Schüler
  - Beteiligung der Schülerinnen/Schüler bei der Raum- und Speiseplangestaltung
  - Einbindung der Schulverpflegung in das **Schulleben**, Mensa als **Kommunikationsraum**
- d) **Nestlé-Studie 2010** „So is(s)t Schule“: Befragung von 750 Ganztagschülern/innen der Sekundarstufen in der gesamten BRD; Ergebnisse u. a.:
- jugendliche Einstellung **nicht** per se gegen gesunde Ernährung gerichtet
  - häufig nicht überzeugende sensorische Qualität bei der Warmverpflegung
  - jugendlicher Geschmack **polysensorisch**: folglich muss das Essen gleichermaßen gut schmecken, riechen und aussehen!
  - überwältigende Mehrheit für ein Essensbüfett mit **freier Komponentenwahl**



### 3. Wie Kinder essen lernen

Was ist uns **angeboren** oder wird durch **die Mutter** mitgegeben?

- Primärbedürfnisse Hunger, Durst und Sättigung (Innenreize)
- genetische Präferenz für süß
- In-utero-Programmierung und postnatale Prägung durch die Muttermilch

#### **T. Ellrott 2007:**

Essgewohnheiten werden überwiegend durch **soziale und kulturelle Rahmenbedingungen** gesteuert (Außenreize) und die **vererbten Vorlieben** überformt.

#### **Mere exposure effect**

d. h. wir essen nicht, was wir mögen, vielmehr mögen wir, was wir essen.



#### **Spezifisch-sensorische Sättigung**

d. h. Esslust lebt von der Beschränkung oder „Das hängt mir zum Halse raus“.

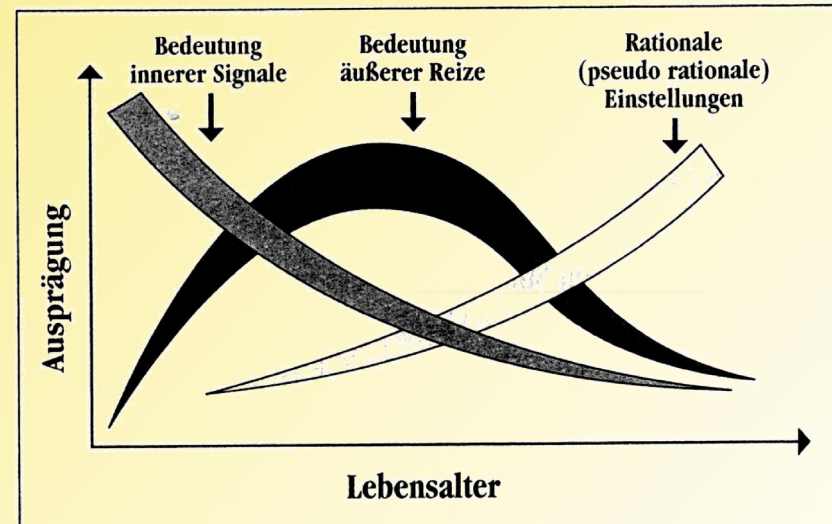


### **Geschmack bildet sich überwiegend im Kindesalter**

- vorwiegend durch Imitationslernen und positive Verstärkung
- durch Gewohnheiten von Eltern und anderen Bezugspersonen (Außenreize)
- aus dem Angebot üblicher Speisen im sozialen und kulturellen Umfeld
- anhand der Verfügbarkeit von Lebensmitteln
- erlernter Geschmack kann überformt werden

### **Neophobie und Aversionen**

**Mit zunehmendem Alter treten die Innenreize in den Hintergrund und werden von Außenreizen abgelöst.**



*Abb. 1: 3-Komponenten-Modell (nach Pudal, 1986)*



### **Ernährungstipps, die kontraproduktiv wirken:**

- „Iss nicht so viel Schokolade, davon wirst Du dick!“
- „Iss Deinen Teller leer!“
- „Es wird gegessen, was auf den Tisch kommt!“
- „Iss lieber gesundes Obst, statt der vielen Süßigkeiten!“



### **Einige Wahrheiten aus der Ernährungswissenschaft:**

- Eine restriktive Ernährungserziehung führt – vor allem bei Jugendlichen - meist zum gegenteiligen Effekt!
- Die Einteilung der Nahrungsmittel in ‚gesund‘ und ‚ungesund‘ ist wissenschaftlich überholt!
- Hohe Nahrungsmittelaufnahme, geringe körperlicher Bewegung, extensiver Medienkonsum fördern Übergewicht!
- Stress und Alkohol können das Essverhalten stören.
- Essen nebenbei, z. B. während des Fernsehens setzt das Kontrollvermögen herab.



## 4. Gesellschaftlicher Wandel und verändertes Essverhalten

### Gesellschaftlicher Wandel:

- **Desinstitutionalisierungsprozesse** seit den 70er Jahren auch in der Familie!
- **Asynchrone Tagesabläufe** durch veränderte Arbeits- und Lebensverhältnisse
- Folgen nicht nur sozialer Disparitäten: **Erosionen** in der familiären Sozialisation
- **zurückgehende Kompetenzen** bei der Essenszubereitung

### **Streitfrage: Verführte Jugend oder Trendsetter einer zukünftigen Generation?**

### Verändertes Essverhalten bei Kindern und Jugendlichen:

- **Entritualisierung der Mahlzeiten**
- **individualisiertes Essverhalten**
- Präferenzierung von Fastfood, Fingerfood und Convenienceprodukten
- Essen als Gelegenheit, Freunde zu treffen
- kulturelle, religiöse, milieubedingte und geschlechtliche Differenzierungen



# 5. Zusammenwirken von Schulträger und Schule bei der Schulverpflegung – Vorgaben durch das Schulgesetz NRW und Erlasse

## Schulgesetz NRW

### § 2 Bildungs- und Erziehungsauftrag der Schule

"(5) Die Schülerinnen und Schüler sollen insbesondere lernen

1. selbstständig und eigenverantwortlich zu handeln, (...)
7. (...), sich gesund zu ernähren und gesund zu leben."

### § 55 Wirtschaftliche Betätigung, Geldsammlungen

"(1) Der Vertrieb von Waren aller Art und andere wirtschaftliche Betätigungen sind mit Ausnahme des Vertriebs von Speisen und Getränken, die zum Verzehr in Pausen und Freistunden bestimmt sind, in der Schule unzulässig. Art und Umfang des Angebots sowie die Art des Vertriebs von Speisen und Getränken werden unter Beteiligung der Schulkonferenz im Einvernehmen mit dem Schulträger festgelegt."

### § 76 Mitwirkung beim Schulträger

"Schule und Schulträger wirken bei der Entwicklung des Schulwesens auf örtlicher Ebene zusammen. Die Schule ist vom Schulträger in den für sie bedeutsamen Angelegenheiten rechtzeitig zu beteiligen. Hierzu gehören insbesondere (...)

4. räumliche Unterbringung und Ausstattung der Schule sowie schulische Baumaßnahmen,
7. Umstellung auf die Ganztagschule."



### § 79 Bereitstellung und Unterhaltung der Schulanlage und Schulgebäude

"Die Schulträger sind verpflichtet, die für einen ordnungsgemäßen Unterricht erforderlichen Schulanlagen, Gebäude, Einrichtungen und Lehrmittel bereitzustellen und zu unterhalten sowie das für die Schulverwaltung notwendige Personal und eine am allgemeinen Stand der Technik und Informationstechnologie orientierte Sachausstattung zur Verfügung zu stellen."

### § 92 Kostenträger

- "(1) Schulkosten sind die Personalkosten und die Sachkosten. (...)
- (2) Die Personalkosten für Lehrerinnen und Lehrer sowie das pädagogische und sozialpädagogische Personal gemäß § 58 an öffentlichen Schulen, deren Träger das Land, eine Gemeinde oder ein Gemeindeverband ist, trägt das Land.
- (3) Alle übrigen Personalkosten und die Sachkosten trägt der Schulträger."

### § 94 Sachkosten

"(1) Sachkosten sind insbesondere die Kosten für die Errichtung, Bewirtschaftung und Unterhaltung der erforderlichen Schulgebäude und Schulanlagen, für die Ausstattung der Schulen, für die notwendigen Haftpflichtversicherungen sowie die Kosten der Lernmittelfreiheit und die Schülerfahrkosten."

[http://www.schulministerium.nrw.de/BP/Schulrecht/Gesetze/SchulG\\_Info/Schulgesetz.pdf](http://www.schulministerium.nrw.de/BP/Schulrecht/Gesetze/SchulG_Info/Schulgesetz.pdf)



## **12 – 63 Nr. 2 Ganztagschulen in der Primarstufe und in der Sekundarstufe I/ Neue erweiterte Ganztagshaupt- und Ganztagsförderschulen**

### 1. Ziele

- "1.1 Zentrale Ziele für die Gestaltung des Ganztagsbetriebs in Schulen gemäß § 9 Abs. 1 Schulgesetz (BASS 1 – 1) sind (...)  
– die Förderung der Vereinbarkeit zwischen Beruf und Familienarbeit durch verlässliche Unterrichts- und Betreuungszeiten am Vormittag und am Nachmittag.
- 1.2 Ganztagschulen tragen dazu bei insbesondere durch  
– eine sinnvoll rhythmisierte Verteilung von Lernzeiten auf den Vormittag und den Nachmittag, die erfolgreiches Lernen unterstützt. (...)"

### 4. Sachausstattung

- "4.4 Den Schülerinnen und Schülern ist die Einnahme eines Mittagessens oder eines Mittagsimbisses zu ermöglichen. Die angebotene Ernährung muss sich an den Grundsätzen gesunder Ernährung und den entsprechenden Zielsetzungen der Gesundheitserziehung orientieren.
- 4.5 Die Räumlichkeiten dazu einschließlich der notwendigen Sach- und Personalausstattung sowie die sächlichen Betriebskosten stellt der Schulträger, die Erziehungsberechtigten tragen in der Regel die Kosten für die Mahlzeiten."

<http://www.schulministerium.nrw.de/BP/Schulrecht/Erlasse/12-63Nr2.pdf>



## **12 – 62 Nr. 1 Fünf-Tage-Woche an Schulen**

### 1. Allgemeines

"1.1 Vollzeitunterricht wird in der Regel an wöchentlich fünf Tagen erteilt; die Samstage sind unterrichtsfrei. Über Ausnahmen entscheidet die Schulkonferenz im Einvernehmen mit dem Schulträger (§ 8 Abs. 1 SchulG – BASS 1 – 1)."

### 2. Unterrichtsverteilung

"2.2 Am Vormittag werden nicht mehr als sechs Unterrichtsstunden erteilt. (...)"

2.3 Die Mittagspause zwischen dem Vormittagsunterricht und dem Nachmittagsunterricht dauert 60 Minuten. (...)"

2.4 Schülerinnen und Schüler, die in der Mittagspause nicht nach Hause gehen können, müssen sich in einem geeigneten Raum, aber auch im Freien aufhalten können. Die Schule gewährleistet die Aufsicht. Während der Mittagspause sollen für die Schülerinnen und Schüler, die in der Schule bleiben, Speisen und Getränke für eine einfache Mahlzeit zum Kauf angeboten werden."

<http://www.schulministerium.nrw.de/BP/Schulrecht/Erlasse/12-62Nr1.pdf>



## 6. Gesunde Verpflegung im Lebensraum Schule

In der Praxis häufig **Zielkonflikt** zwischen der **ernährungsphysiologischen Bewertung des Essens** und der **Akzeptanz durch die Schüler:**

Lösungen unter den beteiligten Akteuren (Schulträger, Schule, Caterer/ Essenslieferant, u. U. Küchenteam, Mensaverein) **gemeinsam** suchen

### Schritt für Schritt auf den Weg machen...

Einvernehmliche Lösungen vor Ort finden im Sinne von **„governance“**

- soziokulturelle, religiöse, alters- und geschlechtsspezifische Voraussetzungen berücksichtigen
- Essgewohnheiten behutsam durch gesunde und vielfältige Angebote erweitern
- Mix aus gesundheitsförderlichen und attraktiven Angeboten – auch unter Berücksichtigung der Angebote der Zwischenverpflegung – finden



## Versorgung ist nicht alles!

### Das heißt konkret ...

- Kinder und Jugendliche als noch **suchende, zunehmend selbstständig agierende „Konsumenten“** mit individuellen Gewohnheiten und Vorlieben
- Realisierung **individueller und altersgemäßer Verpflegungsformen** und **Essvorlieben**
- Beteiligung/Befragung der Schüler/innen
- Realisierung neuer Formen der **Raum-/Messagegestaltung**
- **individuelle Lösungen**, die die personalen, schulischen und lokalen Gegebenheiten vor Ort berücksichtigen und einbeziehen
- Marktcheck umliegender Essens- und Verpflegungsangebote
- **Integration von Zwischenverpflegung und Mittagsverpflegung**: Versorgung möglichst aus einer Hand!
- Integration von **Ernährungsbildung** in **Schulprogramm, Ganztagskonzept, Unterricht** (Fächer u.a. Sachunterricht, Hauswirtschaft, Sport, Biologie)
- Maßnahmen zur **Imageverbesserung** bei der Schüler- und Elternschaft, Verbesserung der **Identifikation mit der eigenen Schulmensa**



## Schule hat Bildungs- und Erziehungsauftrag in Sachen Ernährung!

Schulverpflegung eingebunden in Konzept eines **integrativen Gesundheitskonzeptes** (WHO)

Erfolge haben durch ...

- mehr Leistung und Ausgeglichenheit
- **Identifikation** mit der Schule
- Förderung des **Schulklimas** und des sozialen Miteinanders
- Ermöglichung **zwangloser Kommunikation** zwischen allen Akteuren
- **Entschleunigung** des Schulalltags, Abbau von **Stress**
- Wissen z. B. um Zusammenhänge von Ernährung und Gesundheit, Kalorienbedarf und Bewegung, Speiseauswahl und ökologische Folgen
- Reflexion des eigenen Ernährungsverhaltens

B. Methfessel 2004:

*„Welche andere Alternative bietet aber eine solche Kombination von befried(ig)ender Tätigkeit, relativ ungezwungenem Zusammensein (...) und Kommunikation wie die Mahlzeit. Schulen nutzen die Sozialisations- und Enkulturationswirkung des gemeinsamen Ess-Prozesses leider nicht.“*



**Vielen Dank für  
Ihre Aufmerksamkeit!**

**[www.schulverpflegung.vz-nrw.de](http://www.schulverpflegung.vz-nrw.de)**



## **Anhang: Maßnahmen für die Gestaltung der Schulverpflegung**

Verbesserungen der Akzeptanz und Ansätze einer Berücksichtigung von Interessen der Schüler/innen in den Bereichen:

- a) Speiseangebot und Speiseplangestaltung**
- b) Verpflegungsorganisation**
- c) Multifunktionale und altersgerechte Mensagestaltung**
- d) Ernährungsbildung in Mensa, Unterricht, Projekten und Aktionen**
- e) Schulprogramm und Gestaltung des Ganztags**



## a) Speiseangebot und Speiseplangestaltung

- Speiseangebote schrittweise optimieren
- kind- bzw. jugendgerechte Präsentation des Essens
- kind- bzw. jugendgerechte Benennung der Speisen
- Beteiligung der Schüler/innen bei der Speiseplangestaltung
- Rückmeldemöglichkeit zum Speiseangebot
- individuelle Festlegung der Portionsgröße und Möglichkeit des Nachschlags
- mindestens zwei Auswahlessen, möglichst freie Komponentenwahl
- immer ein vegetarisches Gericht
- bei Fleischgerichten Alternative zu Schweinefleisch
- Obst- und Gemüserohkost, verzehrfertig präsentiert
- kostenloses Wasser (Wasserspender)



## b) Verpflegungsorganisation

- Aushängen des Speiseplans
- Vermeiden langer Wartezeiten
- schülerfreundliches Abrechnung- und Bestellsystem
- Beteiligung der Schüler/innen
- Einplanung von genügend Zeit für das Essen
- Öffnung der Mensa für Nichtesser

### Jüngere Schüler/innen:

- feste Tischgruppen,
- gemeinsamer Essensbeginn und gemeinsames Abräumen

### Ältere Schüler/innen:

- Möglichkeit für Spontanessen
- Ausgaben wie Free flow, Buffettwagen, Salat- oder Nudelbar
- ergänzende Snacks, Brötchen, Kuchen, etc.
- Projekte wie „Schülerrestaurant“, etc.
- Schülerfirmen



## c) Multifunktionale und altersgerechte Mensagegestaltung

- Trennung nach Altersgruppen
- Beteiligung der Schüler/innen bei der Gestaltung
- Maßnahmen zur Akustikdämpfung und Lärmbekämpfung, Musik zur Entspannung
- Multifunktionale Nutzungsmöglichkeit der Mensa
- Möblierung mit „Cafe“-Ambiente

### Jüngere Schüler/innen:

- freundliche helle Atmosphäre

### Ältere Schüler/innen:

- eher indirekte Beleuchtung und jugendgemäße Einrichtung
- mediale Angebote durch Fernseher, Großbildschirm und Hotspot
- abgetrennte Sitzgruppen
- Öffnen der Mensa als Aufenthaltsraum für Oberstufenschüler/innen



## d) Ernährungsbildung in Mensa, Unterricht, Projekten und Aktionen

- Einbindung/Unterstützung des Verpflegungskonzeptes durch außerunterrichtliche Aktionen und Projekte, z. B.
- Ernährungsbildung in Unterrichtsvorhaben benachbarter Fächer  
fächerübergreifende Ernährungsbildung, Projektarbeit, Themenwochen, etc.
- Mensaregeln: unter Beteiligung von Schüler/innen entwickelt, gut sichtbar ausgehängt
- Rituale für Jüngere
- gemeinsames Essen von Schüler/innen und Lehrer/innen



## e) Schulprogramm und Gestaltung des Ganztages

- Entwicklung des Konzeptes der Schulverpflegung im Rahmen des Ganztags-/Schulprogramms
- Rhythmisierung des Schultages unter Berücksichtigung biologischer Gesichtspunkte
- Beteiligung der Schüler/innen bei der Gestaltung und Organisation der Schulverpflegung, Integration in ein Konzept sozialer Mitverantwortung
- Einbeziehen der Eltern
- Werbung/Kommunikation für die eigene Mensa
- Partnerschaften und Sponsoring
- Teilnahme der Schule an Förderprogrammen und Wettbewerben zu den Themenbereichen Gesundheit, kulturelle Bildung, Bewegung, Gestaltung, etc.

### Konzept einer **gesunden und schülergerechten Schulverpflegung**

- als Identifikationsmöglichkeit, zur Stärkung der Schulgemeinschaft, als Beitrag der Qualitätsentwicklung der Schule, etc.
- als Beitrag der Qualitätsentwicklung der eigenen Schule
- für die Außendarstellung in der Öffentlichkeit, im Wettbewerb mit anderen Schulen, als „Werbeargument“ für zukünftige Schüler/innen

