



Dokumentation

Kosten einer Ernährung nach den Empfehlungen der DGE

Kosten einer Ernährung nach den Empfehlungen der DGE

Aktenzeichen: WD 5 - 3000 - 143/22
Abschluss der Arbeit: 20. Dezember 2022
Fachbereich: WD 5: Wirtschaft und Verkehr, Ernährung und Landwirtschaft

Die Wissenschaftlichen Dienste des Deutschen Bundestages unterstützen die Mitglieder des Deutschen Bundestages bei ihrer mandatsbezogenen Tätigkeit. Ihre Arbeiten geben nicht die Auffassung des Deutschen Bundestages, eines seiner Organe oder der Bundestagsverwaltung wieder. Vielmehr liegen sie in der fachlichen Verantwortung der Verfasserinnen und Verfasser sowie der Fachbereichsleitung. Arbeiten der Wissenschaftlichen Dienste geben nur den zum Zeitpunkt der Erstellung des Textes aktuellen Stand wieder und stellen eine individuelle Auftragsarbeit für einen Abgeordneten des Bundestages dar. Die Arbeiten können der Geheimschutzordnung des Bundestages unterliegende, geschützte oder andere nicht zur Veröffentlichung geeignete Informationen enthalten. Eine beabsichtigte Weitergabe oder Veröffentlichung ist vorab dem jeweiligen Fachbereich anzuzeigen und nur mit Angabe der Quelle zulässig. Der Fachbereich berät über die dabei zu berücksichtigenden Fragen.

Inhaltsverzeichnis

1.	Einleitung	5
2.	Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE)	5
3.	Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (2020) und dort zitierte Studien und Aufsätze	6
3.1.	Thießen/Fischer (2008)	10
3.2.	Normann (2011)	10
3.3.	Rao et al. (2013)	11
3.4.	Thiele (2014)	11
3.5.	Kersting/Clausen (2007)	12
4.	Mertens/Hoffmann (2007)	13
5.	Leclaire et al. (2009)	16
6.	Biesalski (2018 – 2021)	16
6.1.	Society of Nutrition and Food Science/Universität Hohenheim (2018)	16
6.2.	Arens-Azevedo/Biesalski (2019)	18
6.3.	Biesalski (2021)	20
7.	Kuntz et al. (2018)	21
8.	Lambeck (2019)	22
9.	Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband – Gesamtverband e. V (2020)	22
10.	Böll-Stiftung (2021)	24
11.	Kabisch et al. (2021)	24
12.	Geffert et al. (2021)	25
13.	Foodwatch (2021)	26
14.	Armuts- und Reichtumsbericht der Bundesregierung (2021)	27

15.	Verbraucherzentrale (2022)	27
16.	Hohoff et al. (2022)	28
17.	Aktuelle Äußerungen der Bundesregierung	28

1. Einleitung

Gegenstand der Dokumentation ist die Frage, welche Kosten entstehen, wenn die Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) für eine gesunde Ernährung berücksichtigt werden. Ein weiterer Teil der Fragestellung bezieht sich auf die Bezahlbarkeit gesunder Ernährung (DGE-Empfehlungen) beim Bezug von Leistungen nach Sozialgesetzbuch II und XII.

Die Studienlage ist bereits bei der Frage der Ernährungsauswahl, die betrachtet wird, uneinheitlich und nicht ausschließlich auf die Empfehlungen der DGE bezogen. Manche Studien liegen schon einige Zeit zurück. Teilweise werden direkte Bezüge zur Höhe von sozialen Transferleistungen hergestellt, wobei nicht immer einheitliche Haushaltsgrößen und Bedarfsträger betrachtet werden. Viele der Angaben basieren auf ausländischen Studien. National stellt sich die Datenlage als sehr reduziert dar, teilweise werden valide wissenschaftliche Daten angemahnt (z.B. Kapitel 3, Kapitel 6.1).

Zur Höhe der Regelsätze und deren Ernährungsanteil hat der Fachbereich Arbeit und Soziales (WD 6) separat gearbeitet.

2. Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE)

Der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) zufolge hält vollwertig essen und trinken gesund. Hierzu hat die DGE auf Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse die folgenden **zehn Regeln** formuliert.¹

- „(1) Lebensmittelvielfalt genießen
- (2) Gemüse und Obst – nimm „5 am Tag“
- (3) Vollkorn wählen
- (4) Mit tierischen Lebensmitteln die Auswahl ergänzen
- (5) Gesundheitsfördernde Fette nutzen
- (6) Zucker und Salz einsparen
- (7) Am besten Wasser trinken
- (8) Schonend zubereiten
- (9) Achtsam essen und genießen
- (10) Auf das Gewicht achten und in Bewegung bleiben.“²

1 <https://www.dge.de/ernaehrungspraxis/vollwertige-ernaehrung/10-regeln-der-dge/>.

2 <https://www.dge.de/ernaehrungspraxis/vollwertige-ernaehrung/10-regeln-der-dge/>.

3. Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (2020) und dort zitierte Studien und Aufsätze

Laut Wissenschaftlichem Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) in seinem Gutachten vom August 2020³ müsse davon ausgegangen werden, dass die Deckungslücke zwischen Regelsatz und Bedarf im Sinne einer gesundheitsfördernden Ernährung (bspw. nach DGE-Empfehlungen) eine teils erhebliche Erhöhung der derzeitigen Regelsätze für Ernährung über alle Bedarfsgruppen impliziere. Dem Lebensalltag der Menschen entsprechende realistisch angepasste Bedarfsberechnungen seien dringend vorzunehmen. Im Gutachten des WBAE heißt es hierzu im Einzelnen:

„Eine gesundheitsfördernde Ernährung kann durch die Umsetzung der zehn Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) erreicht werden. Die Regeln wenden sich an die Bevölkerung insgesamt, ohne Besonderheiten wie das Alter oder Geschlecht zu berücksichtigen. Zentrales Anliegen der Umsetzung der zehn Regeln ist die Prävention von Krankheiten sowie die Förderung von Leistung und Wohlempfinden. Um der Vielfalt an Präferenzen und kulturellen Hintergründen von Menschen gerecht zu werden, lassen die DGE-Empfehlungen bewusst einen großen Spielraum.“⁴

Nachdem der WBAE benannt hat, was eine gesundheitsfördernde Ernährung kennzeichnet (auf den Seiten 71f), bespricht er ab Seite 99, ob eine gesundheitsfördernde Ernährung in Armut möglich sei und stellt die Frage, ob man sich mit derart begrenzten Einkommensressourcen gesund ernähren könne:

„Ob und in welchem Maße mit derart begrenzten Haushaltsbudgets soziokulturelle Teilhabe und v. a. eine ausreichende, bedarfsgerechte und langfristig gesundheitsförderliche Ernährung umgesetzt werden kann, ist Gegenstand zumeist sehr polarisiert und verkürzt geführter Debatten. Auf der einen Seite gibt es theoretische Rechnungen, die aufzeigen, mittels welcher Strategien eine gesundheitsförderliche Ernährung mit entsprechendem Budget umsetzbar ist (bspw. Thießen & Fischer 2008⁵). Auf der anderen Seite weisen Wohlfahrtsverbände, Armutsforscher*innen und Ernährungswissenschaftler*innen wiederkehrend auf die Praxisferne von theoretisch hergeleiteten Budgetrechnungen hin (bspw. von Normann 2008⁶). Der scheinbare Widerspruch zwischen den beiden Positionen löst sich auf, wenn man sich a) die begrenzte

3 WBAE (2020), Politik für eine nachhaltigere Ernährung: Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten, 21.08.2020, <https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.html>.

4 S. 71f, <https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.pdf?blob=publicationFile&v=3>.

5 Thießen/Fischer, Die Höhe der sozialen Mindestsicherung - Eine Neuberechnung „bottom up“. ZfW 57/2 (2008), S. 145-173, <https://www.degruyter.com/document/doi/10.1515/zfw-2008-0203/html>.

6 Normann, Konstantin von (2008/2011), Ernährungsarmut und „Tafelarbeit“ in Deutschland, Distributionspolitische Hintergründe und non-profit-basierte Lösungsstrategien, In: Selke, S. (Hrsg.), Tafeln in Deutschland. VS Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden: 91-112. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-531-92808-1_4.

Aussagekraft des Armutsindikators Einkommen vergegenwärtigt und b) die spezifischen Problemlagen eines Lebens in Armut in den Blick nimmt:

a) Zwar ist das Einkommen die zentrale Bestimmungsgröße für die Lebensbedingungen und gesellschaftlichen Teilhabechancen, Einkommensressourcen manifestieren sich jedoch immer erst in einem spezifischen Haushaltskontext. Damit sagen Informationen über verfügbare Einkommen noch nicht zwingend etwas über den tatsächlich realisierten Lebensstandard aus. Dieser ist abhängig von weiteren monetären Ressourcen zur Überbrückung von Einkommensengpässen (bspw. Vermögen) und der zeitlichen Länge der Einkommensarmut. Darüber hinaus spielen nichtmonetäre Ressourcen (z. B. soziale Netzwerke), weitere strukturelle Bedingungen (z. B. regional differenzierte Preisniveaus) und die Effizienz der Ressourcenverwendung aufgrund haushaltsindividueller Fertigkeiten (z. B. Kochen) sowie das Vorliegen besonderer Bedarfslagen (z. B. Krankheit) eine entscheidende Rolle. In Abhängigkeit von diesen Ressourcen ist also zumindest theoretisch eine gesundheitsfördernde Ernährung auch unter stark begrenzten Einkommensressourcen möglich.

b) Allerdings, dies zeigen die sozialepidemiologische Forschung ebenso wie die Armutforschung eindrücklich, liegen die aufgezeigten Unterstützungsressourcen (bspw. soziale Netzwerke, Vermögen, haushälterische Fertigkeiten) in Haushalten mit länger anhaltender Einkommensarmut häufig nur in geringem Umfang vor, besondere Bedarfslagen sind hingegen überproportional häufig (s. bspw. die überproportional hohen SGB II-Quoten von schwerbehinderten Menschen; Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2019b). Darüber hinaus belegen Studien, was von Armut betroffene Menschen bereits vielfach in qualitativen Studien berichteten: Der Umgang mit geringem Einkommen und damit einhergehenden materiellen Entbehrungen kostet Zeit, bindet kognitive Aufmerksamkeit und führt langfristig nachweislich zu chronischem Stress [...]. Diese Bedingungen und Kontextfaktoren können die Umsetzbarkeit der o. g. Budgetrechnungen wesentlich erschweren. Hinzu kommt, dass der Preis von ernährungsphysiologisch höherwertigen Lebensmitteln für Armutshaushalte eine erhebliche finanzielle Restriktion darstellt. Als zentraler Faktor für den Zusammenhang zwischen monetären Ressourcen und Ernährung wirken hier die erhöhten Kosten einer gesundheitsfördernden Ernährung: Ernährungsphysiologisch günstigere Lebensmittel wie Obst und Gemüse, Fisch oder mageres Fleisch sind im Vergleich zu energiedichten Lebensmitteln mit einem hohen Anteil an zugesetztem Zucker und Fett im Durchschnitt (je 100 kcal) teurer und damit für einkommensschwache Haushalte schwerer zu finanzieren [...].“⁷

Zu den **(Mehr)kosten einer gesundheitsfördernden Ernährung** wurden dem WBAE zufolge eine Reihe von Studien durchgeführt, größtenteils in den USA, vereinzelt aber auch in EU-Ländern. Diese Studien kommen nach Darstellung des WBAE zu folgendem Ergebnis:

„Als gut belegt gilt, dass Lebensmittel eine inverse Beziehung zwischen Energie- und Nährstoffdichte aufweisen und dass energiedichte, aber nährstoffarme Lebensmittel vergleichs-

7 S. 102f, https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.html.

weise preisgünstig sind – womit eine ernährungsphysiologisch günstigere Lebensmittelauswahl zumeist mit höheren Kosten per Kilokalorie (kcal) assoziiert ist [...]. So kommt bspw. eine britische Studie, die 94 Lebensmittel untersucht, zu dem Ergebnis, dass eine Zusammenstellung, wie sie der Healthy Eating Index vorschlägt, 7,50 Pfund pro 1.000 kcal kostet, während eine als weniger gesund identifizierte Zusammenstellung lediglich Kosten von 2,50 Pfund pro 1.000 kcal aufweist [...]. Die Aufschlüsselung der Preise zeigt, dass vor allem Brot, Reis, Nudeln sowie gezuckerte Getränke und teilweise fettreiche Lebensmittel wie Pommes Frites im unteren Preissegment zu finden sind. Die Ergebnisse der Metaauswertung von insgesamt 27, vorzugsweise in Nordamerika und Europa durchgeführten Studien von Rao et al. (2013)^[8] bestätigen diese grundlegenden Zusammenhänge und geben als groben Durchschnittswert Mehrkosten einer gesundheitsfördernden Ernährung für Erwachsene von ein bis zwei US-Dollar pro Tag an. Für Deutschland ist der Zusammenhang zwischen Nährwerten und Preisen von einzelnen Lebensmitteln oder Warenkörben vergleichsweise wenig untersucht. Vorliegende Studien bestätigen jedoch die Mehrkosten einer gesünderen Ernährung und stellen sie zudem den damals geltenden ALG II-Regelbezügen gegenüber. So zeigt Thiele (2014)^[9] auf Grundlage von Paneldaten der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) aus dem Jahr 2011, dass Lebensmittelwarenkörbe mit einer geringen Energiedichte und höherem Gehalt an Vitamin- und Spurenelementen bis zu 10 % höhere Kosten (bezogen auf den zu dem Zeitpunkt geltenden ALG II-Regelsatz) implizieren können. [...] Im Ergebnis ermittelt die Studie [Kersting und Clausen, 2007^{10]} eine mit dem Alter zunehmende ‘Deckungslücke‘ zwischen dem damals geltenden Regelsatz für Ernährung und den tatsächlich entstehenden Ausgaben von 18 % bei den 4 bis 6-jährigen bis 44 % bei den 15 bis 18-jährigen. Dies liegt insbesondere an dem hohen Anteil von (vergleichsweise hochpreisigem) Obst und Gemüse (Kostenanteil von 60 % in der optimierten Mischkost). Setzt man [...] Analysen aus den Vereinigten Staaten [...] und Großbritannien [...] in Bezug zur Situation in Deutschland, so muss davon ausgegangen werden, dass sich diese Deckungslücke zwischen Regelsatz und Bedarf im Sinne einer gesundheitsfördernden Ernährung (bspw. nach DGE-Empfehlungen) bei Erwachsenen fortschreibt und damit eine teils erhebliche Erhöhung der derzeitigen Regelsätze für Ernährung über alle Bedarfsgruppen impliziert. Präzise, dem Lebensalltag der Menschen und ihren häufig geringen Unterstützungsressourcen realistisch angepasste Bedarfsberechnungen sind dringend vorzunehmen.“¹¹

-
- 8 Rao, M. et al. (2013), Do healthier foods and diet patterns cost more than less healthy options? A systematic review and meta-analysis, <https://bmjopen.bmj.com/content/3/12/e004277>.
- 9 Thiele, S. (2014), Neuer Ansatz zur Ermittlung eines ALG-II-Mehrbedarfs für eine vollwertige Ernährung, Ernährungsumschau 61(2): 32-37, <https://www.ernaehrungs-umschau.de/print-artikel/05-02-2014-neuer-ansatz-zur-ermittlung-eines-alg-ii-mehrbedarfs-fuer-eine-vollwertige-ernaehrung/>.
- 10 Kersting, Mathilde; Clausen, Kerstin (2007), Wie teuer ist eine gesunde Ernährung für Kinder und Jugendliche? Die Lebensmittelkosten der Optimierten Mischkost als Referenz für sozialpolitische Regelleistungen, https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2007/09_07/EU09_508_513.qxd.pdf.
- 11 S. 104, <https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.pdf?blob=publicationFile&v=3>.

Ferner heißt es dort:

„Im Ergebnis befinden wir uns in einer Situation, in der als gut belegt gilt, dass der Ernährungs- und Gesundheitszustand eng mit dem sozioökonomischen Status zusammenhängt und dass materielle und strukturelle Faktoren (wie das verfügbare Einkommen) einen maßgeblichen Einfluss haben [...]. Über das tatsächliche Ausmaß, in dem Armutshaushalte in Deutschland materielle und soziale Deprivation im Bereich der Ernährung erfahren, wissen wir in Deutschland jedoch wenig.“¹²

Auf Seite 105 beantwortet der WBAE die Frage, ob es in Deutschland eine armutsbedingte Mangelernährung und Hunger gebe und welche Auswirkungen dies habe:

„Wie viele Menschen in Deutschland von einkommensinduzierten Zugangsbeschränkungen zu einer quantitativ und qualitativ nicht bedarfsgerechten Ernährung betroffen sind, lässt sich aufgrund fehlender Daten nicht genau beziffern. [...] Die [...] Analyse zeigt, dass die derzeitige Grundsicherung ohne weitere Unterstützungsressourcen nicht ausreicht, um eine gesundheitsfördernde Ernährung zu realisieren. Folgerichtig sind im Sinne einer den Nachhaltigkeitszielen verschriebenen Politik die Berechnungsgrundlagen und -methoden der Regelbedarfsermittlung zu überprüfen [...].“¹³

Der WBAE weist darauf hin, dass mit dem Anfang des Jahres **2019** beschlossenen **Starke-Familien-Gesetz**¹⁴ der **Eigenanteil der Eltern aus Haushalten mit Transferbezug** für das Mittagessen in Kitas und Schulen **entfiel**. Und betont, problematisch könne der Eigenbeitrag allerdings auch für Familien sein, die **etwas oberhalb** der Grenze für Transferzahlungen lägen.¹⁵

Einige **im WBAE-Gutachten erwähnte Studien und Aufsätze** werden nachfolgend kurz vorgestellt:

-
- 12 S. 105, <https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.pdf?blob=publicationFile&v=3>.
 - 13 S. 107f, <https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.pdf?blob=publicationFile&v=3>.
 - 14 Gesetz zur zielgenauen Stärkung von Familien und ihren Kindern durch die Neugestaltung des Kinderzuschlags und die Verbesserung der Leistungen für Bildung und Teilhabe (Starke-Familien-Gesetz – StaFamG), <https://dip.bundestag.de/vorgang/gesetz-zur-zielgenauen-st%C3%A4rkung-von-familien-und-ihren-kindern-durch/243054>.
 - 15 S. 444, <https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.pdf?blob=publicationFile&v=3>.

3.1. Thießen/Fischer (2008)

Der Artikel von Thießen/Fischer (2008) „Die Höhe der sozialen Mindestsicherung - Eine Neuberechnung ‘bottom up‘“¹⁶ wurde teilweise scharf kritisiert.¹⁷ So gibt es aufgrund der medialen Resonanz im Nachgang eine **Präambel**, in der die Autoren bedauern, wenn sich jemand durch die Veröffentlichung der Ergebnisse der Studie in seiner persönlichen Lebenssituation angesprochen, betroffen und gekränkt gefühlt habe.¹⁸

Die Autoren erläutern im zuvor zitierten Artikel die Frage, wie viel Geld die Gesellschaft an Personen ohne eigenes Einkommen zahlen sollte (d. h. das soziale Minimum; in Deutschland "Regelsatz" genannt), sei in Deutschland ausgiebig diskutiert worden. Es sei ein kompliziertes Verfahren entwickelt worden, um das soziale Minimum aus dem typischen Verbrauch von Personen mit niedrigem Durchschnittseinkommen abzuleiten. Obwohl das Verfahren als Ganzes nicht unvernünftig sei enthalte es einige standardisierte Komponenten, die Anlass zu heftiger Kritik und zu Forderungen nach einer Anhebung des Regelsatzes gegeben hätten. Ziel dieses Artikels sei es, den Grad der Übereinstimmung des Regelsatzes mit den Zielen des deutschen Systems der sozialen Sicherung zu ermitteln, wobei sie nicht das kritisierte "offizielle" Berechnungsverfahren verwendeten. Stattdessen gingen sie von den Zielen aus, die sich die Gesellschaft gesetzt habe, um das soziale Minimum zu bestimmen. Da diese Ziele unpräzise formuliert seien, definierten sie einen "Maximum" und einen "Minimum". Dann leiteten sie zwei Warenkörbe ab, die mit diesen Zielen bzw. den beiden Fällen vereinbar seien. Schließlich bestimmten sie die Preise aller Güter in den Warenkörben anhand der tatsächlichen Kosten der Produkte in Deutschland. Sie stellten fest, dass der deutsche Regelsatz etwa 16 % über dem Betrag liege, der dem Maximalfall entspreche, und doppelt so hoch sei wie der Betrag, der dem Minimalfall entspreche.¹⁹

3.2. Normann (2011)

Konstantin von Normann (2011) konstatiert in seinem Aufsatz „Ernährungsarmut und ‘Tafelarbeit‘ in Deutschland, Distributionspolitische Hintergründe und nonprofit-basierte Lösungsstrategien“ Folgendes:

16 <https://www.degruyter.com/document/doi/10.1515/zfwf-2008-0203/html>.

17 Hausstein, Lutz; Kraher, Florian (2008), Beachtung einer Studie um „Die Höhe der sozialen Mindestsicherung“, <https://www.nachdenkseiten.de/upload/pdf/080910%20Beachtung%20einer%20Studie%20der%20TU%20Chemnitz.pdf>.

18 Präambel zur Studie: Die Höhe der sozialen Mindestsicherung - Eine Neuberechnung „bottom up“ - Friedrich Thießen, Christian Fischer, https://www.tu-chemnitz.de/wirtschaft/bwl4/interessantes/Soziale_Mindestsicherung_2008_ZusFas.pdf.

19 Thießen/Fischer (2008), (Übersetzung des englischsprachigen Abstracts mittels KI), <https://www.degruyter.com/document/doi/10.1515/zfwf-2008-0203/html>.

„Schon Anfang der 1990er Jahre konnte Roth^[20] in einer Studie über das Konsumverhalten von Sozialhilfeempfängerinnen und -empfängern in Frankfurt am Main nachweisen, dass der monatlich zugewiesene Sozialhilfebetrag für Lebensmittel im Schnitt lediglich 19,5 Tage reicht.

Die Hartz IV-Gesetzgebung mit der Schaffung des Arbeitslosengeldes II (ALG II), das nur auf Sozialhilfeniveau liegt, hat diese Situation nicht entschärft. Aufgrund der Preissteigerungen in den letzten Jahren und den verschwindend geringen Anpassungen des Sozialhilfe/ALG II-Satzes, dürfte es für Menschen aktuell zudem noch schwieriger sein, eine gesundheitsförderliche Ernährung sicherzustellen, zumal auch die zuletzt stark gestiegenen Stromkosten aus dem Budget bestritten werden müssen.“²¹

3.3. Rao et al. (2013)

Rao et al. (2013) werteten Studien aus zehn Ländern aus, um die Frage „Kosten gesündere Lebensmittel und Ernährungsweisen mehr als weniger gesunde Optionen?“ beantworten zu können. In ihrer Meta-Analyse stellten sie Preisunterschiede zwischen gesünderen und weniger gesunden Lebensmitteln bzw. Ernährungsgewohnheiten fest. Es bleibe allerdings eine offene Frage, warum gesündere Ernährungsweisen mehr kosten. Um die Preisunterschiede auszugleichen schlagen die Autoren u. a. die Besteuerung weniger gesunder Lebensmittel vor und die Subventionierung gesünderer Lebensmittel.²²

3.4. Thiele (2014)

Thiele (2014) zufolge seien Lebensmittelwarenkörbe mit einer höheren ernährungsphysiologischen Qualität in der Summe teurer, so dass ein ALG-II-Mehrbedarf für eine vollwertige Ernährung abgeleitet werden konnte.²³

-
- 20 Roth, Rainer (1992): Über den Monat am Ende des Geldes. Ergebnisse einer Umfrage unter 196 Sozialhilfeempfänger/innen über das Leben mit Sozialhilfe. Frankfurt a.M..
- 21 Normann, Konstantin von (2008/2011), Ernährungsarmut und „Tafelarbeit“ in Deutschland, Distributionspolitische Hintergründe und nonprofit-basierte Lösungsstrategien, S. 91f, https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/978-3-531-92808-1_4.pdf.
- 22 Rao, M. et al. (2013), Do healthier foods and diet patterns cost more than less healthy options? A systematic review and meta-analysis, <https://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/3/12/e004277.full.pdf>.
- 23 Thiele, Silke. (2014), Neuer Ansatz zur Ermittlung eines ALG-II-Mehrbedarfs für eine vollwertige Ernährung, Ernährungsumschau 61(2): 32-37, <https://www.ernaehrungs-umschau.de/print-artikel/05-02-2014-neuer-ansatz-zur-ermittlung-eines-alg-ii-mehrbedarfs-fuer-eine-vollwertige-ernaehrung>.

3.5. Kersting/Clausen (2007)

Kersting/Clausen (2007)²⁴ untersuchten die Lebensmittelkosten einer gesunden Ernährung für **Kinder und Jugendliche** und berechneten für unterschiedliche Altersgruppen die **Kosten einer Optimierten Mischkost** beim **Discounter**, im **Supermarkt** und im **Bioladen pro Tag**:

Alter	Discountladen		Supermarkt		Bioladen	
	Mw	(Min-Max)	Mw	(Min-Max)	Mw	(Min-Max)
2-3 Jahre	1,84	[1,65-2,04]	2,93	[1,96-3,91]	5,11	[4,59-5,62]
4-6 Jahre	2,43	[2,17-2,69]	3,86	[2,58-5,15]	6,72	[6,04-7,39]
7-9 Jahre	3,01	[2,68-3,34]	4,78	[3,20-6,38]	8,33	[7,49-9,16]
10-12 Jahre	3,59	[3,20-3,98]	5,71	[3,82-7,61]	9,95	[8,94-10,94]
13-14 Jahre	4,07	[3,64-4,52]	6,48	[4,33-8,64]	11,29	[10,15-12,42]
15-18 Jahre	4,68	[4,18-5,19]	7,44	[4,98-9,93]	12,97	[11,66-14,26]

Die Autorinnen resümierten:

„Mit dem derzeitigen Ernährungsbudget der Regelsätze des ALG II kann nach unseren Kalkulationen bei gängigem Einkaufsverhalten selbst eine preisgünstig konzipierte, gesunde Kost wie die Optimierte Mischkost bei Kindern und Jugendlichen ab dem Alter von etwa 4 Jahren nicht realisiert werden. Auch bei Ausschöpfung des niedrigpreisigen Angebots in Discountläden und Zukauf nur der dort nicht erhältlichen Lebensmittel im Supermarkt würde der derzeitige Regelsatz eine Optimierte Mischkost allenfalls für Kinder unter 6 Jahren ermöglichen.“²⁵

Für die nachfolgende Tabelle wurden die damalige Höhe der Regelleistungen zur Sicherung des Lebensunterhaltes (ALG II) aus der EVS von 2003 zugrunde gelegt. Die Autorinnen konstatieren, dass der Energiebedarf bzw. der Nahrungsbedarf im Kindesalter steige und bei Jugendlichen noch höher sei als bei Erwachsenen. In der letzten Tabellenspalte findet sich die Differenz zwischen erbrachter Regelleistung und tatsächlich benötigter Regelleistung beziffert in Euro und Prozentzahlen. Ab einem Alter von vier Jahren reicht danach der zugrunde gelegte Regelbedarf für eine Optimierte Mischkost nicht aus:

24 Kersting, Mathilde; Clausen, Kerstin (2007), Wie teuer ist eine gesunde Ernährung für Kinder und Jugendliche? Die Lebensmittelkosten der Optimierten Mischkost als Referenz für sozialpolitische Regelleistungen, https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2007/09_07/EU09_508_513.qxd.pdf.

25 Kersting, Mathilde; Clausen, Kerstin (2007), S. 510f, https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2007/09_07/EU09_508_513.qxd.pdf.

Altersgruppen der Optimierten Mischkost/ [Regelsatz des ALG II für diese Altersgruppe]	Regelleistung			Optimierte Mischkost	Differenz Regelleistung
	Gesamt (100 %)	Nahrung, Getränke, Tabakwaren (37 %)	(Mittelwert)	Lebensmittelkosten ¹	- Optimierte Mischkost
	€ pro Monat	€ pro Monat	€ pro Tag	€ pro Tag	(€ / %)
Erwachsene (100 %)	347,00	128,39	4,28		
Kind 2-3 Jahre (60 %)	208,20	77,03	2,57	2,39	0,18 / 7,44
Kind 4-6 Jahre (60 %)	208,20	77,03	2,57	3,14	-0,57 / -18,22
Kind 7-9 Jahre (60 %)	208,20	77,03	2,57	3,89	-1,32 / -33,99
Kind 10-12 Jahre (60 %)	208,20	77,03	2,57	4,65	-2,08 / -44,78
Kind 13-14 Jahre (80 %)	277,60	102,71	3,42	5,28	-1,86 / -35,16
Kind 15-18 Jahre (80 %)	277,60	102,71	3,42	6,06	-2,64 / -43,50

¹ Mittelwert aus Discountläden und Supermarkt

26

4. Mertens/Hoffmann (2007)

Mertens/Hoffmann (2007) ermittelten in ihrer Studie die Lebensmittelkosten bei verschiedenen Ernährungsweisen.

Die Studie basiert auf der Gießener Vollwert-Ernährungs-Studie der Universität Gießen zu verschiedenen Ernährungsweisen und der Studie „Kalkulation der Kosten für die Ernährung im privaten Haushalt“ von der Bundesforschungsanstalt für Ernährung und Lebensmittel (BfEL), bei der Lebensmittelpreise erhoben wurden.²⁷ Zur Kostenerhebung heißt es in einem Überblickspapier einschränkend:

„Mit der Studie Kalkulation der Kosten für die Ernährung im privaten Haushalt [...] wurden u.a. Lebensmittelpreise für konventionell erzeugte Lebensmittel erhoben. Die Preise stammen aus 19 Supermärkten [...]. Für die erhobenen Lebensmittel wurden verschiedene Gebindegrößen und Preisniveaus berücksichtigt. Discounter und Sonderangebote blieben unberücksichtigt, d.h. in der vorliegenden Studie steht nicht die Kostenminimierung, sondern ein Vergleich der beiden Ernährungsweisen im Vordergrund.“²⁸

Das Ergebnis der Studie Mertens/Hoffmann (2007):

26 Kersting, Mathilde; Clausen, Kerstin (2007), S. 511, https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2007/09_07/EU09_508_513.qxd.pdf.

27 Lebensmittelkosten bei verschiedenen Ernährungsweisen, https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2008/03_08/EU03_139_148.qxd.pdf.

28 <https://www.uni-giessen.de/fbz/fb09/institute/VKE/nutr-ecol/publi/vor2010/lmkosten>.

„Für die Vollwertköstlerinnen [VWK] wurden mit 227,30 Euro pro Person und Monat um 12,3 % geringere Lebensmittelkosten ermittelt als für die Mischköstlerinnen [MK] mit 259,07 Euro pro Person und Monat.“²⁹

Siehe die folgenden Tabellen:

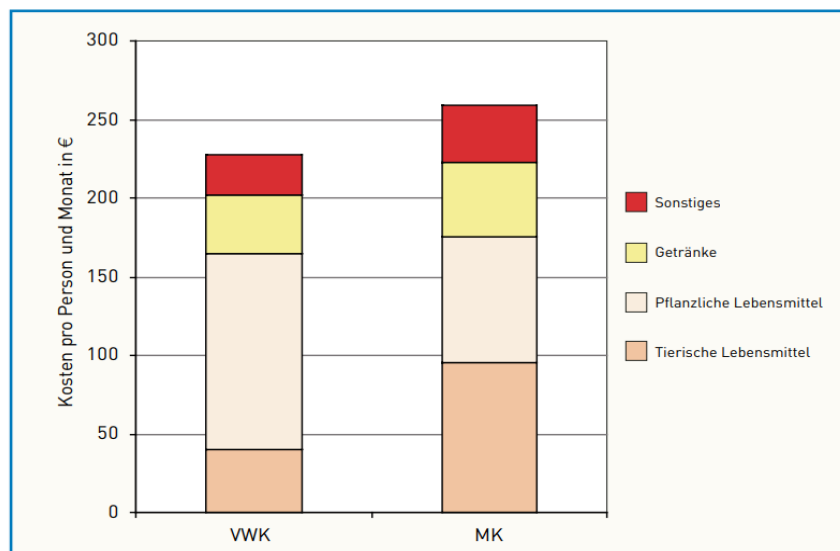


Abb. 1: Aggregierte Lebensmittelkosten von Vollwertköstlerinnen (VWK) und Mischköstlerinnen (MK).

Untergliedert nach tierischen Lebensmitteln (Milch/Milchprodukte, gesamt; Eier; Fleisch/Fleischprodukte; Fisch/Meeresfrüchte), pflanzlichen Lebensmitteln (Brot/Backwaren; Getreideprodukte/Nährmittel; Kartoffeln/Kartoffelerzeugnisse; Gemüse/Hülsenfrüchte; Sojaprodukte; Obst/Obsterzeugnisse; Nüsse/Samen), Getränken (gesamt) und Sonstigem (Speisefette/Öle; Fertigprodukte; Brotaufstriche; Süßungsmittel; Süßspeisen/Süßigkeiten; Knabberereien).

30

Die detaillierten Kosten pro Person und Monat sowie der Verbrauch pro Person pro Tag für die beiden Ernährungsweisen finden sich in der folgenden Tabelle aus dem Jahr 2007:

- 29 Mertens, Eva; Hoffmann, Ingrid (2007), Lebensmittelkosten bei verschiedenen Ernährungsweisen, Vergleich einer üblichen Lebensmittelauswahl mit einer Lebensmittelauswahl entsprechend Empfehlungen zur Prävention ernährungsabhängiger Krankheiten, S. 143, https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2008/03_08/EU03_139_148.qxd.pdf.
- 30 Mertens, Eva; Hoffmann, Ingrid (2007), Lebensmittelkosten bei verschiedenen Ernährungsweisen, Vergleich einer üblichen Lebensmittelauswahl mit einer Lebensmittelauswahl entsprechend Empfehlungen zur Prävention ernährungsabhängiger Krankheiten, S. 141, https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2008/03_08/EU03_139_148.qxd.pdf.

	Verbrauch ¹ [g/Person und Tag]			Kosten [€/Person und Monat]		
	VWK $\bar{x} \pm SEM$	p-Wert ²	MK $\bar{x} \pm SEM$	VWK $\bar{x} \pm SEM$	p-Wert ²	MK $\bar{x} \pm SEM$
Brot/Backwaren, gesamt	186±4,7	0,475	190±5,0	28,13±0,7	0,017	25,40±0,7
aus Vollkorn ³	118±3,7	<0,001	45±2,8	18,92±0,6	<0,001	7,13±0,4
aus Auszugsmehl ⁴	68±3,1	<0,001	145±5,2	9,21±0,4	<0,001	18,27±0,7
Getreideprodukte/Nährmittel, gesamt	104±5,9	<0,001	40±1,9	10,31±0,6	<0,001	3,75±0,2
aus Vollkorn	101±5,9	<0,001	14±1,4	9,92±0,6	<0,001	1,27±0,1
aus Auszugsmehl	4±0,5	<0,001	26±1,6	0,39±0,1	<0,001	2,48±0,2
Gemüse/Hülsenfrüchte	475±13,5	<0,001	281±12,1	37,76±1,2	<0,001	21,83±1,0
Kartoffeln/Kartoffelerzeugnisse	100±4,8	<0,001	124±5,6	5,32±0,3	<0,001	7,60±0,4
Sojaprodukte	17±3,0	<0,001	2±0,7	2,11±0,2	<0,001	0,29±0,1
Obst/Obstprodukte	450±14,5	<0,001	255±11,7	32,93±1,1	<0,001	18,71±0,9
Nüsse/Samen	37±1,9	<0,001	10±1,5	8,70±0,4	<0,001	2,47±0,3
Fleisch/Fleischprodukte	24±2,6	<0,001	198±6,5	5,95±0,7	<0,001	53,53±1,8
Fisch/Meeresfrüchte	21±2,8	<0,001	52±4,3	7,16±1,0	<0,001	16,81±1,4
Milch/Milchprodukte, gesamt	326±16,0	0,284	363±26,2	25,58±1,0	0,075	22,59±0,8
Milch	138±10,7	0,002	208±24,7	3,08±0,2	0,003	4,54±0,5
Sauermilchprodukte	72±5,8	0,476	65±6,5	3,52±0,3	0,740	3,35±0,3
Käse/Quark	76±3,1	0,015	62±2,4	16,44±0,7	0,010	13,17±0,5
Eier	12±0,7	<0,001	18±1,2	1,21±0,1	<0,001	1,87±0,1
Speisefette/Öle	31±1,1	<0,001	26±1,4	4,53±0,2	<0,001	3,10±0,2
Fertigprodukte	58±5,4	<0,001	88±6,1	14,98±1,6	<0,001	21,93±1,6
Brotaufstriche	6±0,5	0,399	5±0,4	0,85±0,1	0,425	0,59±0,0
Süßungsmittel	6±0,4	0,165	9±1,0	1,08±0,1	0,707	1,07±0,1
Süßspeisen/Süßigkeiten	17±1,3	<0,001	40±2,3	3,53±0,3	<0,001	8,65±0,5
Knabbereien	3±0,5	0,095	5±0,8	0,41±0,1	0,113	0,64±0,1
Getränke, gesamt (Menge in ml)	1783±46,2	0,338	1840±53,4	36,78±1,2	<0,001	48,26±1,6
Mineralwasser	652±31,8	0,089	587±38,2	12,52±0,6	0,089	11,27±0,7
Kräuter-, Früchtetee (Trockensubstanz) ^f	8±0,5	<0,001	3±0,3	6,30±0,4	<0,001	1,95±0,3
Kräuter-, Früchtetee (in ml) ^g	558±35,4	<0,001	172±23,0	- ^h	- ^h	- ^h
Fruchtsäfte/Fruchtnektar;						
Multivitamin- und Gemüsesaft	98±11,7	<0,001	154±13,4	3,49±0,4	<0,001	5,42±0,5
Erfrischungsgetränke	12±4,2	<0,001	98±13,8	0,40±0,1	<0,001	2,75±0,4
Kaffee/schwarzer Tee (Trockensubstanz) ^f	9±0,5	<0,001	16±0,6	6,31±0,4	<0,001	10,90±0,4
Kaffee/schwarzer Tee (in ml) ^g	399±23,9	<0,001	689±27,6	- ^h	- ^h	- ^h
alkoholische Getränke	65±5,9	<0,001	140±11,0	7,77±0,8	<0,001	15,97±1,2
Summe Lebensmittelkosten pro Monat (€)				227,30±3,8	<0,001	259,07±5,2

¹errechnet aus Verzehrsmengen [14] anhand von Korrekturfaktoren [nach [18], basierend auf [19, 20 und 21]]
²Vergleich von VWK und MK durch den Mann-Whitney-Test (U-Test), ³ohne Vollkornkuchen und Vollkornpizza, ⁴inklusive Vollkornkuchen und Vollkornpizza
⁵Basis für Berechnung der Kosten, ⁶Kosten siehe Trockensubstanz

5. Leclaire et al. (2009)

Leclaire et al. (2009) untersuchten, ob eine vollwertige Ernährung unter den Bedingungen von Hartz IV möglich sei, an einem empirischen Fallbeispiel:

„Für Hartz IV-Empfänger konnte in dieser Arbeit anhand eines Fallbeispiels rechnerisch nachgewiesen werden, dass der im ALG II enthaltene Anteil für die Ernährung in Höhe von 37 % der Regelleistung für eine vollwertige Ernährung ausreichend ist. Voraussetzung hierfür ist jedoch, dass die erforderlichen Lebensmittel beim Discounter erworben werden. Finanzieller Spielraum, um die Waren im Fachgeschäft oder Bioläden einzukaufen besteht nicht. Zu hinterfragen ist, ob diese Situation, wie vielfach behauptet, zu Einbußen in der Qualität der verwendeten Waren führt. Dennoch kann nicht bestritten werden, dass Ernährung auch für weniger Geld zu haben ist. Aus Sicht eines Hartz IV Empfängers, so auch die Aussage der Beispielfamilie, gilt es, mit den begrenzten finanziellen Möglichkeiten nicht nur Grundbedürfnisse wie Ernährung zu erfüllen. Gerade in Familien mit Kindern besteht der nachvollziehbare Wunsch, auch andere Bedürfnisse zu decken. Der Wunsch nach kultureller und gesellschaftlicher Teilhabe zum Beispiel durch Kino- oder Gaststättenbesuche oder aber auch der Wunsch, sich ab und an eine neues Kleidungsstück zu gönnen, steht damit im Zielkonflikt zu den – wie nachgewiesen wurde – deutlich höheren Kosten für eine vollwertige Ernährung. Die Entscheidung für eine vollwertige Ernährung wird daher eher negativ ausfallen, weil dadurch größerer finanzieller Freiraum für die Befriedigung anderer Bedürfnisse entsteht. Hinzu kommt, dass die gesundheitlichen Auswirkungen einer falschen, das heißt nicht gesunden Ernährung erst langfristig bemerkbar werden und damit bei der Entscheidung, „welche Ernährung ist die richtige für mich“, eine nebensächliche Rolle spielen [...].

Zusammenfassend ist daher festzustellen, dass eine vollwertige Ernährung unter den Bedingungen von Hartz IV zwar rein rechnerisch möglich ist, sich aber in der täglichen Umsetzung ausgesprochen schwierig gestaltet. Der Hartz IV-Empfänger, der sich vollwertig ernährt, wird daher eher die Ausnahme sein. [...] Gesunde Ernährung sollte nicht nur ein persönliches, sondern muss vor dem Hintergrund der zunehmenden ernährungsbedingten Erkrankungen in unserer Bevölkerung auch ein gesundheitspolitisches Ziel sein.“³²

6. Biesalski (2018 – 2021)

6.1. Society of Nutrition and Food Science/Universität Hohenheim (2018)

Nachfolgend finden sich **Auszüge** aus der Wissenschaftlichen Stellungnahme der **Ernährungsfachgesellschaft SNFS** (Society of Nutrition and Food Science) (Prof. Dr. Jan Frank) und der **Universität Hohenheim** (Prof. em. Dr. Hans-Konrad Biesalski) vom 14. März 2018³³ zu den Auswirkungen von Armut auf den Ernährungsstatus von Kindern in Deutschland:

32 Leclaire, Vanessa et al. (2009), Vollwertige Ernährung unter den Bedingungen von Hartz IV, Technische Universität Dortmund Fach Hauswirtschaftswissenschaft Arbeitsbericht Nr. 11/2009 ISSN 1861-0129, https://www.researchgate.net/publication/43922403_Vollwertige_Ernahrung_unter_den_Bedingungen_von_Hartz_IV/link/5c7ea72192851c695056926f/download.

33 <http://www.snfs.org/downloads/snfs-stellungnahme-ernahrn.pdf>. Fettung im Original.

„Armut bedeutet immer auch Ernährungsarmut und hat nachhaltige und oft nicht mehr zu korrigierende Entwicklungsstörungen zur Folge – vor allem dann, wenn Kinder in Armut geboren werden und aufwachsen. [...]

Jedes 6. Kind in Deutschland unter 3 Jahren (17.1%) war am 30.6.2014 arm [...]. Hier ist eine Altersgruppe betroffen, die besonders empfindlich auf unzureichende Ernährung reagiert. Das rasch wachsende und sich noch entwickelnde Gehirn benötigt in den ersten drei Lebensjahren nicht nur viel Energie, sondern vor allem eine ausreichende Versorgung mit allen Mikronährstoffen (Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente sowie bestimmte Fettsäuren). Ist die Versorgung mit diesen, trotz adäquater oder gar zu hoher Aufnahme von Nahrungsenergie, nicht ausreichend, so spricht man von ‘verborgenem Hunger‘.“ [...]

„Eine Untersuchung an Kindern aus armen Haushalten im Land Brandenburg kommt zu dem Ergebnis, dass Kinder aus Familien mit geringem Einkommen gegenüber Kindern aus Familien mit höherem sozioökonomischem Status signifikant kleiner sind. [...].“

„Eine Vielzahl von Untersuchungen hat inzwischen belegen können, dass bei Kindern, die in Armut leben, das Wachstum des Gehirns gestört ist [...]. Dabei ist in erster Linie das limbische System und hier der Hippocampus betroffen, der bei diesen Kindern signifikant kleiner ist, als bei Kindern aus Familien mit hohem Einkommensniveau [...].“ [...] „In Untersuchungen an Kindern über einen Zeitraum von 6 Jahren konnte beobachtet werden, dass eine direkte Beziehung zwischen Einkommen, kognitiver Entwicklung und geringerem Hippocampus-Volumen besteht und Kinder aus armen Verhältnissen hier signifikant schlechter gestellt sind [...].“

„In ihrem 3. Armuts- und Reichtumsbericht kommt die Bundesregierung (2012) ebenfalls zu dem Schluss, dass Armut eine wesentliche Ursache für Defizite in der Ernährung, Gesundheit und Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ist: ‘Bei Kindern und Jugendlichen zeigen sich zusätzlich Entwicklungsdefizite, Unterversorgung mit der Folge gesundheitlicher Probleme und soziale Benachteiligungen, etwa durch mangelnde Integration in der Schule und unter den Gleichaltrigen. Es besteht auch ein Zusammenhang zwischen gesundheitlicher Entwicklung (körperlich und seelisch) und materieller Versorgung. Ernährungs- und Gesundheitsverhalten sind beeinträchtigt: je knapper die sozioökonomischen Ressourcen, desto schlechter ist auch die Ernährung. Beeinträchtigt werden auch die kognitive und sprachliche Entwicklung sowie die schulischen Leistungen von Kindern.‘“ [...]

„Untersuchungen des Forschungsinstituts für Kinderernährung (FKE) in Dortmund zeigen, dass arme Kinder weniger frisches Obst und Gemüse, Milchprodukte und fettarmes Fleisch bzw. Fleischprodukte essen. Umso häufiger werden fettreiches Fleisch, preisgünstige Wurstprodukte sowie hochkalorische Fertigprodukte verzehrt [...]. Eine weitere Studie des FKE an 494 Kindern im Alter zwischen 4 und 18 Jahren kam ebenfalls zu dem Ergebnis, dass in der Ernährung dieser Altersgruppe eine inverse Beziehung zwischen Energiedichte und Preis existiert [...]. Dabei sollte nicht übersehen werden, dass Nahrungsqualität (Mikronährstoffdichte) auch von Bildung, Fähigkeit zu kochen und letztlich dem Verlangen nach Sättigung abhängt.“ [...]

„Inwieweit ein Kind mit dem niedrigen Hartz IV Satz adäquat ernährt werden kann bzw. um welchen Betrag dieser Satz erhöht werden müsste, um eine gesunde Ernährung zu ermöglichen, hängt von vielen weiteren Faktoren ab. Die Mobilität der Eltern, die für den Zugang zu den jeweils im Umkreis günstigsten Lebensmittelangeboten von Bedeutung ist, Wissen um Ernährung und Vorratshaltung und nicht zuletzt Kenntnisse und Fertigkeiten in der Zubereitung von Mahlzeiten, sind hier wichtige Voraussetzungen, um mit geringen finanziellen Mitteln eine ausgewogene Ernährung zu gewährleisten. Solange aber valide wissenschaftliche Daten zur Ernährungssituation von Kindern in Armut fehlen, lassen sich auch über die Höhe der zusätzlich benötigten Mittel für eine gesunde Ernährung keine präzisen Angaben machen. Hier besteht dringender Handlungsbedarf auf Seiten der Regierung, die benötigten Studien zu initiieren und auf Basis der so gewonnenen Erkenntnisse neue Tagessätze festzulegen, die allen Kindern dieses Landes eine gesunde und ausgewogene Kost ohne das Risiko einer Mangelversorgung ermöglichen.“ [...]

„Zweifellos gibt es viele weitere Faktoren, wie beispielsweise fehlende kognitive Stimulierung, häufiger Stress in der Familie, soziale Ausgrenzung, die die Entwicklung von Kindern beeinträchtigen. Der Stellenwert einer ausreichenden und gesunden Ernährung in diesem Zusammenhang wird jedoch meist übersehen. Armut und Mangelernährung sind auf fatale Weise miteinander verbunden.“ [...]

„Kalorien alleine reichen eben nicht aus, eine gute Qualität der Ernährung und vor allem eine adäquate Mikronährstoffdichte müssen gewährleistet sein. Und genau hierfür reichen die Mittel, die Empfängern von Arbeitslosengeld und Hartz IV für die Ernährung ihrer Kinder zur Verfügung stehen, derzeit nicht aus.“

6.2. Arens-Azevedo/Biesalski (2019)

In der gemeinsamen Stellungnahme der Einzelsachverständigen Prof. Ulrike Arens-Azevedo und Prof. Dr. Hans-Konrad Biesalski anlässlich einer öffentlichen Anhörung zu gesunder Ernährung im Landwirtschaftsausschuss des Bundestages am 24. Juni 2019³⁴ wurde Folgendes verlautbart:

„Es ist in der Tat schwierig auf Basis der aktuellen Hartz IV Sätze eine gesundheitsfördernde Ernährung zu realisieren. Dies umso mehr, als die betroffenen Haushalte durch viele Belastungsfaktoren sich einer ausgewogenen, abwechslungsreichen Ernährung gar nicht oder nur sehr begrenzt stellen können. Ob eine Hebung des Hartz IV Regelsatz zu einer Verbesserung führt, ist aber dennoch unklar, weil das zusätzliche Geld nicht unbedingt in der Ernährung fließen muss.“³⁵

Zudem wurde in der Anlage zur Stellungnahme erläutert, dass eine ernährungsphysiologisch günstigere Lebensmittelauswahl in der Regel teurer sei:

34 https://www.bundestag.de/resource/blob/648172/473378c35ede471d77311975be678f39/Stellungnahmen_Arens-Azevedo_und_Biesalski-data.pdf.

35 S. 6, https://www.bundestag.de/resource/blob/648172/473378c35ede471d77311975be678f39/Stellungnahmen_Arens-Azevedo_und_Biesalski-data.pdf.

„Als gut belegt gilt, dass Lebensmittel eine inverse Beziehung zwischen Energie- und Nährstoffdichte aufweisen und dass energiedichte, aber nährstoffarme Lebensmittel vergleichsweise preisgünstig sind – womit eine ernährungsphysiologisch günstigere Lebensmittelauswahl zumeist mit höheren Kosten per Kilokalorie (kcal) assoziiert ist [...]. Das bedeutet, dass mit einer solchen preisabhängigen Lebensmittelwahl ein Überschuss an Energie ebenso begünstigt wird, wie eine Unterversorgung mit Mikronährstoffen. Für Deutschland ist der Zusammenhang zwischen Nährwerten und Preisen von einzelnen Lebensmitteln oder Warenkörben vergleichsweise wenig untersucht. [...]. Dies ist aber gerade für zwei besonders kritische Lebensphasen von Bedeutung: Im 1000 Tage Fenster, in dem die gesundheitliche Entwicklung sowohl im physischen wie kognitiven weitgehend geprägt wird und im Kleinkindalter.“

„Armut beeinträchtigt die Möglichkeiten, eine gesunde Ernährung zu praktizieren und erhöht das Krankheitsrisiko. [...] Zum einen bedarf es einer deutlich verbesserten Datenlage zu dem Ausmaß, den Bestimmungsgründen und Zusammenhängen zwischen Armut und Mangelernährung, zum anderen gilt es, besonders betroffenen Haushalten und Personen Unterstützung zukommen zu lassen. [...]. Die vielen Ratgeber und Handlungsanweisungen für eine gesunde Kinderernährung sind nur dann für alle Kinder umsetzbar, wenn diese gesundheitsfördernde Ernährung auch finanziert werden kann.“³⁶

Nachfolgend findet sich ein **Auszug aus dem Wortprotokoll** der 32. Sitzung des Agrarausschusses des Bundestages vom 24. Juni 2019, in dem Biesalski Folgendes ausführte:

„20,4 Prozent von Kindern leben in relativer Armut, 23 Prozent davon sind Kunden an der Tafel. Ernährung in Armut, was bedeutet das? [...] Studien vom Robert-Koch-Institut (RKI) und auch (von) andere(n Untersuchungen haben ergeben, dass gerade die ärmere Bevölkerung) Lebensmittel mit geringem Preis-/Mengenverhältnis [...] kauft, wie Nudeln, Kartoffeln, (fettes) Fleisch und fette Wurst. [...] Lebensmittel, die (eine) hohe Energiedichte haben, haben (aber) häufig relativ wenig Mikronährstoffe. Daraus resultiert ein Problem, das beim letzten Hidden Hunger-Kongress sehr intensiv besprochen wurde, das double burden-Problem, das (gleichzeitige) Auftreten von Übergewicht und Mangelernährung als Doppelbelastung. Und wenn Sie schauen, wo das Übergewicht zuhause ist, dann bei Kindern aus armen Verhältnissen drei- bis fünfmal häufiger [...]. Zur Frage „eingeschränkte, physische Entwicklung“; das betrifft vor allen Dingen den Bereich der Kinder unter 3 (Jahre). Da haben wir Zahlen jetzt aus Brandenburg bei 250 000 Kindern. Kinder aus armen Verhältnissen in Brandenburg werden entgegen dem Trend kleiner. Das nennt man stunting, d. h. eine verringerte Körperlänge im Verhältnis zum Alter. Und stunting ist letztendlich nicht mehr reparabel; die(se Kinder) haben (also) eine physische Einschränkung. [...]. Das zweite Problem bei diesen Kindern, wenn es um die Mangelernährung geht, ist die (Störung der) kognitive(n) Entwicklung. Es gibt eine ganz klare Beziehung zwischen kognitiver Entwicklung und (den Einkommen-)ssituationen der Eltern (in diesem Fall). Auch wieder aus Brandenburg: Schuleingangsuntersuchung, Sprachentwicklungsstörung, die zu kognitiven Störungen gehören, - bei Kindern aus armen Verhältnissen 15mal häufiger als bei Kindern aus (sehr) guten Verhältnissen. Betroffen (ist) ein Hirnareal, wo man zeigt, dass die Entwicklung dieses Hirnareals, der Hippocampus, gestört

36 Fazit, https://www.bundestag.de/resource/blob/648172/473378c35ede471d77311975be678f39/Stellungnahmen_Arens-Azevedo_und_Biesalski-data.pdf.

ist. Da gibt es inzwischen relativ gute Daten. D. h., wir haben zwei Probleme: physische Entwicklungsstörungen, kognitive Entwicklungsstörungen, die bedauerlicherweise bisher übersehen werden, sodass also wir im Grunde genommen vor einer Situation stehen, dass wir dringend Daten brauchen, und zwar gerade die Daten aus dem berühmten 1 000 Tage-Fenster von der Konzeption bis Ende des 2. Lebensjahrs, um gezielt auf die Ernährungsarmut bei dieser Gruppe reagieren zu können.“³⁷

6.3. Biesalski (2021)

Biesalski (2021) betont, dass eine gesunde Ernährung, wie sie Kinder vor allem in den Entwicklungsphasen bräuchten, mit den verfügbaren Mitteln des ALG II nicht finanziert werden könne. Die Folgen für die Kinder seien auch in Deutschland sichtbar, Wachstumsverzögerung und eingeschränkte kognitive Entwicklung. Ursache seien fehlende Mikronährstoffe (Eisen, Zink, Jod, Vitamin D), die für die körperliche und kognitive Entwicklung gebraucht würden.³⁸ Biesalski (2021) schlussfolgert:

- „Eine gesunde Ernährung für Kinder ist mit den Mitteln für Ernährung im ALG II-Bezug nicht finanzierbar.
- Ernährung von Kindern in Familien mit ALGII-Bezug ist häufig arm an essenziellen Mikronährstoffen.
- Durch Defizite an einzelnen Mikronährstoffen kann die körperliche wie kognitive Entwicklung eines Kindes beeinträchtigt werden.“³⁹

Die aktuelle Information des Statistischen Bundesamtes zeige, wie knapp die Ressourcen seien. Eine Familie in Armut investiere 104 Euro pro Monat in die Ernährung der Kinder (3,41 Euro pro Tag).⁴⁰ Für eine **gesunde Ernährung im Sinne der DGE-Empfehlungen** müssten im Durchschnitt für **Kinder unter 5 Jahren mindestens 4,50 Euro** (Regelsatz 2,82 Euro), für die Altersgruppe **6–17 Jahre mindestens 5,50 Euro** (Regelsatz 4,01–4,98 Euro) und für **Erwachsene (ohne Berücksichtigung des Kalorienverbrauchs) mindestens 7,50 Euro** (Regelsatz 3,89–4,86 Euro) pro Tag anzusetzen sein⁴¹:

42

37 <https://www.bundestag.de/resource/blob/654368/53da6647255b0f377fa371305ae7cb6e/Wortprotokoll-data.pdf>.

38 Biesalski, Hans Konrad, Ernährungsarmut bei Kindern – Ursachen, Folgen, COVID 19, S. 317, <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/pdf/10.1055/a-1553-3202.pdf>.

39 S. 319, <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/pdf/10.1055/a-1553-3202.pdf>.

40 S. 319, <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/pdf/10.1055/a-1553-3202.pdf>.

41 S. 320, <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/pdf/10.1055/a-1553-3202.pdf>.

42 S. 320, <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/pdf/10.1055/a-1553-3202.pdf>.

Eine gesunde Ernährung, wie sie Kinder vor allem in den Entwicklungsphasen bräuchten, könne mit den verfügbaren Mitteln des ALG II nicht finanziert werden. Über das tatsächliche Ausmaß, in dem Armutshaushalte in Deutschland materielle und soziale Deprivation im Bereich der Ernährung erfahren, sei in Deutschland jedoch wenig bekannt. Ganz anders sei die Situation in Ländern wie den USA oder Kanada. In diesen Ländern sei in den letzten Jahren eine standardisierte Berichterstattung etabliert worden, die die ernährungs- und gesundheitsbezogenen Armutfolgen dezidiert in den Blick nehme. So würden in den USA beispielsweise 45 000 Haushalte jährlich untersucht, um die oben genannten Zusammenhänge zu verstehen und entsprechende Gegenmaßnahmen treffen zu können. Die Daten seien die Grundlage für das Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP), dessen Effekte regelmäßig überprüft würden.⁴³

Zudem wird auf den Beitrag Biesalskis „Hidden Hunger – Consequences for Brain Development“ für die **Arbeitsgruppe der Päpstlichen Akademie der Wissenschaften aus dem Jahr 2013** hingewiesen:

In: The Pontifical Academy of Sciences, Bread and Brain, Education and Poverty, Proceedings of the Working Group, 4-6 November 2013, S. 98ff, <https://www.pas.va/content/dam/casinapioiv/pas/pdf-volumi/scripta-varia/sv125pas.pdf>.

7. Kuntz et al. (2018)

Kuntz et al. (2018) ermittelten soziale Unterschiede im Gesundheitsverhalten in Deutschland lebender Kinder, Jugendlicher und junger Erwachsener anhand der Querschnittergebnisse aus der KiGGS Welle 2. Die KiGGS Welle 2 ist eine Erhebung des Robert Koch-Instituts (RKI) vom 2014 bis August 2017, die umfassende Daten dieser Zielgruppe in 167 Städten und Gemeinden erhob. Neben Befragungen wurden zum Teil auch körperliche Untersuchungen, Tests und Laboruntersuchungen durchgeführt. Die Autoren kamen zu folgendem Ergebnis:⁴⁴

„Im Kindes- und Jugendalter werden die Weichen für das Gesundheitsverhalten im späteren Leben gestellt. [...]. Die Ergebnisse aus KiGGS Welle 2 bestätigen, dass sich 3- bis 17-jährige Kinder und Jugendliche mit niedrigem sozioökonomischem Status (SES) häufiger als Gleichaltrige aus sozial bessergestellten Familien ungesund ernähren, seltener Sport treiben und häufiger übergewichtig oder adipös sind. [...]. Gesundheitsrelevante Verhaltensweisen spielen sowohl für die Entstehung als auch für den Verlauf von chronischen Krankheiten eine entscheidende Rolle. Wie die vorliegenden Ergebnisse aus KiGGS Welle 2 belegen, zeichnen sich bereits im Kindes- und Jugendalter soziale Unterschiede im Gesundheitsverhalten ab. [...] Angesichts dieser Zusammenhänge bedarf es umfassender struktureller Maßnahmen, um nicht nur das Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen insgesamt zu verbessern,

43 S. 320, <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/pdf/10.1055/a-1553-3202.pdf>.

44 Kuntz, Benjamin et al. (2018), Soziale Unterschiede im Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Querschnittergebnisse aus KiGGS Welle 2, S. 45, Journal of Health Monitoring · 2018 3(2) DOI 10.17886/RKI-GBE-2018-067 Robert Koch-Institut, Berlin, https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloads/Focus/JoHM_02_2018_Unterschiede_Gesundheitsverhalten_KiGGS-Welle2.pdf?blob=publicationFile.

sondern um gleichzeitig auch soziale Unterschiede im Gesundheitsverhalten der heranwachsenden Generation zu verringern.“⁴⁵

8. Lambeck (2019)

In der Stellungnahme der Einzelsachverständigen Dr. Andrea Lambeck vom Berufsverband Oecotrophologie e.V. in der öffentlichen Anhörung 24. Juni 2019 heißt es zu Hartz-IV-Sätzen wie folgt:

„Die Frage, ob die Hartz-IV-Sätze für eine gesunde Ernährung ausreichen, ist nicht eindeutig zu beantworten, wenngleich es hierzu schon diverse wissenschaftliche Arbeiten gibt. Die Aussage, dass „billige“ Nahrungsmittel per se schlechter seien und weniger wertvolle Mikronährstoffe enthalten, ist fachlich nicht korrekt! Es hat sich gezeigt, dass ein geringes Haushaltsbudget häufiger mit einer mangelnden hauswirtschaftlichen Kompetenz einhergeht. Mit entsprechender Kenntnis lässt sich sehr wohl mit wenig Geld eine ausgewogene Ernährung gestalten (saisonaler Einkauf, Vorratshaltung, Speiseplanung, Resteverwertung).“⁴⁶

9. Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband – Gesamtverband e. V (2020)

Der Deutsche Paritätische Wohlfahrtsverband – Gesamtverband e. V. erklärte 2020, Hartz-IV-Leistungen reichten nicht für eine empfohlene Ernährung und führte aus:

„Einem alleinstehenden ALG-II-Beziehenden stehen 2020 rechnerisch 150,60 Euro pro Monat für die Ernährung zur Verfügung. Dies entspricht etwa fünf Euro pro Tag für Essen und Trinken. Wohnen zwei Erwachsene zusammen, so reduziert sich die Summe pro Person um 10 Prozent. Kinder und Jugendliche erhalten noch weniger, nämlich je nach Alter zwischen 87 und 154 Euro.“⁴⁷

Der Wohlfahrtsverband berief sich dabei auf einen im Rahmen eines Forschungsprojekts erarbeiteten auf den DGE-Empfehlungen beruhenden Warenkorb zur Ernährung. Der Warenkorb war kostenminimal zusammengestellt und mit in Berlin ermittelten Preisen versehen (eine deutschlandweite Preisermittlung fand nicht statt):

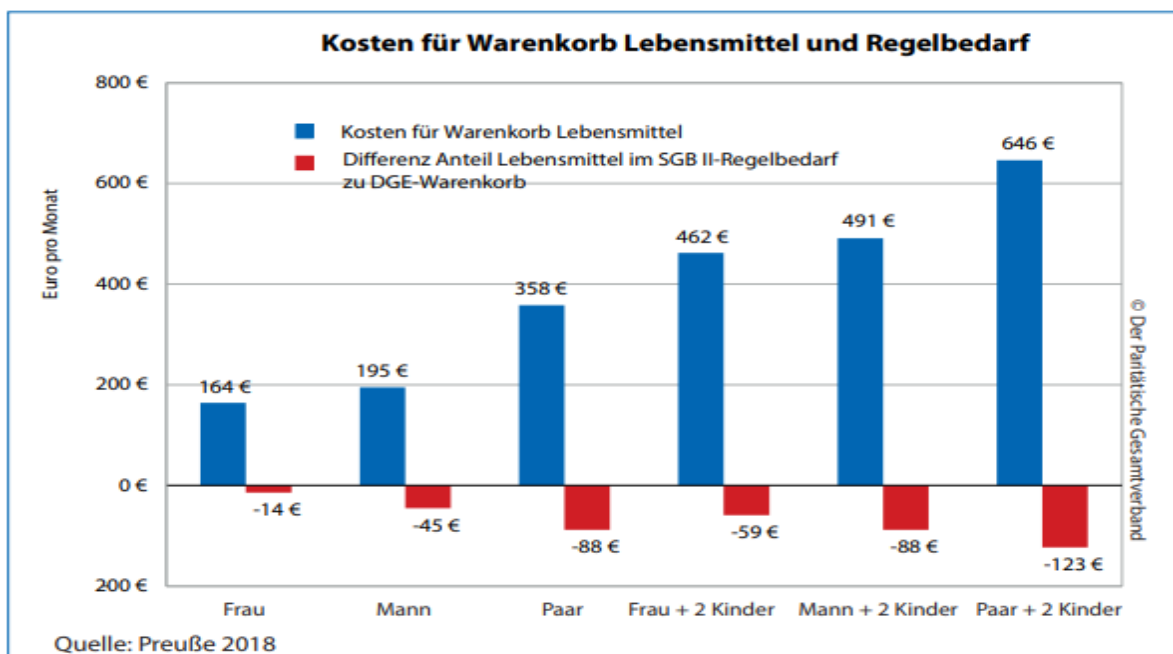
45 Kuntz, Benjamin et al. (2018), Soziale Unterschiede im Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Querschnittergebnisse aus KiGGS Welle 2, S. 55, Journal of Health Monitoring · 2018 3(2) DOI 10.17886/RKI-GBE-2018-067 Robert Koch-Institut, Berlin, https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloads/Focus/JoHM_02_2018_Unterschiede_Gesundheitsverhalten_KiGGS-Welle2.pdf?_blob=publicationFile.

46 https://www.bundestag.de/resource/blob/648084/595fc35b9cfc37dee740be529b465f9a/Stellungnahme_Lambeck-data.pdf.

47 Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband – Gesamtverband e. V. (2020), Arm, abgehängt, ausgegrenzt. Eine Untersuchung zu Mangellagen eines Leben mit Hartz IV., S. 9, https://www.der-paritaetische.de/fileadmin/user_upload/Publikationen/doc/expertise-armutsfest-bedarfsgerecht_2020_web.pdf.

„Im Ergebnis zeigt sich, dass über alle sechs Haushaltskonstellationen der Anteil im Regelbedarf für Ernährung nicht ausreicht, um den aufgestellten Warenkorb zu finanzieren. Eine Ernährung nach den empfohlenen Standards der DGE ist mit Hartz IV nicht möglich. Das Ausmaß der Unterdeckung unterscheidet sich je nach Geschlecht und Haushaltsgröße. Bei einer Frau beträgt die Differenz etwa 14 Euro pro Monat, bei einem Mann beläuft sich die Unterdeckung bereits auf 45 Euro pro Monat. Je größer der Haushalt wird, desto größer wird die Diskrepanz zwischen im Regelbedarf vorgesehenen Mitteln und den für die empfohlene Ernährungsweise notwendigen Ausgaben. Bei einem Paar mit zwei Kindern steigt die Diskrepanz bereits auf gewaltige 123 Euro pro Monat. Bei Kindern und Jugendlichen in Ganztageeinrichtungen mit Mittagsverpflegung kann sich die Unterdeckung durch das über das Bildungs- und Teilhabepaket finanzierte und bereitgestellte Mittagessen spürbar reduzieren – sofern es entsprechende Angebote gibt.“⁴⁸

Der folgenden Grafik könne die Kosten für einen Warenkorb Lebensmittel (blau) für Frauen, Männer, Paare, alleinerziehende Frau mit zwei Kindern, alleinerziehender Mann mit zwei Kindern und ein Paar mit zwei Kindern entnommen werden. Rot zeigt die Differenz zwischen Warenkorb und SGB-II Regelsatz für Lebensmittel:



48 Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband – Gesamtverband e. V. (2020), Arm, abgehängt, ausgegrenzt. Eine Untersuchung zu Mangelagen eines Leben mit Hartz IV., S. 11, https://www.der-paritaetische.de/fileadmin/user_upload/Publikationen/doc/expertise-armutsfest-bedarfsgerecht_2020_web.pdf.

49 S. 11, https://www.der-paritaetische.de/fileadmin/user_upload/Publikationen/doc/expertise-armutsfest-bedarfsgerecht_2020_web.pdf.

Eine weitere Initiative des Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverbands, die Aufklärungskampagne **Hartz-Facts**, die durch eine repräsentative **Meinungsumfrage von forsa** unterstützt wurde, kam zu folgendem Ergebnis:

„Im Durchschnitt haben die Befragten der forsa-Untersuchung eine Summe von 300 Euro pro Monat angegeben, die ein Erwachsener bräuchte, um sich gesund und ausgewogen zu ernähren. Die Diskrepanz zwischen dem, was gesellschaftlich als normal angesehen wird und dem zugestandenen Standard in der Grundsicherung ist gewaltig.“⁵⁰

10. Böll-Stiftung (2021)

Die Veröffentlichung der Böll-Stiftung vom 15. September 2021 mit dem Titel „Ernährungsarmut: Wer schlecht isst, ist nicht selber schuld“⁵¹ befasst sich mit der Frage, ob sich in einem reichen Land wie Deutschland alle Menschen ausreichend und gesund ernähren können und schlussfolgert, Einkommen, Bildung und Arbeit seien eng verknüpft mit dem Gesundheitszustand.⁵² Ferner heißt es dort:

„Armut ist ein Gesundheitsrisiko. Als armutsgefährdet gelten Personen, deren Einkommen weniger als 60 Prozent des nationalen Mittels beträgt. Im März 2020 lebten 6,48 Millionen Menschen in Deutschland von Arbeitslosengeld oder Hartz-IV-Leistungen, darunter rund 1,87 Millionen Kinder und Jugendliche. Für allein lebende Erwachsene betrug 2020 die monatliche Grundsicherung 432 Euro. Darin enthalten ist ein Budget für Lebensmittel von etwa 150 Euro im Monat, rund fünf Euro am Tag. Damit das reicht, kaufen Armutshaushalte häufig entweder weniger oder qualitativ schlechtere Lebensmittel ein.“⁵³

11. Kabisch et al. (2021)

Kabisch et al. (2021) beschäftigten sich mit der Erschwinglichkeit unterschiedlicher gesunder Ernährungsweisen in Deutschland und bewerteten die Lebensmittelpreise für sieben verschiedene Ernährungsmuster. Für alle Ernährungsweisen wird der gleiche Kaloriengehalt zugrunde gelegt.⁵⁴

Nicht übertragbare Krankheiten wie Adipositas, Typ-2-Diabetes, Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörung, Gicht und nichtalkoholische Fettlebererkrankung, die alle Teil des Metabolischen Syndroms seien oder mit diesem in Verbindung stünden, trügen zu schweren Langzeitkomplikationen und vorzeitigem Tod bei und verursachten Leiden, Behinderungen und enorme wirt-

50 S. 12, https://www.der-paritaetische.de/fileadmin/user_upload/Publikationen/doc/expertise-armutsfest-bedarfs-gerecht_2020_web.pdf.

51 <https://www.boell.de/de/2021/09/15/ernaehrungsarmut-wer-schlecht-isst-ist-nicht-selber-schuld>.

52 <https://www.boell.de/de/2021/09/15/ernaehrungsarmut-wer-schlecht-isst-ist-nicht-selber-schuld>.

53 <https://www.boell.de/de/2021/09/15/ernaehrungsarmut-wer-schlecht-isst-ist-nicht-selber-schuld>.

54 Kabisch et al. (2021), Affordability of Different Isocaloric Healthy Diets in Germany—An Assessment of Food Prices for Seven Distinct Food Patterns, *Nutrients* 2021, 13, 3037 ff., <https://www.mdpi.com/2072-6643/13/9/3037/htm>.

schaftliche Belastungen für das Gesundheitssystem und die Gesellschaft in der ganzen Welt. Angesichts einer Vielfalt an Ernährungsmöglichkeiten und des Fehlens einer einzigen idealen Ernährungsweise prüften die Autoren, ob sich Risikopatienten, von denen viele ein geringeres Einkommen hätten, diese Ernährungsweisen tatsächlich leisten könnten.

Hierzu wurden vierwöchige Ernährungspläne für eine typische Familie mit zwei Erwachsenen und zwei Schulkindern modelliert, die auf sieben verschiedenen Ernährungsmustern basierten. Verglichen wurden die stark verarbeitete Standard-omnivoren-Ernährung und die frisch gekochte Standard-omnivoren-Ernährung (beide mit durchschnittlicher deutscher Nahrungszusammensetzung) mit einer

- proteinarmen veganen Ernährung,
- fettarmen vegetarischen Ernährung,
- fettarmen omnivoren- Ernährung,
- mediterranen Ernährung und
- einer fettreichen moderaten Kohlenhydrat-Ernährung.

Die Ernährungsweisen alle mit dem gleichen Kaloriengehalt wurden anhand typischer Menüvarianten für alle Mahlzeiten entworfen. Die Zutaten wurden jeweils zu den günstigsten Preisen in 12 verschiedenen Supermarktketten ermittelt, wobei Bio-Lebensmittel, Sonderangebote, exotische Superfoods und Luxusartikel ausgeschlossen wurden.

Laut der Autoren seien trotz der relativ niedrigen Lebensmittelpreise in Deutschland (im Vergleich zu anderen europäischen Ländern) die Standardernährung und insbesondere gesunde Ernährung für Haushalte mit geringem Einkommen kaum erschwinglich. Die Autoren äußerten sich überrascht, dass keine der Ernährungsweisen einschließlich der deutschen Standardernährung und selbst der günstigsten Alternative (fettarme vegetarische Ernährung) mit einem Monatsbudget von 150 Euro pro Erwachsenen (ALG II) zu erreichen gewesen sei.

12. Geffert et al. (2021)

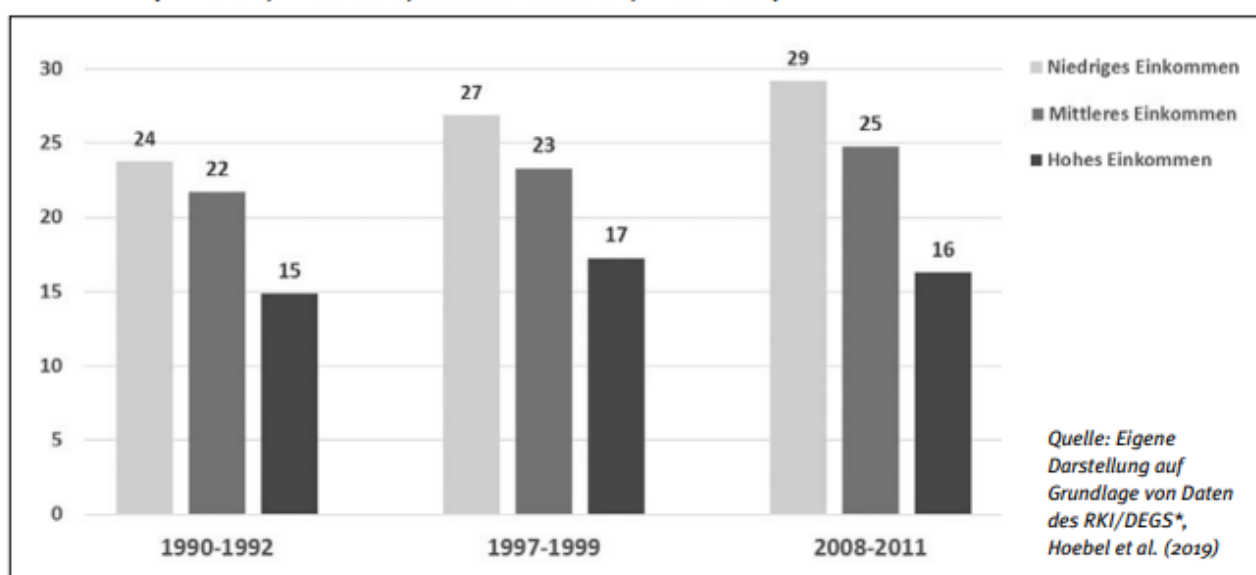
Laut Geffert et al. (2021) zeige der Food-EPI [Food Environment Policy Index]⁵⁵, eine internationale vergleichende Studie zur Ernährungsumgebung und deren Ursachen und Auswirkungen, dass die Ernährungspolitik in Deutschland verbessert werden müsse. Menschen aus Familien mit

55 „Der Food-EPI wurde durch das internationale Wissenschaftsnetzwerk INFORMAS7 entwickelt und wurde bereits in mehr als 40 Ländern angewandt.“ https://www.en.ibe.med.uni-muenchen.de/mitarbeiter/mitarbeiter/philipsborn1e/geffert_2021.pdf.

sozialer Benachteiligung ernährten sich ungesünder, weil sie aus verschiedenen Gründen nicht die Möglichkeiten hätten, ihr Konsum- und Ernährungsverhalten zu ändern.⁵⁶

In der folgenden Grafik, die auf einer Studie des Robert Koch-Instituts (RKI) beruht, veranschaulichen Geffert et al. (2021) die Entwicklung der **Adipositasprävalenz bei Menschen mit niedrigem, mittlerem und hohem Einkommen** für die Jahre 1990 – 1992, 1997 – 1999 und 2008 – 2011. Die Adipositasprävalenz ist umso höher je niedriger das Einkommen:

Abbildung 3: Adipositasprävalenz in Deutschland in Abhängigkeit vom Sozialstatus
(in Prozent, Erwachsene, altersstandardisiert, DEGS-Daten)



* DEGS: Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland. Robert Koch-Institut.
www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Studien/Degs/degs_node.html (abgerufen am 26.11.2021).

13. Foodwatch (2021)

Foodwatch Deutschland e.V. forderte in seiner Stellungnahme zur öffentlichen Anhörung zum Sozialschutzpaket III in Berlin am 22. Februar 2021:

„Perspektivisch muss der Finanzbedarf für Ernährung so berechnet werden, dass realistische, lokale Kosten für eine Umsetzung der Ernährungsempfehlungen der DGE zugrunde gelegt werden. Solange fundierte Berechnungen hierzu fehlen, ist eine Behelfslösung erforderlich.“⁵⁷

56 Geffert, Karin et al. (2021), Ernährungspolitik und soziale Ungleichheit hängen zusammen – Handlungsfelder der Politik, In: Soziale Sicherheit 12/2021, S. 434 ff, https://www.en.ibe.med.uni-muenchen.de/mitarbeiter/mitarbeiter/philipsborn1e/geffert_2021.pdf.

57 <https://www.bundestag.de/resource/blob/822758/5ee313c803e87f96d40aa284676dec34/19-11-935-SN-foodwatch-data.pdf>.

14. Armuts- und Reichtumsbericht der Bundesregierung (2021)

Der **Sechste Armuts- und Reichtumsbericht der Bundesregierung** vom 12. Mai 2021 weist auf eine Ungleichheit zwischen den Einkommensgruppen hin, die sich demnach auch in einem ungünstigen Ernährungsverhalten manifestiert:

„Die mittlere Lebenserwartung ab Geburt hat über die letzten 25 Jahre insgesamt und für alle untersuchten Einkommensgruppen zugenommen, es sind aber deutliche Unterschiede zwischen den Einkommensgruppen zu beobachten. Dies ist auch darauf zurückzuführen, dass in Deutschland nach wie vor Bürgerinnen und Bürger mit niedrigerem sozialem Status häufiger von chronischen Krankheiten und Beschwerden betroffen sind. Höhere gesundheitliche Risiken und Belastungen im Kindesalter manifestieren sich häufig in gesundheitlichen Einschränkungen in späteren Lebensjahren.

Im gesundheitsrelevanten Verhalten zeichnet sich ein ähnliches Bild ab. Internationale Studien sehen insbesondere im Tabakkonsum, in ungünstigem Ernährungsverhalten und Bewegungsmangel, in geringerer Bekanntheit und Nutzung von Möglichkeiten und Angeboten der Gesundheitsvorsorge sowie größeren Belastungen im Lebens- und Arbeitsumfeld wichtige Gründe für den Fortbestand dieser Ungleichheiten.“⁵⁸

15. Verbraucherzentrale (2022)

Die Verbraucherzentrale konstatiert:

„Der Hartz-IV-Satz für Lebensmittel liegt pro Tag bei etwa 5,20 Euro. Das reicht nicht für eine gesunde Ernährung. Mit dem neuen Bürgergeld werden zwar die Regelbedarfe um 53 Euro erhöht, doch damit wird die Ernährungsfrage für Leistungsbeziehende nicht leichter, denn 34,7 Prozent des Regelsatzes sind für Lebensmittel und Getränke vorgesehen, das sind gerade mal 174,18 Euro monatlich oder 5,81 Euro pro Tag.

Da die Lebensmittelpreise seit dem Sommer 2021 ansteigen und Handel und Ernährungsindustrie weitere Preissteigerungen angekündigt haben, sollte die Politik aus Sicht der Verbraucherzentralen dringend handeln. Immerhin 16 Prozent der Menschen in Deutschland gelten laut Paritätischem Wohlfahrtsverband als arm. Die Verbraucherzentralen fordern deshalb

- eine deutliche Anhebung der Hartz-IV-Regelsätze, so dass auch bei hohen Lebensmittelpreisen eine gesunde Ernährung möglich ist,
- Sonderzahlungen für Menschen mit niedrigem Einkommen, niedriger Rente und Bezieh:innen von Grundsicherung,
- die Anpassung der Berechnungsgrundlage des Bürgergeldes, so dass realistische, lokale Kosten für eine Umsetzung der DGE-Empfehlungen zugrunde gelegt werden,

58 S. LIII, https://www.armuts-und-reichtumsbericht.de/SharedDocs/Downloads/Berichte/sechster-armuts-reichtumsbericht.pdf;jsessionid=EAF4BCBD1FCC0DF2BD88D96B3C20770_7?__blob=publicationFile&v=6.

- eine Beitragsreduzierung für die Gemeinschaftsverpflegung in Kitas, Schulen, Hochschulen bzw. für Geringverdiener in Unternehmen, öffentlichem Dienst und sozialen Einrichtungen,
- Null-Mehrwertsteuer bei Obst, Gemüse und Hülsenfrüchten,
- eine Unterstützung der Einrichtungen, die Mahlzeiten für Obdachlose anbieten.⁵⁹

16. Hohoff et al. (2022)

Die einem Peer-Review unterzogene und vom Nationalen Qualitätszentrum für Ernährung in Kita und Schule (NQZ) zitierte Studie von Hohoff et al. (2022) befasst sich mit der Frage, ob eine vegetarische, vegane und omnivore Kinderernährung mit Hartz IV realisierbar sei.

Die Autoren konstatieren, eine pflanzliche Ernährung gewinne zunehmend an Bedeutung. Es stelle sich jedoch die Frage, ob eine solche Ernährung für sozial benachteiligte Familien in Deutschland bezahlbar sei. Die Autoren berechneten daher die Kosten einer vegetarischen, veganen und omnivoren Ernährung anhand von Daten aus dreitägigen Ernährungsprotokollen von 390 Teilnehmern im Alter von 6-18 Jahren der **Vegetarian and Vegan Children and Youth Study – VEChi-Youth-Studie** und verglichen sie mit den Regelsätzen des ALG-II für Lebensmittel. Sie kamen zu dem Ergebnis, dass der ALG-II-Regelsatz für Lebensmittel für die Ernährung von Kindern und Jugendlichen nicht ausreichend sei, unabhängig von der Ernährungsform und auch trotz zusätzlicher Zuschüsse für das Mittagessen in Schule und Kita. Dies gelte insbesondere für Jungen ab dem 10. Lebensjahr.⁶⁰

17. Aktuelle Äußerungen der Bundesregierung

Für die Bundesregierung hat sich das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) am 6. Oktober 2022 wie folgt geäußert:

„Durch die Ermittlung der Regelbedarfsstufen werden Menschen, die Leistungen der Mindestsicherungssysteme beziehen, den einkommensschwachen Haushalten, die diese Leistungen nicht beziehen, gleichgestellt. Dies gilt auch für die Ernährung. Der Gesetzgeber kann bei der Ermittlung der Regelbedarfe die Beziehenden von Mindestsicherungsleistungen nicht besserstellen als die als Vergleichsgröße dienenden Referenzhaushalte. Vor allem kann der Gesetzgeber in dem anzuwendenden Statistikmodell nicht bestimmen, welche über die statistisch nachgewiesenen durchschnittlichen Verbrauchsausgaben für Ernährung hinausgehenden Aufwendungen er für erforderlich oder sinnvoll hält. Soweit die Kindergrundsicherung angesprochen ist: Die konkrete Ausgestaltung der Kindergrundsicherung wird gegenwärtig in

59 Verbraucherzentrale (2022), Steigende Lebensmittelpreise: Fakten, Ursachen, Tipps, Stand: 15. November 2022, <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/lebensmittelproduktion/steigende-lebensmittelpreise-fakten-ursachen-tipps-71788>.

60 Hohoff, Eva et al. (2022), Lebensmittelkosten bei vegetarischer, veganer und omnivorer Kinderernährung: Ist eine nachhaltige Ernährung mit Hartz IV realisierbar?, <https://www.ernaehrungs-umschau.de/print-artikel/14-09-2022-lebensmittelkosten-bei-vegetarischer-veganer-und-omnivorer-kinderernaehrung-ist-eine-nachhaltige-ernaehrung-mit-hartz-iv-real/>.

einer interministeriellen Arbeitsgruppe besprochen. Die Abstimmungen hierzu sind noch nicht abgeschlossen. (...)

Das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) strebt eine bedarfsgerechte, ausgewogene und nachhaltige Ernährung für alle Bürgerinnen und Bürger an und orientiert sich dabei an den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE). Die DGE empfiehlt unter anderem, überwiegend pflanzliche Lebensmittel zu verzehren und rät zu frischen Lebensmitteln bzw. Lebensmitteln mit geringem Verarbeitungsgrad. Um es den Verbraucherinnen und Verbrauchern so einfach wie möglich zu machen, sich gesund und nachhaltig zu ernähren, verfolgt das BMEL einen ganzheitlichen Ansatz aus Verhaltens- und Verhältnisprävention, der auf die Gestaltung gesundheitsförderlicher und nachhaltiger Ernährungsumgebungen und die Stärkung der Ernährungskompetenz der Verbraucherinnen und Verbraucher abzielt. Im Rahmen der Erstellung der Ernährungsstrategie, die das BMEL federführend für die Bundesregierung bearbeitet, sollen armutsgefährdete Haushalte sowie Haushalte in Armut besonders berücksichtigt werden.

Eine gesunde Ernährung ist nicht allein von der Höhe des monatlich zur Verfügung stehenden Budgets abhängig, sondern auch davon, wie damit gewirtschaftet wird. Hierfür ist die Ernährungskompetenz entscheidend. Mit 1,6 Mio. Euro fördert das BMEL zum Beispiel ein Projekt der Universität Flensburg, das auf den Aufbau einer klimafreundlichen und gesundheitsförderlichen Ernährungsbildung, insbesondere bei vulnerablen und bildungsfernen Bevölkerungsschichten, abzielt. Hierzu werden innovative Lösungen entwickelt, wie vulnerable Bevölkerungsgruppen erreicht und zum selbstverantwortlichen Handeln aktiviert werden können.⁶¹

Im Weiteren erläutert das BMEL, es habe das Max Rubner-Institut (MRI) im Mai 2022 beauftragt, ein Konzept für ein verstetigtes nationales Ernährungsmonitoring zu erarbeiten. Dieses solle unter anderem ermöglichen, Ernährungstrends und Ernährungsdefizite in der Bevölkerung in Deutschland frühzeitig zu erkennen und die Wirkung von ernährungspolitischen Maßnahmen abzuschätzen.⁶²

Auf die schriftliche Frage der Abgeordneten Renate Künast antwortete die Parlamentarische Staatssekretärin beim BMEL Dr. Manuela Rottmann ergänzend:

„Aufgrund der aktuellen Wirtschaftssituation mit hohen Inflationsraten ist der Bundesregierung die prekäre Lage vieler Menschen in Deutschland sehr bewusst. Auch aus diesem Grund

61 Antwort der Bundesregierung auf die Kleine Anfrage der Abgeordneten Ina Latendorf, Dr. Gesine Löttsch, Dr. Dietmar Bartsch, weiterer Abgeordneter und der Fraktion DIE LINKE, Maßnahmen gegen Ernährungsarmut in Deutschland, BT-Drs. 20/3847 vom 6. Oktober 2022, <https://dserver.bundestag.de/btd/20/038/2003847.pdf>.

Diese Antwort der Bundesregierung wurde insbesondere für den ersten Teil der Antwort zu Frage 2 kritisiert. Das BMEL hat hierzu eine Richtigstellung in der Antwort auf die schriftliche Frage 94 der Abgeordneten Renate Künast in BT-Drs. 20/4209 vorgenommen, siehe <https://dserver.bundestag.de/btd/20/042/2004209.pdf>. Siehe hierzu auch die Antwort auf die schriftliche Frage der Abgeordneten Ina Latendorf in BT-Drs. 20/4852 (Vorabfassung) vom 09.12.2022, <https://dserver.bundestag.de/btd/20/048/2004852.pdf>.

62 S 5, <https://dserver.bundestag.de/btd/20/038/2003847.pdf>.

setzt sich die Bundesregierung im Rahmen der in der Erarbeitung befindlichen Ernährungsstrategie dafür ein, dass allen Bevölkerungsgruppen ein leichter und gerechter Zugang zu einer nachhaltigen und gesunden Ernährung ermöglicht wird.“⁶³

Vergleichbares äußerte auch die Parlamentarische Staatssekretärin Kerstin Griese aus dem Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales am 7. Dezember 2022. Sie fügte dem noch Folgendes hinzu:

„Was die Ermittlung der Regelbedarfe betrifft, so erfolgt diese gemäß § 28 des Zwölften Buches Sozialgesetzbuch (SGB XII) auf Basis der in der jeweiligen Einkommens- und Verbrauchsstichprobe ermittelten nachgewiesenen tatsächlichen Verbrauchsausgaben unterer Einkommensgruppen. Die Einkommens- und Verbrauchsstichprobe enthält jedoch keine Angaben darüber, inwieweit die ermittelten Verbrauchsausgaben auch Ausgaben für gesundheitsfördernde bzw. nachhaltige Produkte enthalten. Die Aufgabe der Regelbedarfsermittlung ist auch im Bereich Ernährung, dass existenzsichernde Leistungen beziehende Menschen so gestellt werden wie alle einkommensschwachen Haushalte. Dies gilt für die Regelbedarfe im Rahmen der Grundsicherung für Arbeitsuchende nach dem Zweiten Buch Sozialgesetzbuch sinngemäß, da diese die Regelbedarfssätze nach dem SGB XII zur Grundlage haben.“⁶⁴

* * *

63 <https://dserver.bundestag.de/btd/20/042/2004209.pdf>, Antwort auf Frage 94.

64 <https://dserver.bundestag.de/btd/20/048/2004852.pdf>, Antwort auf Frage 133 (Vorabfassung).