



© _jure/iStock/Getty Images Plus

Gesundheitsfördernd und nachhaltig verpflegen: Die neuen DGE-Qualitätsstandards

Änderungen und Neuerungen im Überblick

Theresa Stachelscheid

Mit den DGE-Qualitätsstandards steht Verpflegungsverantwortlichen in Kitas, Schulen, Betrieben, Kliniken, Senioreneinrichtungen und bei Anbietenden von „Essen auf Rädern“ seit rund zehn Jahren eine wissenschaftsbasierte Orientierungshilfe zur Gestaltung eines gesundheitsfördernden Verpflegungsangebots zur Verfügung. In einem partizipativen Prozess, in den VertreterInnen aus Wissenschaft, Politik, Wirtschaft und Praxis sowie MultiplikatorInnen eingebunden waren, wurden diese nun umfassend überarbeitet. Der Beitrag stellt zentrale Änderungen und Neuerungen vor.

Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit vereint

Deutlich stärker als zuvor stellen die neuen Qualitätsstandards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) das Potenzial der Gemeinschaftsverpflegung (GV) für den Klima- und Ressourcenschutz heraus. Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit dienen nun gleichermaßen als Maßstäbe für gute Verpflegungsqualität. Neben entsprechenden Hintergrundinformationen und Ergebnissen einschlägiger Forschungsprojekte wie KEEKS [1] oder NAHGAST [2] werden in Form von Kriterien auch zahlreiche konkrete Ansatzpunkte für nachhaltigeres Agieren im Verpflegungsalltag aufgezeigt. Beispiele sind

- der Einsatz ökologisch erzeugter Lebensmittel
- die Bevorzugung einheimischer Lebensmittel im Speiseplan oder
- der Bezug von Fleisch und Fisch aus artgerechter Tierhaltung bzw. bestandserhaltender Fischerei.

Die vier Ziele nachhaltiger Ernährung – Gesundheit, Umwelt, Tierwohl und Soziales –, die der Wissenschaftliche Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft in seinem 2020 veröffentlichten Gutachten [3] formuliert hat, fungieren dabei als Rahmen.

Grundlegende strukturelle Änderungen

Neben der stärkeren Einbindung von Aspekten der Nachhaltigkeit wurden auch Änderungen struktureller Art vorgenommen (♦ Übersicht 1).



Aus sieben werden fünf

Die vormals separaten DGE-Qualitätsstandards für Krankenhäuser und Rehabilitationskliniken sowie für „Essen auf Rädern“ und stationäre Senioreneinrichtungen sind zu jeweils einem Werk zusammengeführt worden.

Hintergrund dieser Entscheidung sind zum einen zahlreiche Parallelen in der Gestaltung der Verpflegung. So gelten z. B. die Kriterien zur optimalen Lebensmittelauswahl für die aufgeführten Verpflegungssettings gleichermaßen. Zudem war es ein Anliegen, Senioreneinrichtungen, die zusätzlich „Essen auf Rädern“ anbieten, alle relevanten Informationen und Kriterien in einem Werk zur Verfügung zu stellen und solche ohne ein entsprechendes Zusatzangebot dahingehend zu motivieren.

Zwei neue Kapitel

Neu hinzukommen sind die Kapitel 2 und 3. Das neue Kapitel 2 rückt den *Prozess der Qualitätsentwicklung* in den Fokus und beschreibt praxisnah, wie der DGE-Qualitätsstandard jede Einrichtung bzw. jeden Betrieb auf dem Weg zu mehr Verpflegungs-

qualität unterstützen kann. Es verdeutlicht, dort mit der Optimierung zu beginnen, wo jede/r Essensanbietende steht, sowie Schritt für Schritt vorzugehen und alle Beteiligten einzubeziehen. Aufgeführt werden dabei auch Aspekte, die zur Entwicklung und Sicherung von Verpflegungsqualität beitragen wie

- das Schnittstellenmanagement
- die Qualifikation des eingesetzten Personals
- eine externe Qualitätsüberprüfung.

Das neue Kapitel 3 beschreibt die *Grundlagen einer gesundheitsfördernden und nachhaltigen Verpflegung* und stellt Verpflegungsverantwortlichen damit relevantes Hintergrundwissen bereit. Neben einem Exkurs über das Potenzial der GV zur Einsparung von Treibhausgasemissionen finden PraktikerInnen Hintergrundinformationen zur optimalen Lebensmittelauswahl, die durch Tipps zur praktischen Umsetzung ergänzt werden. Zudem wird dargestellt, auf welcher Basis die lebensmittelbezogenen Kriterien (Lebensmittelqualitäten und -häufigkeiten sowie Orientierungswerte für Lebensmittelmengen) beruhen und wie diese auf Grundlage beispielhafter nährstoffoptimierter Speisepläne hergeleitet wurden.

Übs. 1: Strukturelle Neuerungen auf einen Blick

✓ 5 statt 7

Für jede der fünf GV-relevanten Lebenswelten – Kita, Schule, Betrieb, Klinik, Senioreneinrichtung einschließlich „Essen auf Rädern“ – liegt nun ein DGE-Qualitätsstandard vor. Krankenhäuser und Rehabilitationskliniken sowie Anbietende von „Essen auf Rädern“ und Senioreneinrichtungen greifen jetzt jeweils auf ein Werk zurück.

✓ 2 neue Kapitel

Wie Verpflegungsqualität kontinuierlich weiterentwickelt werden kann und welche Aspekte diesen Prozess unterstützen, beschreibt Kapitel 2. Hintergrundinformationen zur Nachhaltigkeit, zur optimalen Lebensmittelauswahl sowie die Herleitung der lebensmittelbezogenen Kriterien sind in Kapitel 3 aufgeführt.

✓ Leitsystem für mehr Lesefreundlichkeit

Verschiedene Symbole markieren spezifische Inhalte und verbessern dadurch die Auffindbarkeit. Tabellen und Grafiken lockern den Text auf und unterstützen dabei, Inhalte schneller zu erfassen bzw. näher zu erläutern.

✓ Literaturverzeichnis und Glossar ersetzen Fußnoten

Am Ende der DGE-Qualitätsstandards finden LeserInnen alle Literaturquellen; ein Glossar erklärt zentrale Begriffe.

✓ Weiterführende Informationen im Internet

Zu zahlreichen Themen bzw. Textstellen und Kriterien, die in den DGE-Qualitätsstandards entsprechend markiert sind, stehen auf den jeweiligen Internetseiten der Lebenswelten weiterführende Informationen zur Verfügung (Übersicht: → www.dge.de/wir-ueber-uns/projekte/in-form/).

Kriterien zur Gestaltung der Verpflegung: inhaltliche Neuerungen

Das Kapitel zur Gestaltung der Verpflegung (Kapitel 4) bildet auch weiterhin das Herzstück der DGE-Qualitätsstandards. Entsprechende Kriterien und Informationen sind nun entlang der fünf Schritte der Prozesskette eines (Groß-) Küchenbetriebs aufgeführt (♦ Abbildung 1).



Abb. 1: Prozesskette der Verpflegung

Die bekannten Kriterien zur optimalen Auswahl von Lebensmitteln und zu deren Einsatzhäufigkeiten wurden dem Prozessschritt Planung zugeordnet und in Teilen auf Basis neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse sowie von Rückmeldungen aus der Praxis angepasst und zum Teil ergänzt. Für bereits DGE-zertifizierte Betriebe gibt es eine 1-jährige Umstellungsfrist und es werden Arbeitshilfen zur Verfügung gestellt (♦ Kasten auf S. M227).



Auf einen Blick

Um PraktikerInnen die Handhabe im Küchenalltag zu erleichtern, sind die vormals separaten Tabellen zur *optimalen Lebensmittelauswahl* und zu den *Einsatzhäufigkeiten* einzelner Lebensmittel/-gruppen über einen definierten Verpflegungszeitraum in einer Tabelle zusammengeführt und um *Orientierungswerte für Lebensmittelmengen* ergänzt worden.

In den Lebenswelten Kita, Schule und Betrieb wurden auf Wunsch aus der Praxis die bestehenden Kriterien zur Gestaltung der Mittagsverpflegung zudem um solche für das *Frühstück* und die *Zwischenverpflegung* erweitert. Diese sind nun jeweils in einer weiteren Tabelle zu finden.

Kriterien für eine ovo-lacto-vegetarische Kost

Neben Kriterien für Lebensmittelhäufigkeiten zur Planung einer Mischkost enthalten die genannten Tabellen nun auch solche für die Gestaltung eines *ovo-lacto-vegetarischen Angebots*. Diese hatte die DGE bereits im Jahr 2018 als Reaktion auf die gestiegene Nachfrage nach vegetarischen Gerichten in der Gemeinschaftsverpflegung aufgestellt. Die Kriterien sollen PraktikerInnen dabei unterstützen, ein ovo-lacto-vegetarisches Angebot zu gestalten, das der Nährstoffzusammensetzung des Mischkost-Angebots so nah wie möglich kommt.

Neuerungen in der optimalen Lebensmittelauswahl

Getreide, Getreideprodukte, Kartoffeln

In der Lebensmittelgruppe Getreide, Getreideprodukte, Kartoffeln wurde das *Pseudogetreide* in die optimale Auswahl aufgenommen. Als nährstoffreiche Lebensmittel erweitern damit Buchweizen, Amaranth & Co. die Angebotsvielfalt und sorgen so für noch mehr Abwechslung.

Milch und Milchprodukte

Bei Milch und Milchprodukten besteht in einigen Fällen *mehr Spielraum im Hinblick auf den Fettgehalt*: So zählen nun Milch, Joghurt, Butter- und Dickmilch sowie Kefir mit bis zu 3,8 % Fett zur optimalen Auswahl. Dies erleichtert den Bezug entsprechender Produkte in Bioqualität sowie aus regionaler Erzeugung, da diese häufig nicht in fettreduzierter Variante für die Gemeinschaftsverpflegung erhältlich sind.

Neuerungen bei den Einsatzhäufigkeiten bestimmter Lebensmittel

Hülsenfrüchte

Erstmals sind *Häufigkeiten für den Einsatz von Hülsenfrüchten* definiert worden, womit ihre Bedeutung für eine gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung stärker herausgestellt wird. Der Lebensmittelgruppe Gemüse zugehörig, zeichnen sich insbesondere getrocknete Hülsenfrüchte durch ihren vergleichsweise hohen Gehalt an Protein aus und bieten sich damit nicht zuletzt als gute Fleischalternative an.

Nüsse und Ölsaaten

Auch für Nüsse und Ölsaaten, die zur Lebensmittelgruppe Obst zählen, wurden – mit Ausnahme der Lebenswelt Kita – *erstmalig feste Einsatzhäufigkeiten* aufgestellt. Nüsse und Ölsaaten zeichnen sich u. a. durch hohe Gehalte an einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren, Protein sowie Mineralstoffen aus und spielen im Rahmen einer pflanzenbetonten Ernährung ebenfalls eine wichtige Rolle.

Fleisch und Wurst

In den Lebenswelten Kita und Schule wurden die Einsatzhäufigkeiten von Fleisch und Wurst in der Mittagsverpflegung von jeweils maximal 2 × auf 1 × in fünf Verpflegungstagen reduziert. Niedriger liegen damit auch die entsprechenden Orientierungswerte für die Lebensmittelmengen. Hintergrund ist die bei der Berechnung der nährstoffoptimierten Speisepläne erfolgte Begrenzung der Proteinzufuhr auf das 2,5-fache des entsprechenden Referenzwerts. Diese erfolgte auf Basis von Studien, die eine Verbindung zwischen einer erhöhten Proteinzufuhr im Kindes- und Jugendalter und verschiedenen nachteiligen Folgen für die Gesundheit aufzeigen [4]. Um diese Grenze einzuhalten, wurden insbesondere die Mengen von Fleisch und Wurst als Proteinquellen verringert, da ein bestimmter Anteil an Milch und Milchprodukten als weitere proteinreiche Lebensmittel für eine ausreichende Calcium-Zufuhr erforderlich ist. Eine Reduktion der Fleischzufuhr ist zudem aus ökologischer Sicht wünschenswert, da die Erzeugung von Fleisch im Vergleich zu pflanzlichen Lebensmitteln hohe Treibhausgasemissionen verursacht und deutlich ressourcenintensiver ist. In den Lebenswelten Betrieb, Klinik und Senioreneinrichtung einschließlich „Essen auf Rädern“ sind die Häufigkeiten für den Einsatz von Fleisch und Wurst in der Mittagsverpflegung geblieben: In Betrieben bei maximal 2 × in fünf Verpflegungstagen, in den Care-Lebenswelten bei maximal 3 × in sieben Verpflegungstagen. Die kalkulierten Mengen wurden jedoch leicht reduziert.

Fisch

Beim Einsatz von Fisch ist die *bisherige Minimalanforderung* („mindestens“) entfallen, die verbunden war mit der Aussage, Fisch noch häufiger anbieten zu können. Zudem wurde die ursprüngliche Forderung zum Einsatz fettreichen Seefischs nun um fettreichen Süßwasserfisch erweitert. Hintergrund ist, dass *auch einige Süßwasserfische* wie Forelle oder Karpfen gute Lieferanten langkettiger mehrfach unge-



sättigter Fettsäuren sind. Zudem ermöglicht es, regionale Fischbestände stärker einzubeziehen, um Seefischbestände zu schonen.

Fazit

Die DGE-Qualitätsstandards bieten einen sicheren Handlungsrahmen mit Gestaltungsspielraum für die Gemeinschaftsverpflegung, sie

- unterstützen wissenschaftlich fundiert und gleichzeitig praxisorientiert bei der Gestaltung eines Verpflegungsangebots, das den Maßstäben Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit folgt

Neue aufgelegte DGE-Qualitätsstandards – was bedeutet das für DGE-zertifizierte Betriebe?

Bereits seit 1996 können sich Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung für ihr ernährungsphysiologisch ausgewogenes Angebot von der DGE zertifizieren lassen. Mit der Veröffentlichung des ersten DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung im Jahr 2007 wurden diese jeweils in der aktuellen Version die fachliche Basis der Zertifizierung. Das bedingt zwangsläufig, dass Prüfkriterien immer wieder angepasst und aktualisiert werden und Betriebe sich immer wieder neuen Anforderungen stellen müssen.

Daher war und ist es seit jeher geübte Praxis, dass bereits zertifizierte Betriebe eine *Übergangsfrist von einem Jahr* haben, um sich mit neuen Anforderungen vertraut zu machen und diese in den Arbeitsablauf zu integrieren. So wurden ab Anfang Dezember 2020 alle zertifizierten Betriebe mit dem Erscheinen der überarbeiteten DGE-Qualitätsstandards über die Veränderungen sowie die Übergangsfrist informiert.

Als Arbeitshilfe zur Umsetzung der Zertifizierungskriterien gibt es zudem seit mehreren Jahren sogenannte „Leitfäden zur DGE-Zertifizierung“. Diese werden derzeit aktualisiert und nach der Fertigstellung allen zertifizierten Betrieben unaufgefordert zur Verfügung gestellt. Diese Informationen erhalten auch alle interessierten Betriebe/Einrichtungen in Form eines Informations-Pakets. In den Leitfäden wird dezidiert erläutert, welche Kriterien im Audit geprüft werden und wie deren Umsetzung nachgewiesen werden kann. Zudem werden unter www.dge.de >Startseite>Gemeinschaftsverpflegung>Zertifizierungen>FAQs die häufigsten Fragen kurz und prägnant beantwortet und regelmäßig aktualisiert. Für individuelle Fragestellungen steht die E-Mail zertifizierung@dge.de zur Verfügung.

Esther Schnur, Dipl. Oecotroph.

*Referat Gemeinschaftsverpflegung und Qualitätssicherung
DGE e. V.*

- sind damit eine Orientierungshilfe für all jene, denen eine gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung ihrer Tischgäste am Herzen liegt
- beschreiben eine optimale Verpflegungssituation, der sich jede Einrichtung Schritt für Schritt und im eigenen Tempo nähern kann. Damit fungieren sie als ein Instrument zur Qualitätsentwicklung
- sorgen dafür, dass Tischgästen von Jung bis Alt eine gesundheitsfördernde und nachhaltige Speiseauswahl ermöglicht wird
- tragen als Maßnahme der Verhaltensprävention zur Schaffung fairer Ernährungsumgebungen bei.

Theresa Stachelscheid M.Sc. Public Health Nutrition
Referat Gemeinschaftsverpflegung und Qualitätssicherung
Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.
Godesberger Allee 18
53175 Bonn

Zitierweise

Stachelscheid T: Gesundheitsfördernd und nachhaltig verpflegen: Die neuen DGE-Qualitätsstandards. Änderungen und Neuerungen im Überblick. Ernährungs Umschau 2021; 68(4): M224–7.

Literatur

1. KEEKS – Klima- und energieeffiziente Küchen in Schulen: www.keeks-projekt.de/ (last accessed on 22 February 2021).
2. NAHGAST – Nachhaltigkeit in der Außer-Haus-Gastronomie: www.nahgast.de/ (last accessed on 22 February 2021).
3. Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) beim BMEL: Politik für eine nachhaltigere Ernährung. Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten. Gutachten, Berlin Juni 2020. www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.html (last accessed on 22 February 2021).
4. Referat Wissenschaft der DGE: Proteinzufuhr bei Kindern und Jugendlichen – Zwischen Bedarf, Verzehrgewohnheiten und ökologischer Nachhaltigkeit. DGEwissen 2020; November: 112–7. DGEwissen 2020; November: 112–7.