

Schulessen als Schlüssel zu Gesundheit und Chancengleichheit

Wer in der Schule gut essen kann, lernt besser und bleibt gesünder. Das gilt besonders für Kinder, die zu Hause weniger Zugang zu ausgewogenen Mahlzeiten haben. Bremen hat 2018 ein Modellprojekt für gesundes Schulessen gestartet. Was daraus geworden ist, hat das Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie - BIPS untersucht.

Kinder sollten schon früh vielfältige Geschmäcker, gesunde Zubereitungsarten und ausgewogene Mahlzeiten kennenlernen. In der Realität aber essen viele von ihnen zu oft hochverarbeitete Lebensmittel – auf dem Heimweg beim Imbiss, als Fertigessen aus dem Supermarkt oder per Lieferdienst. Was auf den Tisch kommt, prägt Gewohnheiten fürs Leben. Übergewicht und andere Folgeerkrankungen können das Ergebnis sein. Laut der KiGGS-Studie des Robert Koch-Instituts sind 15,4 Prozent der Drei- bis 17-Jährigen von Übergewicht betroffen, 5,9 Prozent haben eine Adipositas, jedes siebte Kind im Land.

„Vielfältige Speisen und gute Ernährung lernen viele Kinder nicht zu Hause, sie brauchen dafür andere Erfahrungsräume. Kita und Schule sind genau das“, erklärt PD Dr. Antje Hebestreit, Fachgruppenleiterin Verhalten und Gesundheit am BIPS. Sie fügt an: „Kinder verbringen täglich viele Stunden in der Schule. Was dort auf den Tisch kommt, trägt maßgeblich dazu bei, ob Kinder lernen, gesund zu essen. Es ist einer der wichtigsten Hebel, die wir haben.“

Erste systematische Untersuchung des Schulessens in Bremen

Hebestreit arbeitet seit Jahren daran, genau diesen Hebel zu verstehen. Seit Oktober 2024 leitet sie das Projekt GENAU – Gesunde und nachhaltige Gemeinschaftsverpflegung in Bremer Schulen. Es ist die erste systematische Untersuchung des Schulessens in Bremen: Was landet wirklich auf dem Teller? Wie viel davon entspricht dem, was die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) für die Schulmahlzeit empfiehlt?

Hintergrund ist ein politisches Vorhaben, das Bremen vor Jahren ambitioniert anging. Im Februar 2018 beschloss der Bremer Senat den sogenannten Aktionsplan 2025 für die Stadt Bremen. Ein stufenweises Programm, das die gesamte öffentliche Gemeinschaftsverpflegung der Stadt auf hohe Qualitätsstandards und schrittweise auf bis zu hundert Prozent Bioprodukte heben sollte. Bremen war damit die erste deutsche Stadt mit einem solchen Beschluss.

Nun, da der Aktionsplan formal ausläuft, stellt sich die entscheidende Frage: Was wurde daraus? Das BIPS versucht mit GENAU diese Frage zu beantworten. Das GENAU-Projekt, gefördert durch die Senatorin für Umwelt, Klima und Wissenschaft, prüft und bewertet die Speisepläne und die Zusammensetzung der Mittagsmahlzeiten weiterführender Schulen anhand der Qualitätsstandards der DGE und ermittelt den Anteil ökologisch erzeugter Lebensmittel. Ergänzend finanziert das BIPS ein Vorhaben, das sich mit der Akzeptanz und Umsetzung befasst und von PD Dr. Sarah Forberger geleitet wird. Es untersucht die strukturellen Bedingungen des Schulessens: Was sagen Schülerinnen und Schüler, Schulleitungen, Caterer und Behörden dazu? Was läuft gut, was nicht?

Die Haupterhebungswelle fand im November und Dezember 2025 statt – bewusst zum Zeitpunkt des

Aktionsplan-Endes. Das Ergebnis ist durchwachsen: „Im Schnitt erfüllten die Speiseanbietenden im Land Bremen bei der Mischkostlinie 57 Prozent der bewerteten DGE-Häufigkeitskriterien, bei der vegetarischen Linie 62 Prozent. Das ist mehr als die Hälfte, aber eben auch deutlich weniger als das, was möglich wäre“, sagt Dr. Maike Wolters, Koordinatorin der Studie am BIPS. Besonders schwierig sei die Umsetzung beim fettreichen Fisch, bei Vollkornprodukten und bei Nüssen oder Ölsaaten.

Hoher Bioanteil

Beim Bioanteil zeigt sich ein positives Ergebnis: In der Stadt Bremen, in der der Aktionsplan 2025 galt, lag der durchschnittliche Anteil ökologisch erzeugter Lebensmittel an der verwendeten Menge bei 65 Prozent. In Bremerhaven, das dem Aktionsplan 2025 nicht unterlag, liegt er dagegen bei sieben Prozent. Wolters betont, die Zahlen zur Einhaltung der Qualitätskriterien wie auch zum Anteil ökologisch erzeugter Lebensmittel seien mit Vorsicht zu interpretieren, weil nicht alle Anbieter vollständige Daten liefern konnten. „Aber die Richtung ist eindeutig.“

Elf von zwölf Speiseanbietenden, die im Land Bremen weiterführende, öffentliche Schulen versorgen, beteiligten sich an der Erhebung. Eine bemerkenswert hohe Beteiligungsquote, die zeigt, dass das Projekt von den Anbietenden und der Schulbehörde ernst genommen wird. „Dass das Umwelt- und Wissenschaftsressort und die Schulbehörde dabei ressortübergreifend so gut zusammenarbeiten, ist in Deutschland alles andere als selbstverständlich“, lobt Hebestreit und wertet das als ermutigendes Signal: „Nur wenn Schulen, Caterer und Behörden an einem Strang ziehen, kommen wir ans Ziel. Bremen zeigt, dass das möglich ist.“

Was noch kommt

GENAU ist noch nicht abgeschlossen. Die dritte Erhebungswelle läuft derzeit. Sie soll zeigen, wie sich die Lage ein halbes Jahr nach Ende des Aktionsplans entwickelt hat. Zudem werden die Daten aus beiden Teilprojekten zusammengeführt. Damit kann die Frage beantwortet werden, ob und warum Schülerschaft, Lehrkräfte und Speiseanbietende das Essen und die Vorgaben akzeptieren, denn ohne Akzeptanz bei Behörden, Schulen und Speiseanbietenden bleibt auch das beste Schulessen liegen. Zudem berechnet das Team die durch die Umstellung entstandenen Modellkosten und Klimafolgekosten: Was würde es kosten, auf bio-regionale (oder ökologische) Produkte umzustellen? Und welche Hürden stehen dem im Weg? „Was wir hier sehen, ist kein Bremer Sonderproblem“, sagt Hebestreit. „Die Frage, wie wir Schulessen in Deutschland wirklich gut machen, ist eine nationale Frage. Bremen ist gerade nur das Labor.“

Der Abschlussbericht des Senats zur Umsetzung des Aktionsplans 2025 findet sich [hier](#).

Das BIPS - Gesundheitsforschung im Dienste des Menschen

Die Bevölkerung steht im Zentrum unserer Forschung. Als epidemiologisches Forschungsinstitut sehen wir unsere Aufgabe darin, Ursachen für Gesundheitsstörungen zu erkennen und neue Konzepte zur Vorbeugung von Krankheiten zu entwickeln. Unsere Forschung liefert Grundlagen für gesellschaftliche Entscheidungen. Sie informiert die Bevölkerung über Gesundheitsrisiken und trägt zu einer gesunden Lebensumwelt bei.

Das BIPS ist Mitglied der Leibniz-Gemeinschaft, zu der 96 selbstständige Forschungseinrichtungen gehören. Die Ausrichtung der Leibniz-Institute reicht von den Natur-, Ingenieur- und Umweltwissenschaften über die Wirtschafts-, Raum- und Sozialwissenschaften bis zu den Geisteswissenschaften. Leibniz-Institute widmen sich gesellschaftlich, ökonomisch und ökologisch relevanten Fragen. Aufgrund ihrer gesamtstaatlichen Bedeutung fördern Bund und Länder die Institute der Leibniz-Gemeinschaft gemeinsam. Die Leibniz-Institute beschäftigen rund 20.000

Personen, darunter 10.000 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler.