

Zucker-, Salz-, Fett- und Energiegehalte in Fertigprodukten

Produktmonitoring 2020 - Hintergrund

Mit dem Bericht „Produktmonitoring 2020“ veröffentlicht das Max Rubner-Institut aktuelle Ergebnisse zu Energie- und Nährstoffgehalten in Fertiglebensmitteln. Seit 2016 wurden im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft im Rahmen der Nationalen Reduktions- und Innovationsstrategie für Zucker, Fette und Salz in Fertigprodukten Basiserhebungen für über zwanzig Produktgruppen und in unterschiedlichen Zeitabständen Folgeerhebungen für bisher neun weitere Produktgruppen durchgeführt. Nun liegen Ergebnisse für die Gehalte an Energie, Zucker, Fett, gesättigten Fettsäuren und Salz von Produkten aus den Produktgruppen Brot und Kleingebäck, Wurstwaren, weitere Fleischerzeugnisse und Riegel (z. B. Müsliriegel, Fruchtschnitten) vor. Für die sogenannten Quetschprodukte und Kinderfertig Mahlzeiten wurden zudem Basiserhebungen durchgeführt. Insgesamt wurden im Rahmen des Produktmonitorings 2020 fast 5.000 Produkte untersucht.

Es werden Ergebnisse jeweils für die Breite des auf dem Markt erhältlichen Produktspektrums sowie für die marktrelevanten Produkte dargestellt. Das Produktspektrum enthält auch Produkte mit geringem Marktanteil oder solche, die neu auf den Markt gekommen sind. Die Auswertungen zur Marktrelevanz hingegen umfassen die Produkte, die von den Verbrauchern besonders häufig gekauft werden. Außerdem wird erstmals für die marktrelevanten Produkte auch der gewichtete arithmetische Mittelwert berechnet. Dabei wird der Energie- bzw. Nährstoffgehalt jedes einzelnen Produkts mit dem jeweiligen Anteil der eingekauften Menge gewichtet. Dies gibt Hinweise auf die Energie- und Nährstoffgehalte, die über diese Fertigprodukte in den Haushalten landen. Grundlage für die Einschätzung der Marktrelevanz der Produkte ist das repräsentative Haushaltspanel der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK).

Im Bericht werden die mittleren Gehalte an Energie, Zucker, Fett, gesättigten Fettsäuren und Salz, die Minimal- und Maximalwerte sowie die Quartile (25. und 75. Perzentil) tabellarisch dargestellt. Die Verteilung der beobachteten Gehalte wird zusätzlich mithilfe von Boxplots visualisiert. Zum Verständnis: Das 50. Perzentil stellt den Median dar, der in der Mitte des nach der Größe der Zahlenwerte sortierten Datensatzes liegt. Das 25. und das 75. Perzentil beschreiben die Werte, die das obere und das untere Viertel (Quartil) des Zahlensatzes markieren. Im Unterschied zum arithmetischen Mittelwert wird der Median nicht von Extremwerten im minimalen oder maximalen Bereich beeinflusst.

Ergebnisse

Bei verpacktem Brot und Kleingebäck sind im Vergleich zur Basiserhebung signifikante Salzreduktionen bei mehreren Produktuntergruppen zu beobachten. Die Reduktionen betreffen auch Produktuntergruppen, die von Verbrauchern häufig und in großen Mengen gekauft werden, zum Beispiel Toastbrot mit einer Salzreduktion von über acht Prozent. Vollkornprodukte sind überwiegend salzärmer als die vergleichbaren Produkte aus Auszugsmehl.

Bei den Riegeln zeigt sich bei den verkaufsstarken Müsliriegeln mit Schokolade eine signifikante Verringerung von Zucker im Vergleich zur Basiserhebung 2016 um rund elf Prozent. Allerdings weisen die Ergebnisse auch darauf hin, dass die Verbraucher hier bei den marktrelevanten

Produkten eher die ernährungsphysiologisch ungünstigeren energie-, fett- und zuckerreicheren Varianten wählen.

Bei den verpackten Wurstwaren und weiteren Fleischerzeugnissen wurden aufgrund der riesigen auf dem Markt angebotenen Palette ausschließlich die verkaufstärksten Produkte untersucht. Bei dieser Auswahl gab es wenige signifikante Reduktionen der Gehalte an Energie, Salz, Fett und gesättigten Fettsäuren im Vergleich zur Basiserhebung. Grundsätzlich gehören Snack-Salamis zu den energie-, fett- und salzreichsten Produktuntergruppen, Schinkenprodukte zu den energie- und fettärmsten.

Die Basiserhebung der Quetschprodukte zeigt, dass sich diese von ihrer Aufmachung her fast ausschließlich an Kinder richten. Quetschprodukte sind pürierte Lebensmittel in Kunststoffbeuteln, häufig auf Basis von Obst, die über eine Saugtülle zum Verzehr direkt in den Mund gedrückt werden können. Von den Haushalten werden Produkte, die nur aus Früchten bestehen, am häufigsten und in den größten Mengen gekauft. Die Spannweiten der Zuckergehalte sind, auch bei den Produktuntergruppen, die ausschließlich oder überwiegend aus Früchten bestehen, teilweise groß. Bei diesen Produkten liegen die Zuckergehalte je nach Sorte bei 6,5 bis 16,7 Gramm pro 100 Gramm Produkt.

Die Kinderfertigmahlzeiten stellen eine relativ kleine Produktgruppe dar, in der alle Nährwerte den gesetzlichen Vorgaben der Diätverordnung entsprechen und insgesamt unauffällig sind.

Mit den Quetschprodukten, den Kinderfertigmahlzeiten und den Produkten mit Kinderoptik aus den anderen Produktgruppen, die im Bericht separat ausgewiesen sind, liegt ein Fokus des Produktmonitorings erneut auf der besonders sensiblen Gruppe der Kinder. Insgesamt zeigt sich bei den Produkten mit Kinderoptik in den anderen untersuchten Produktgruppen, dass diese gegenüber vergleichbaren Produkten ohne Kinderoptik überwiegend geringere Energie- und Nährstoffgehalte aufweisen oder zumindest im gleichen Bereich liegen.

Die Gegenüberstellung der Energie- und Nährstoffgehalte der untersuchten Fertigprodukte der Basiserhebung und der nun veröffentlichten Folgerhebung 2020 zeigt, dass sich einige der in früheren Erhebungsjahren gemachten Beobachtungen fortsetzen: So dehnt sich das Marktangebot teilweise hin zu Produkten mit niedrigeren Gehalten aus und es konnten zum Teil signifikante Verringerungen gegenüber der Basiserhebung festgestellt werden. Dennoch sind weiterhin Produkte in den oberen Bereichen der Energie- und Nährstoffgehalte auf dem Markt. Das kann ein Hinweis darauf sein, dass Reduktionen weniger bei auf dem Markt etablierten Produkten stattfinden, sondern eher das Sortiment um Produkte mit geringeren Gehalten an Energie, Fett, Zucker oder Salz erweitert wird.

Weitere Informationen

[Produktmonitoring 2020 – Ergebnisbericht](#) (pdf)