

Zucker, Salz, Fett und Energie

Zahlen und Fakten zum Produktmonitoring 2022

Mit dem Bericht „Produktmonitoring 2022“ veröffentlicht das Max Rubner-Institut aktuelle Ergebnisse zu Energie- und Nährstoffgehalten in Fertiglernsmitteln. Für Joghurtzubereitungen, gesüßte Quarkzubereitungen, trinkbare Milchnischerzeugnisse, Erfrischungsgetränke, Frühstückscerealien, Suppen, Eintöpfe und Instantsuppen und Instantgerichte liegen damit Auswertungen zu den Gehalten an Energie, Zucker, Fett, gesättigten Fettsäuren und Salz vor. Insgesamt wurden fast 7.000 Produkte untersucht. Bei Joghurtzubereitungen, gesüßten Quarkzubereitungen, Erfrischungsgetränken und Frühstückscerealien handelt es sich bereits um die zweite Folgeerhebung, sodass die Energie- und Nährstoffgehalte über drei Zeitpunkte verglichen werden können.

Die Ergebnisse werden jeweils für ein breites Spektrum der am Markt erhältlichen Produkte dargestellt. Dies zielt darauf ab, möglichst viele Produkte einzuschließen und berücksichtigt auch Produkte mit geringem Marktanteil oder solche, die neu auf den Markt gekommen sind. Für die Gruppe der Erfrischungsgetränke wird auch der absatzgewichtete Zuckergehalt betrachtet.

Im Bericht werden die mittleren Gehalte an Energie- und Nährstoffgehalten, die Minimal- und Maximalwerte sowie weitere statistische Kenngrößen dargestellt. Neben den aktuellen Daten werden auch Veränderungen von der Basis- zur ersten bzw. zweiten Folgeerhebung beschrieben.

Ergebnisse

Ein Fokus des Produktmonitorings liegt erneut auf der besonders sensiblen Gruppe der Kinder. Mit Ausnahme von Eintöpfen sowie Instantsuppen und -gerichten wurden in allen Produktgruppen Produkte mit Kinderoptik identifiziert. Im Ergebnis haben Produkte mit Kinderoptik gegenüber vergleichbaren Produkten ohne Kinderoptik überwiegend ähnliche oder geringere Energie-, Fett-, Zucker- und Salzgehalte. So enthalten etwa Quarkzubereitungen mit Kinderoptik geringere Energie-, Fett und Zuckergehalte als vergleichbare Quarkzubereitungen ohne Kinderoptik. Bei wenigen Produktuntergruppen, etwa Flakes mit Kinderoptik, zeigen sich höhere Zuckergehalte gegenüber Produkten ohne Kinderoptik. Im Vergleich zu den vorherigen Erhebungsjahren sind 2022 bei Frühstückscerealien, Joghurt und Quark mit Kinderoptik Verringerungen des Zuckergehalts erkennbar. Bei regulären Erfrischungsgetränken mit Kinderoptik ist 2022 hingegen ein statistisch signifikanter Anstieg des Zuckergehaltes im Vergleich zur Erhebung 2019 feststellbar.

Auf Ebene der Gesamtstichproben kann für Joghurt, Quark und Frühstückscerealien seit der Basiserhebung 2016 eine kontinuierliche Reduktion des Zuckergehaltes beobachtet werden. Bei Frühstückscerealien ist der Zuckergehalt im Vergleich zur Erhebung 2016 um rund 20 Prozent gesunken. Bei Joghurt und Quark waren darüber hinaus auch die Energiegehalte

um rund acht bzw. elf Prozent reduziert. Auch trinkbare Milchmischerzeugnisse, für die die erste Folgerhebung vorliegt, enthalten signifikant weniger Zucker als 2019.

Für die Gesamtstichprobe der gesüßten Erfrischungsgetränke zeigt sich keine signifikante Reduktion des Zuckergehaltes. Der gewichtete mittlere Zuckergehalt der marktrelevanten Produkte liegt über dem mittleren Zuckergehalt des gesamten Produktspektrums. Das bedeutet, dass der durchschnittliche Zuckergehalt der in den größeren Mengen eingekauften gesüßten Erfrischungsgetränke höher ist als der durchschnittliche Zuckergehalt des Gesamtmarktes.

Bei den Suppen sind im Vergleich zur Basiserhebung insgesamt und für sieben Produktuntergruppen statistisch signifikante Reduktionen im Salzgehalt festzustellen. Gleichzeitig sind in der Gesamtstichprobe die Energie- und Fettgehalte signifikant erhöht. Auch bei den Instantsuppen ist der Salzgehalte im Vergleich zur Basiserhebung signifikant niedriger. Bei den Instantgerichten sind jedoch die Energie- und Fettgehalte signifikant höher. Für Eintöpfe können keine statistisch signifikanten Veränderungen der Energie- und Nährstoffgehalte gegenüber der ersten Erhebung 2016 festgestellt werden.

Wie auch in den vorherigen Erhebungsjahren können über die Produktgruppen hinweg überwiegend große Spannweiten im Energie- und Nährstoffgehalt beobachtet werden. Zum Teil erfolgt eine Ausdehnung hin zu niedrigeren Gehalten. Die großen Spannweiten und die Tatsache, dass in einigen Produktgruppen die Energie- und Nährstoffgehalte im Vergleich zur Basiserhebung erhöht sind, weisen jedoch darauf hin, dass es weiteres Reduktionspotenzial gibt.

Pressekontakt:
Dr. Iris Lehmann
Max Rubner-Institut
Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel
Telefon +49 (0)721 6625-271
Fax +49 (0)721 6625-111
iris.lehmann@mri.bund.de
@MRI_Aktuelles