

Hintergrundinformation vom 17. Juli 2026

Zucker, Salz, Fett und Energie bei Fertigprodukten

Ergebnisse des Produktmonitorings 2025 veröffentlicht

Das Max Rubner-Institut hat die Ergebnisse seiner neusten Folgerhebung des Produktmonitorings veröffentlicht. Ausgewertet wurden die Energie- und Nährstoffgehalte von Brot und Kleingebäck, Wurstwaren und weiteren Fleischerzeugnissen, Frühstückscerealien, Suppen, Eintöpfen sowie Instantsuppen und -gerichten. Insgesamt haben die Forschenden mehr als 7.000 Fertigprodukte untersucht, darunter auch Produkte, die sich gezielt an Kinder richten. Mit Ausnahme von Eintöpfen und Fleischerzeugnissen lassen sich bei allen Produktgruppen statistisch signifikante Veränderungen in den Nährstoffgehalten feststellen. Während die Gehalte an Salz und Zucker bei vielen Produkten gesunken sind, zeigen die mittleren Fettgehalte Anstiege im Vergleich zu früheren Erhebungen. Da die Werte zudem große Spannweiten aufweisen, sind bei den Zucker-, Fett-, Salz- und Energiegehalten von Fertigprodukten weiterhin Reduktionspotenziale zu erkennen.

Ein genauer Blick auf einzelne Produktgruppen verdeutlicht, wo die Unterschiede besonders ausgeprägt sind. So sind bei Suppen sowie Instantsuppen und -gerichten die mittleren Energiegehalte gestiegen. Bei Frühstückscerealien, Suppen und Instantgerichten sind Anstiege bei den mittleren Fettgehalten zu verzeichnen. Betrachtet man ausschließlich die Gehalte an gesättigten Fettsäuren, so liegen die Werte bei Wurstwaren aktuell höher als in der Basiserhebung 2016, bei Frühstückscerealien sind sie gegenüber der Erhebung 2022 gesunken.

Suppen, Instantgerichte, Wurstwaren sowie Brot und Kleingebäck enthalten aktuell weniger Salz. Teilweise fällt die absolute Reduktion jedoch gering aus: Der Unterschied bei Brot und Kleingebäck beträgt verglichen mit der Basiserhebung 2016 nur 0,07 Gramm Salz pro 100 Gramm Lebensmittel. Hingegen steckt in Instantsuppen aktuell mehr Salz als noch im Jahr 2022. Jodsalz wird nur bei einem kleinen Teil der Fertigprodukte verwendet. Am häufigsten ist jodiertes Speisesalz auf den Zutatenlisten von Instantsuppen und -gerichten zu finden (36 Prozent der Produkte). Es folgen Wurstwaren, Suppen und Eintöpfe. Der geringste Anteil an jodierten Produkten findet sich bei Brot- und Kleingebäck (neun Prozent der Produkte). Noch seltener wird Jodsalz im Bio-Segment eingesetzt.

Der Zuckergehalt wurde in der aktuellen Erhebung nur bei Frühstückscerealien untersucht und hat sich bei diesen im Vergleich zu 2016 um rund 21 Prozent verringert. Die größte Änderung war bis zum Jahr 2022 zu beobachten. Seitdem ist der mittlere Zuckergehalt bei Frühstückscerealien nahezu gleichgeblieben.

Produkte, die sich mit ihrer Aufmachung an Kinder richten, weisen gegenüber vergleichbaren Produkten ohne Kinderoptik überwiegend ähnliche oder geringere Energie- und Nährstoffgehalte auf. In einzelnen Produktgruppen gibt es jedoch Ausnahmen: Panierte und vorgegarte Geflügelerzeugnisse mit Kinderoptik enthalten mehr Energie als vergleichbare Produkte für Erwachsene. Zudem ist bei Fleischerzeugnissen mit Kinderoptik der mittlere Gehalt an gesättigten Fettsäuren im Vergleich zu 2020 gestiegen. Des Weiteren weisen Frühstückscerealien für Kinder aktuell höhere mittlere Fettgehalte auf als im Jahr 2019. Dagegen ist ihr mittlerer Zuckergehalt im Vergleich zu 2016 und 2019 statistisch signifikant gesunken.

Das Produktmonitoring ist eine wichtige Säule der Nationalen Reduktions- und Innovationsstrategie für Zucker, Fette und Salz in Fertigprodukten und wird im Auftrag des Bundesministeriums für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) durchgeführt. Es bildet ein breites Spektrum der auf dem Markt erhältlichen Produkte ab. Dabei stehen jedes Jahr andere Produktgruppen im Fokus. Durch die regelmäßigen Folgeerhebungen lässt sich die Entwicklung der Zucker-, Fett-, Salz- und Energiegehalte von Fertigprodukten im Zeitverlauf beobachten.

Weitere Informationen

- Ergebnisbericht zum Produktmonitoring 2025:
<https://www.mri.bund.de/de/MRI-Produktmonitoring-2025>
- Ergebnisbericht zum Jodsalzmonitoring 2025:
<https://www.mri.bund.de/de/jodsalzmonitoring-25>
- Informationen sowie Berichte zu früheren Erhebungen des Produktmonitorings auf der Website des Max Rubner-Instituts:
<https://www.mri.bund.de/de/themen/reduktion-von-zucker-fett-und-salz/produktmonitoring/>

Pressekontakt

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