



verbraucherzentrale

PORTIONSGRÖßEN AUF LEBENSMITTELVERPACKUNGEN – FREIWILLIGE ANGABE HILFREICH ODER VERWIRRENDE?

Interaktive Befragung der Verbraucherzentralen | Bericht Juni 2017

KONZEPTION, DURCHFÜHRUNG, BERICHT:

Verbraucherzentrale Bayern e. V. (Federführung)
Verbraucherzentrale Brandenburg e. V.
Verbraucherzentrale Hamburg e. V. (Federführung)
Verbraucherzentrale Mecklenburg-Vorpommern e. V.
Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz e. V.

DIE UMFRAGE FÜHRTEN DURCH:

Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e. V.
Verbraucherzentrale Bayern e. V. (Federführung)
Verbraucherzentrale Berlin e. V.
Verbraucherzentrale Brandenburg e. V.
Verbraucherzentrale Bremen e. V.
Verbraucherzentrale Hamburg e. V. (Federführung)
Verbraucherzentrale Hessen e. V.
Verbraucherzentrale Mecklenburg-Vorpommern e. V.
Verbraucherzentrale Niedersachsen e. V.
Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen e. V.
Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz e. V.
Verbraucherzentrale des Saarlands e. V.
Verbraucherzentrale Sachsen e. V.
Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt e. V.
Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e. V.
Verbraucherzentrale Thüringen e. V.

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V., Kirchenallee 22, 20099 Hamburg
Stand: Juni 2017

Text: Jutta Saumweber, Armin Valet, Waltraud Fesser

Fotos/Bildnachweise: ©BillionPhotos.com - Fotolia.com

Gestaltung: DHKD | Visuelle Kommunikation

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

PORTIONSGRÖßEN AUF LEBENSMITTEL- VERPACKUNGEN – FREIWILLIGE ANGABE HILFREICH ODER VERWIRREND?

	BILD- UND ABBILDUNGSVERZEICHNIS	4
1	ZUSAMMENFASSUNG	5
2	HINTERGRUND	6
2.1	Aktuelle Diskussion zur Nährwertkennzeichnung	6
2.2	Freiwillige Nährwertangaben pro Portion	7
2.3	Zielsetzung der Untersuchung	8
3	VORGEHENSWEISE	9
4	ERGEBNISSE DER BEFRAGUNG	10
4.1	Ergebnisse zu Portionsgrößen bei Müsli	11
4.2	Ergebnisse zu Portionsgrößen bei Chips	15
4.3	Vergleichende Ergebnisse von Müsli und Chips	19
4.4	Portionsangaben auf dem Etikett	20
4.5	Ergebnisse in Abhängigkeit vom Geschlecht der Befragten	23
4.6	Ergebnisse in Abhängigkeit vom Alter der Befragten	26
4.7	Zusammenhänge zwischen Verzehrmenge/Alter/Geschlecht und Interesse an der Nährwertkennzeichnung pro Portion	29
4.8	Fazit	30
4.9	Schlussfolgerungen	31

4 | Bild- und Abbildungsverzeichnis

BILDER

Bild 1:	Beispiel für freiwillige Angabe der Portionsgröße auf der Schauseite	7
Bild 2:	Frage 1 der Befragung	11
Bild 3:	Frage 2 der Befragung	14
Bild 4:	Frage 3 der Befragung	15
Bild 5:	Frage 4 der Befragung	18
Bild 6:	Frage 5 der Befragung	20
Bild 7:	Frage 6 der Befragung	21

ABBILDUNGEN

Abb. 1:	Interaktive Verbraucherbefragung zu Portionsgrößen	9
Abb. 2:	Gruppeneinteilung der Teilnehmenden je nach Menge der ermittelten Portionsgröße	10
Abb. 3:	Verteilung der Gewichte der Müsliportionen aller Teilnehmenden	12
Abb. 4:	Verteilung der Portionsgrößen des Müslis in Gewichtsintervallen	13
Abb. 5:	Zuordnung der auf dem Etikett angegebenen Portionsgröße (40 g) zu vier Müsli-schalen mit unterschiedlicher Menge	14
Abb. 6:	Verteilung der Portionsgrößen der Chips in Gewichtsintervallen	16
Abb. 7:	Verteilung der Gewichte der Chipsportionen aller Teilnehmenden	17
Abb. 8:	Zuordnung der auf dem Etikett angegebenen Portionsgröße (30 g) zu vier Chipsschalen mit unterschiedlicher Menge	18
Abb. 9:	Vergleich der Müsli- und Chipsportionen nach Verzehrtyp	19
Abb. 10:	Bekanntheitsgrad der Nährwertangaben zu Portionen auf der Schauseite	21
Abb. 11:	Nährwertangaben, die die Befragten bevorzugten	22
Abb. 12:	Anteil der Befragten nach Geschlecht	23
Abb. 13:	Portionsgrößen beim Müsli in Abhängigkeit vom Geschlecht	24
Abb. 14:	Portionsgrößen bei Chips in Abhängigkeit vom Geschlecht	25
Abb. 15:	Altersgruppen der Teilnehmenden	26
Abb. 16:	Portionsgrößen bei Müsli in Abhängigkeit vom Alter der Befragten	27
Abb. 17:	Portionsgrößen bei Chips in Abhängigkeit vom Alter der Befragten	28
Abb. 18:	Charakterisierung der Gruppe der „Nicht Interessierten“ im Vergleich zu „Allen Anderen“	29

1 ZUSAMMENFASSUNG

In einer nicht repräsentativen Verbraucherbefragung mit 1.490 Teilnehmenden wurden die tatsächlichen Portionsgrößen der Verbraucherinnen und Verbraucher für Müsli und Chips ermittelt. Außerdem wurde erfragt, inwieweit die freiwillig deklarierten Nährwertangaben zu Portionen bekannt und wie relevant sie für das Konsumverhalten sind.

Die Portionsgrößen lagen im Durchschnitt bei 81 Gramm für das Müsli und bei 63 Gramm für die Chips. Damit übertrafen sie die Portionsangaben der Hersteller auf den Verpackungen von 40 Gramm (Müsli) bzw. 30 Gramm (Chips) um mehr als das Doppelte. Das bedeutete aber auch, dass im Durchschnitt die aufgenommene Energie (Kalorien) sowie etwa die Zuckermenge beim Müsli oder die Menge an Salz und Fett bei den Chips mehr als doppelt so hoch lagen, wie die Angaben auf den Etiketten suggerierten. 89 Prozent der abgefüllten Portionen beim Müsli waren größer als 40 Gramm der deklarierten Portionsgröße auf der Packung. Bei den Chips waren es immerhin noch 74 Prozent der abgefüllten Portionen, die über der Herstellerangabe von 30 Gramm lagen.

Die Streuung der einzelnen Portionen war enorm: Die Befragten füllten beim Müsli Mengen zwischen elf und 302 Gramm ein, bei den Chips zwischen drei und 250 Gramm, was einer Packung entsprach. Bei den beiden Lebensmitteln gab es aber eine unterschiedliche Verteilung der ermittelten Portionsgrößen: So gab es bei den Chips als „Genusslebensmittel“ sowohl deutlich mehr Geringverzehrer als auch Extremverzehrer. Zusammen machten diese Gruppen mehr als ein Drittel (37%) aller Befragten aus. Beim

„Sättigungslebensmittel“ Müsli dagegen lag der Anteil dieser beiden Gruppen zusammen nur bei 16 Prozent. Hier überwogen eindeutig die Durchschnittsverzehrer (75%).

Viele Befragte hatten zudem Schwierigkeiten, die Menge der deklarierten Portion überhaupt richtig einzuschätzen. Sie sollten aus jeweils vier Schalen mit unterschiedlicher Füllmenge diejenige herausfinden, die der Portionsgröße auf dem Etikett entsprach. Nur 39 Prozent der Teilnehmenden lagen beim Müsli richtig, bei den Chips waren es 50 Prozent.

Zwar waren den meisten Befragten (86%) die freiwilligen Nährwertangaben für eine Portion auf dem Etikett bekannt, aber nur ein Bruchteil (5%) achtete darauf und orientierte sich daran. Die Mehrheit wünschte sich verständlichere und nachvollziehbarere Angaben: 34 Prozent sagten, ihnen sei die Angabe pro 100 g/100 ml wichtiger. Immerhin ein Viertel (25%) würde eine Ampelkennzeichnung bevorzugen. 20 Prozent sahen Portionsangaben nur dann als sinnvoll an, wenn die Portion (z. B. 1 Schokoriegel, 1 Scheibe Käse) eindeutig erkennbar ist. Mehrfachnennungen waren bei dieser Frage nicht möglich.

Nur 14 Prozent der Befragten interessierten sich generell nicht für Nährwertangaben. Auffallend war in diesem Zusammenhang, dass sich in dieser Personengruppe überproportional viele Extremverzehrer, Männer sowie Jugendliche unter 15 Jahren befanden.

2 HINTERGRUND

2.1 AKTUELLE DISKUSSION ZUR NÄHRWERTKENNZEICHNUNG

Die verpflichtende Nährwertkennzeichnung – in der Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV)¹ verankert und seit Dezember 2016 abschließend in Kraft – gilt als eine der relevantesten Neuerungen in der Lebensmittelkennzeichnung. Sie stellt eine wichtige Grundlage dar, um Verbraucherinnen und Verbraucher über die Nährstoffzusammensetzung und den Energiegehalt von Lebensmitteln zu informieren.

Die Einführung von Nährwertangaben hat unter anderem das gesetzgeberische Ziel, Verbraucherinnen und Verbrauchern eine fundierte Wahl einer geeigneten, den individuellen Bedürfnissen entsprechende Ernährung zu ermöglichen.² Der Informationsbedarf der Verbraucherinnen und Verbraucher hinsichtlich der Interpretation der neuen Angaben gilt als hoch³, denn Nährwertangaben als Element der LMIV sind nur dann sinnvoll, wenn Verbraucherinnen und Verbraucher die Angaben für ihren täglichen Bedarf und ihre individuellen Ernährungsbedürfnisse auch einschätzen können. Nach der LMIV bedeuten Nährwertangaben eine reine Auflistung der Nährstoffe, daher werden Orientierungshilfen für Verbraucherinnen und Verbraucher benötigt.⁴ Nach vielen Grundsatzdiskussionen zum Verständnis und der Eignung einer vereinfachten Nährwertdeklaration und unterschiedlichen Forderungen der Marktteilnehmer hat die EU-Kommission einer europaweiten verpflichtenden farblichen Kennzeichnung eine Absage erteilt.^{5,6,7}

Ab welchem Gehalt ein Produkt als energie-, fett- und zuckerreich einzustufen ist und ab welchem Salzgehalt die empfohlene tägliche Aufnahmemenge überschritten wird, sind wichtige Fragen, die sich Verbraucherinnen und Verbraucher aus der Kennzeichnung nicht grundsätzlich erschließen.

Eine Studie der Universität Göttingen zeigt, dass Nährwertangaben in Zusammenhang mit der Angabe von Portionsgrößen das Kaufverhalten beeinflussen können. Danach kauften Verbraucherinnen und Verbraucher in England häufiger Produkte, auf denen kleinere Portionsgrößen angegeben sind. Tendenziell werden kleinere Portionsgrößen häufiger auf Produkten mit sogenanntem niedrigeren Gesundheitswert verwendet. Personen, die häufiger solche Produkte kaufen, haben laut dieser Studie unter Umständen eine falsche Vorstellung von der tatsächlichen Menge der angegebenen Portionsgröße und verzehren deshalb mehr von diesen Lebensmitteln.⁸

Zudem sorgen aktuelle Vorschläge der sechs führenden multinationalen Lebensmittelunternehmen (Unilever, Mars, Nestlé, Coca-Cola, PepsiCo, Mondelez) mit einer farbig unterlegten Nährwertkennzeichnung (Ampel) für Unverständnis und Verwirrung. Die Ampel soll sich ausschließlich auf die Portionsgrößen beziehen und nicht, wie von den Verbraucherzentralen gefordert und in Großbritannien bereits auf 100 g bzw. 100 ml eines Lebensmittels⁹ praktiziert.

¹ VERORDNUNG (EU) Nr. 1169/2011 DES EUROPÄISCHEN PARLAMENTS UND DES RATES vom 25. Oktober 2011 betreffend die Information der Verbraucher über Lebensmittel

² Vgl. Erwägungsgrund 10 der LMIV 1169/2011

³ Fernandez Celemin L, Grunert KG. Food Labelling to Advance Better Education for Life – Major results and conclusions. Webinar veröffentlicht am 31. Januar 2012, verfügbar unter: <http://flabel.org/en/News/FLABEL-final-webinar>

⁴ Nutrition labels influence value computation of food products in the ventromedial prefrontal cortex, „Obesity“, DOI: 10.1002/oby.21027. April 2015

⁵ <https://www.bll.de/de/der-bll/positionen/pp-naehrwertkennzeichnung.html>

⁶ <http://www.vzbv.de/pressemitteilung/fuer-eine-nachvollziehbare-naehrwert-ampel>

⁷ http://www.bzfe.de/_data/files/guideline-daily-amounts_kennzeichnung.pdf

⁸ Elshiewy O, Jahn S, Boztug Y. Seduced by the Label: How the Recommended Serving Size on Nutrition Labels Affects Food Sales. Journal of the Association for Consumer Research. 2016; 1(1):104-114.

⁹ <http://evolvednutritionlabel.eu/presentation-by-the-supportive-companies-2/>

2.2 FREIWILLIGE NÄHRWERTANGABEN PRO PORTION

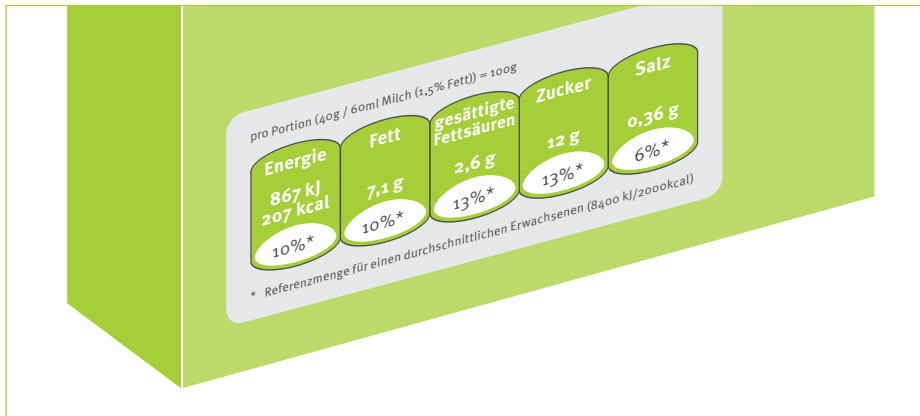


Bild 1: Beispiel für freiwillige Angabe der Portionsgrößen auf der Schauseite

Hersteller können ergänzend zu den verpflichtenden Nährwertangaben zusätzlich freiwillig Nährwertangaben pro Portion oder Verzehrseinheit machen. Dabei muss die Portionsgröße, z. B. 40 Gramm Müsli, oder die Verzehrseinheit, z. B. ein Keks, angegeben werden sowie die Gesamtmenge der in der Packung enthaltenen Portionen oder Verzehrseinheiten. Diese Angaben können beispielsweise in der Nährwerttafel neben der Nährwertangabe zu 100 g oder 100 ml aufgeführt werden. Zulässig ist weiterhin, die verpflichtenden Elemente der Nährwertkennzeichnung mit Angaben zu erweitern, welche den Brennwert und die Nährstoffmengenangaben mit einer Prozentangabe auf die sogenannte Referenzmenge beziehen. Die Referenzmenge ist im Anhang XIII Teil B der LMIV festgelegt. Zusätzlich sind prozentuale Angaben der Nährwerte pro Portion – bezogen auf die Referenzmenge – ergänzend in Form von sogenannten Tönnchen erlaubt. Diese Hinweise befinden sich meist auf der Schauseite der Verpackung. Der Energiegehalt muss bei diesen zusätzlichen wiederholenden Angaben in jedem Fall auch auf 100 g bzw. 100 ml angegeben werden.

Die Richtwerte für die Tageszufuhr (Referenzmenge) beziehen sich auf eine erwachsene Person mit einem angenommenen Energiebedarf von 2.000 kcal, unabhängig für welche Verbrauchergruppe (Kinder, Jugendliche, ältere Menschen) das Lebensmittel

konzipiert und beworben wird. Mit dieser Regelung haben die Produzenten weiterhin die Möglichkeit, auf freiwilliger Basis variable Portionsgrößen nach eigenem Ermessen festzulegen.

Darüber hinaus ist die Europäische Kommission nach Artikel 33 (5) der LMIV aufgefordert, Vorschriften für die Angabe je Portion oder je Verzehrseinheit für bestimmte Klassen von Lebensmitteln zu erlassen. Das ist bisher noch nicht geschehen.

2.3 ZIELSETZUNG DER UNTERSUCHUNG

Die Verbraucherzentralen vertreten die Interessen der Verbraucherinnen und Verbraucher und setzen sich dafür ein, Fehlentwicklungen am Markt, beispielsweise durch missverständliche oder sogar falsche Kennzeichnung, zu benennen und gegebenenfalls zu unterbinden. Mit ihrem bundesweiten Beratungsnetz haben sie direkten Kontakt zu Verbraucherinnen und Verbrauchern. So ist es den Verbraucherzentralen auch möglich, Verbraucherinnen und Verbraucher zu speziellen Themen persönlich zu befragen, beispielsweise zur neuen Nährwertkennzeichnung mit der Angabe von Portionsgrößen. Inwieweit orientieren Verbraucherinnen und Verbraucher sich an Portionsgrößen bei der Lebensmittelauswahl und werden diese Angaben nach dem heutigen gesetzgeberischen Stand als sinnvoll und nützlich erachtet, sind Fragen, die bislang noch nicht untersucht wurden. Ob die Portionsangabe der Hersteller dem realistischen Verzehr entsprechen und welchen Zweck sie erfüllen sollen, ist nicht geklärt. Hier soll die Befragung für weitere politische, verbraucherfreundliche Entscheidungen einen Beitrag leisten.

Die Umfrage befasste sich mit folgenden Fragestellungen:

- Sind die Portionsangaben der Hersteller bei ausgewählten Produkten realistisch?
- Können Verbraucherinnen und Verbraucher Portionsgrößen visuell richtig einschätzen?
- Werden Portions- und Nährwertangaben von Verbrauchern überhaupt wahrgenommen und achten sie speziell darauf?
- Welche Art der Angabe von Portionsgrößen wünschen sich Verbraucherinnen und Verbraucher?

Auf die Umfrage aufbauend wird ein Marktcheck erfolgen. Hierbei werden in verschiedenen Lebensmittelgruppen die Portionsgrößenangaben auf ihre verbraucherfreundliche Darstellung und Aussagekraft überprüft. Bezugsgrößen, die Hersteller bei der Wahl der Portionsgrößen für ihre Produkte ansetzen, sind derzeit nicht vorgegeben. Die Portionsgrößen können von den Herstellern also frei gewählt werden. Eine Herstellerbefragung soll hier für mehr Klarheit sorgen.

Sie soll Anhaltspunkte liefern, welche Maßstäbe von Herstellern bei der Beurteilung von Verzehrsmengen herangezogen werden.

3 VORGEHENSWEISE

Die Verbraucherzentralen haben stichprobenhaft bundesweit 1.490 Verbraucherinnen und Verbraucher in den Beratungsstellen der Verbraucherzentralen, auf Messen und Aktionstagen mit acht Fragen persönlich befragt. Bei zwei Fragen handelte es sich um interaktive Fragen.

Schritt 1:

Die Befragten sollten zu Beginn eine für sie verzehrerübliche Portion eines handelsüblichen Müslis aus einem neutralen Behältnis in eine Müslischale füllen. Die Portionsgröße auf der Verpackung war mit 40 Gramm angegeben. Abgewogen wurde die Menge mit einer Haushaltswaage erst nach Beantwortung der zweiten Frage, um eine Beeinflussung der Teilnehmenden zu vermeiden. Bei der zweiten Frage sollten die Teilnehmenden die angegebene Portionsgröße des Herstellers auf der Verpackung von 40 Gramm aus vier vorbereiteten Schalen herausfinden. Die Schalen beinhalteten 30, 40, 60 sowie 80 Gramm pro Schale.

Schritt 2:

Neben dem Müsli wurden die Teilnehmenden zu Portionsangaben bei Chips befragt. Das Abwiegen der individuellen Portion und das Erkennen der Portionsangabe des Herstellers

waren Inhalt der nächsten Fragen. Die Vorgehensweise entsprach der beim Müsli.

Schritt 3:

Im weiteren Verlauf der Umfrage ging es um die Bekanntheit freiwilliger Nährwertkennzeichnung pro Portion in Form von Piktogrammen. Schließlich wurde der Stellenwert der Portionsangaben für Verbraucherinnen und Verbraucher thematisiert.

Mit einem Müsli wurde ein „Sättigungslebensmittel“ und mit Chips ein „Genusslebensmittel“ gewählt, um Portionsgrößen für Verbraucherinnen und Verbraucher zu diesen unterschiedlichen Lebensmitteln abzufragen. Die Fragen waren geschlossene Fragen mit einer Antwortmöglichkeit. Als soziodemografische Variablen wurden das Geschlecht und das Alter gewählt. Die Dauer der Befragung mit den interaktiven Elementen betrug ca. 10 Minuten pro Verbraucherin oder Verbraucher.

Müsli, Chips, Schüsseln und Vorratsbehälter waren in allen Verbraucherzentralen standardisiert.



VERBRAUCHERBEFRAGUNG

Erhebungsmethode	Persönliche Befragung mit zwei interaktiven und sechs geschlossenen Fragen. Nicht repräsentativ
Anzahl der Teilnehmenden	n=1.490
Teilnehmende	Ratsuchende Verbraucherinnen und Verbraucher in den Beratungsstellen der Verbraucherzentralen, Messe- und Aktionsstandbesucherinnen und -besucher, Schülerinnen und Schüler.
Zeitraum der Befragung	15.02.2017 bis 31.03.2017

Abb.1: Interaktive Verbraucherbefragung zu Portionsgrößen

4 ERGEBNISSE DER BEFRAGUNG

Die Verbraucherzentralen teilten die Teilnehmenden je nach abgewogenen Portionsgrößen in vier Gruppen ein: „Geringverzehrer“, „Durchschnittsverzehrer“, „Vielverzehrer“ sowie „Extremverzehrer“. Die Einteilung diente der besseren Übersichtlichkeit bei der Auswertung.

Die Gruppeneinteilung basierte auf den Portionsangaben der Hersteller im Verhältnis zu den tatsächlichen Portionen der Befragten. Da die Portionen der Teilnehmenden meist deutlich über den Portionsangaben auf dem Etikett lagen, waren nur die Portionen der „Geringverzehrer“ kleiner bzw. gleich den Herstellerangaben. Die Portionen der „Durchschnittsverzehrer“ lagen alle darüber und betrug maximal das Dreifache der Angaben auf dem Etikett. Vielverzehrer wogen Portionen ab, die zwischen dem Drei- bis maximal dem Vierfachen lagen, Extremverzehrer darüber.

GRUPPENEINTEILUNG			
Kategorie	Müsliportion in Gramm	Chipsportion in Gramm	% Herstellerangabe
Geringverzehrer	≤ 40 g	≤ 30 g	≤ 100%
Durchschnittsverzehrer	41 - 120 g	31 - 90 g	> 100 - 300%
Vielverzehrer	121 - 160 g	91 - 120 g	> 300 - 400%
Extremverzehrer	> 160 g	> 120 g	> 400%

Abb. 2: Gruppeneinteilung der Teilnehmenden je nach Menge der ermittelten Portionsgröße

4.1 ERGEBNISSE ZU PORTIONSGRÖßEN BEI MÜSLI



The screenshot shows a survey question from 'verbraucherzentrale'. On the left, there is an image of a white bowl filled with cereal and milk, with a green arrow pointing from a pile of cereal into the bowl. The text on the right reads: 'Station 1: Müsli zum Frühstück... Bitte füllen Sie so viel davon in die Schale wie Sie normalerweise als Portion essen!'. Below this text are two radio button options: 'ich bin fertig' and 'ich esse kein Müsli'. At the bottom center, there is a 'Weiter >' button.

Bild 2: Frage 1 der Befragung

Welche Menge ist für Verbraucherinnen und Verbraucher „eine Portion Müsli“?

1.240 Personen (83%) füllten eine Portion Müsli ab, 250 Befragte (17%) wollten an dieser Frage nicht teilnehmen, weil sie selbst kein Müsli essen. Die durchschnittliche Portionsgröße aller Müsliesser betrug 81 Gramm und war damit mehr als doppelt so groß wie die Portion, die vom Hersteller auf dieser Müslipackung etikettiert war. Sie war mit 40 Gramm angegeben, wie auf vielen anderen Cerealienpackungen im Supermarkt. Teilweise werden aber auch andere Portionsgrößen je nach Hersteller und Produkt gekennzeichnet.

Die kleinste Portion der Umfrage enthielt elf Gramm Müsli, die größte 302 Gramm. Mit 27 Messungen wurden 60 Gramm Müsli am häufigsten abgewogen.

12 | Ergebnisse der Befragung

VERTEILUNG DER MÜSLI-PORTIONEN (N=1.240)

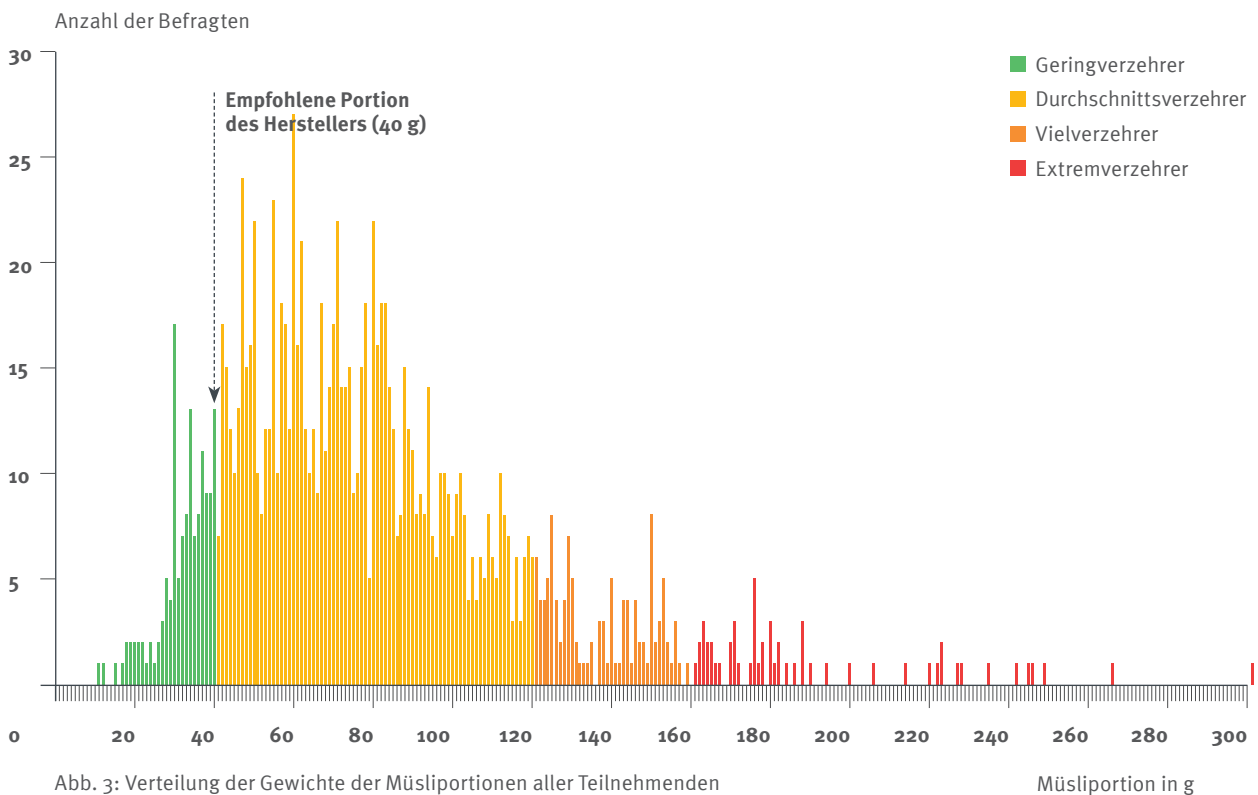


Abb. 3: Verteilung der Gewichte der Müsliportionen aller Teilnehmenden

Die abgefüllten Portionen wurden in Gewichtsintervalle eingeteilt, beginnend mit dem Intervall „weniger als 20 Gramm“ und dann in 20-Gramm-Schritten aufsteigend. Das letzte Intervall „über 160 Gramm“ ist nach oben offen, sodass insgesamt neun Intervalle festgelegt wurden.

Nur elf Prozent der Befragten waren Geringverzehrer und gaben 40 Gramm Müsli oder weniger als Portion an. Sie lagen damit unter der Angabe auf dem Etikett bzw. entsprachen dieser.

Das bedeutete aber auch, dass 89 Prozent der Befragten mit ihren Portionen darüber lagen. Der Anteil der Vielverzehrer und Extremverzehrer lag bei neun bzw. fünf Prozent.

Genau drei Viertel der Teilnehmenden (75%) waren Durchschnittsverzehrer, deren Portionsgrößen zwischen 41 und 120 Gramm lagen. Durchschnittsverzehrer hieß aber in dieser Untersuchung, dass alle diese Personen größere Portionen verzehrten als vom Hersteller auf dem Etikett angegeben.



WIE GROSS WAREN DIE MÜSLIPORTIONEN DER BEFRAGTEN? (N=1.240)

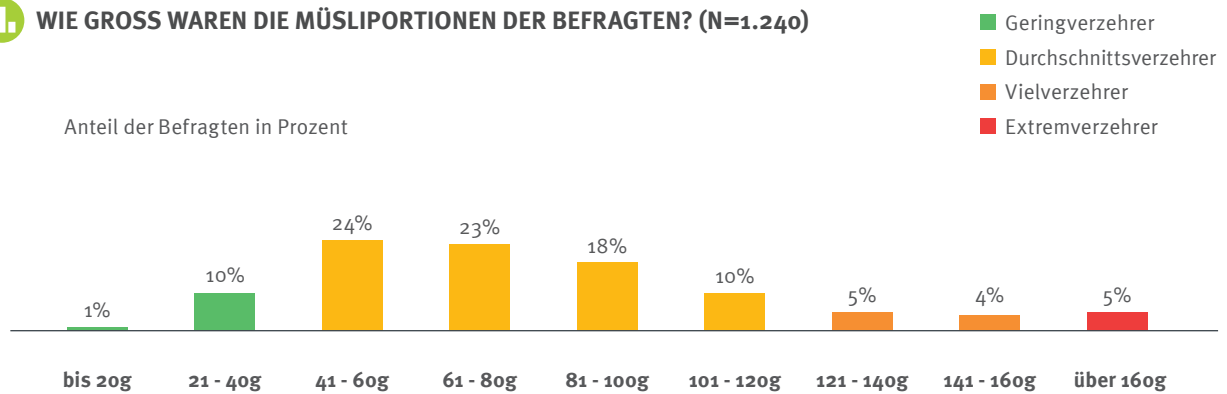


Abb. 4: Verteilung der Portionsgrößen des Müslis in Gewichtsintervallen

Zuckerkonsum deutlich höher, als die Portionsangabe vermuten lässt

Die größeren Portionen haben auch erhebliche Auswirkungen auf die Nährstoffaufnahme, z. B. auf den tatsächlichen Zuckerkonsum durch Müsli. Der ermittelte Durchschnittswert (81 g) für eine Portion des eingesetzten Müslis in der Stichprobe entsprach 22 Gramm Zucker. Die Gruppen der Vielverzehrer und Extremverzehrer nahmen sogar mit einer einzigen Portion mindestens 33 Gramm Zucker auf.

Auf dem Etikett kennzeichnet der Hersteller für eine Portion Müsli (40 g) mit fettarmer Milch (60 ml) 14 Gramm Zucker. Zusätzlich gibt er für Zucker 16 Prozent der Referenzmenge für einen Erwachsenen an, die in Anlage XIII der LMIV festgelegt ist. Rechnet man diese Angaben auf die ermittelte Durchschnittsportion der Umfrage um, sind es für 81 Gramm Müsli mit 120 ml Milch rund 28 Gramm Zucker. Das entspräche 31 Prozent der Referenzmenge.

14 | Ergebnisse der Befragung



Bild 3: Frage 2 der Befragung

Knapp 40 Prozent der Teilnehmerinnen und Teilnehmer schätzten die angegebene Portionsgröße des Herstellers richtig ein.

Die Verbraucherinnen und Verbraucher taten sich schwer, die Schale mit dem richtigen Gewicht herauszufinden. Insgesamt 61 Prozent tippten auf die falschen Schalen A, B und D. Darunter waren 38 Prozent, die fälschlicherweise die abgewogene Menge in den Schalen unterschätzten. Sie vermuteten 40 Gramm in den Schalen, die tatsächlich 60 Gramm (Schale A) bzw. 80 Gramm (Schale C) – also deutlich mehr Müsli enthielten. 23 Prozent überschätzten die abgewogene Menge und wählten die Schale mit 30 Gramm (Schale D). Die richtige Schale mit 40 Gramm Müsli wurde zwar am häufigsten getippt, allerdings entsprach dies nur 39 Prozent der Befragten.

WELCHE SCHALE ENTHÄLT 40 GRAMM MÜSLI? (N=1.490)

Anteil der Befragten in Prozent

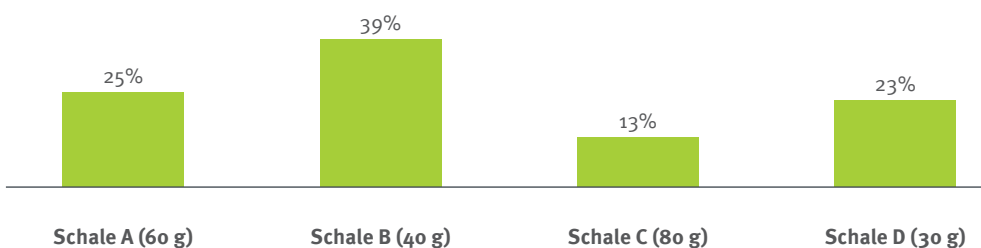


Abb. 5: Zuordnung der auf dem Etikett angegebenen Portionsgröße (40 g) zu vier Müslischalen mit unterschiedlicher Menge

4.2 ERGEBNISSE ZU PORTIONSGRÖßEN BEI CHIPS

Die Verbraucherzentralen wollten ebenso wissen, wie realistisch die Portionsangaben der Hersteller bei „Genusslebensmitteln“ sind. Als Beispiel wurden Chips als ein besonders beliebter Snack ausgewählt.

Von den 1.490 Befragten haben 1.114 (75 %) eine Portion Chips abgefüllt. 376 (25 %) ließen diese Frage aus, weil sie prinzipiell keine Chips verzehren. 63 Gramm betrug das durchschnittliche Gewicht einer Portion und war damit mehr als doppelt so hoch wie vom Hersteller der Chips auf der Packung angegeben. Für die Chips wurden Gewichtsintervalle in 15-Gramm-Schritten verwendet.



The screenshot shows a survey window titled "verbraucherzentrale". The main content area is titled "Station 2: Portionsangaben bei Chips ...". Below the title, there is a bold instruction: "Bitte füllen Sie so viel davon in die Schale wie Sie normalerweise als Portion essen!". To the left of this text is an image of a pile of golden potato chips next to a white bowl, with a large green arrow pointing from the chips into the bowl. Below the instruction, there are two radio button options: "ich bin fertig" and "ich esse keine Chips". At the bottom center of the form is a button labeled "Weiter >".

Bild 4: Frage 3 der Befragung



WIE GROß WAREN DIE CHIPSPORTIONEN DER BEFRAGTEN? (N=1.114)

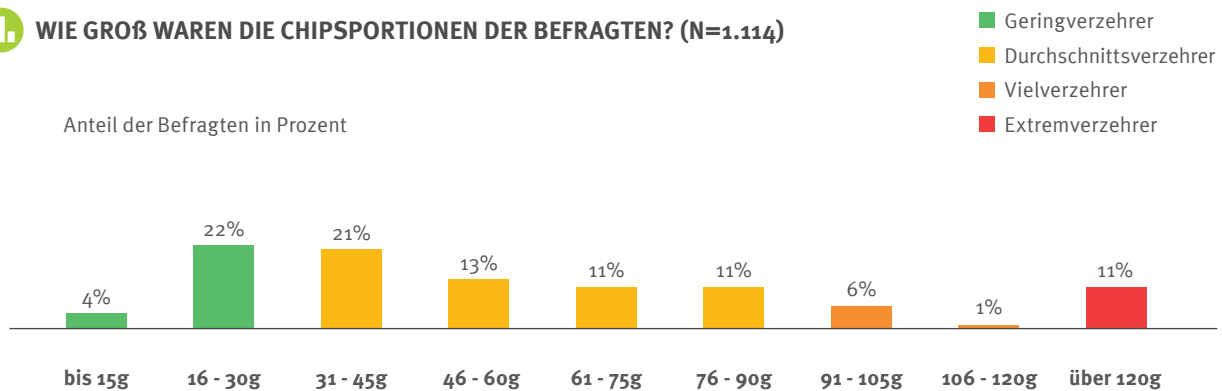


Abb. 6: Verteilung der Portionsgrößen der Chips in Gewichtsintervallen

Nur gut ein Viertel (26%) aller Befragten waren Geringverzehrer. Sie lagen damit unter der Angabe auf dem Etikett bzw. entsprachen dieser. Im Umkehrschluss: 74 Prozent haben größere Portionen abgewogen!

Für die Chips wurden Gewichtsintervalle in 15-Gramm-Schritten verwendet. Diese zeigten, dass die abgewogenen Portionsgrößen weit streuen. 56 Prozent waren Durchschnittsverzehrer, die mindestens die auf dem Etikett angegebene Portion verzehren, maximal die dreifache Menge. Es gab aber auch relativ viele Extremverzehrer: Elf Prozent sahen mehr als das Vierfache der durch die Lebensmittelindustrie vorgegebenen Menge als ihre Portionsgröße an! Dazwischen lagen die Vielverzehrer mit einem Anteil von sieben Prozent.

Die Portionsgrößen hatten eine sehr große Streuung: Die kleinste Portion lag bei drei Gramm, die größte bei 250 Gramm. Mit Abstand am häufigsten wurde im Vergleich zu den anderen Portionsgrößen das Gewicht von 175 Gramm ermittelt: Von 66 Teilnehmerinnen und Teilnehmern wurde diese Portionsgröße abgewogen. Diese Menge entsprach bei vielen Verbraucherzentralen einer Tüte der verwendeten Chips. Da diese Sorte Chips aber auch in 250-Gramm-Tüten angeboten wird und von einigen anderen Verbraucherzentralen alternativ eingesetzt wurde, waren als größte Portion wie oben erwähnt maximal 250 Gramm möglich.

VERTEILUNG DER CHIPSPORTIONEN (N=1.114)

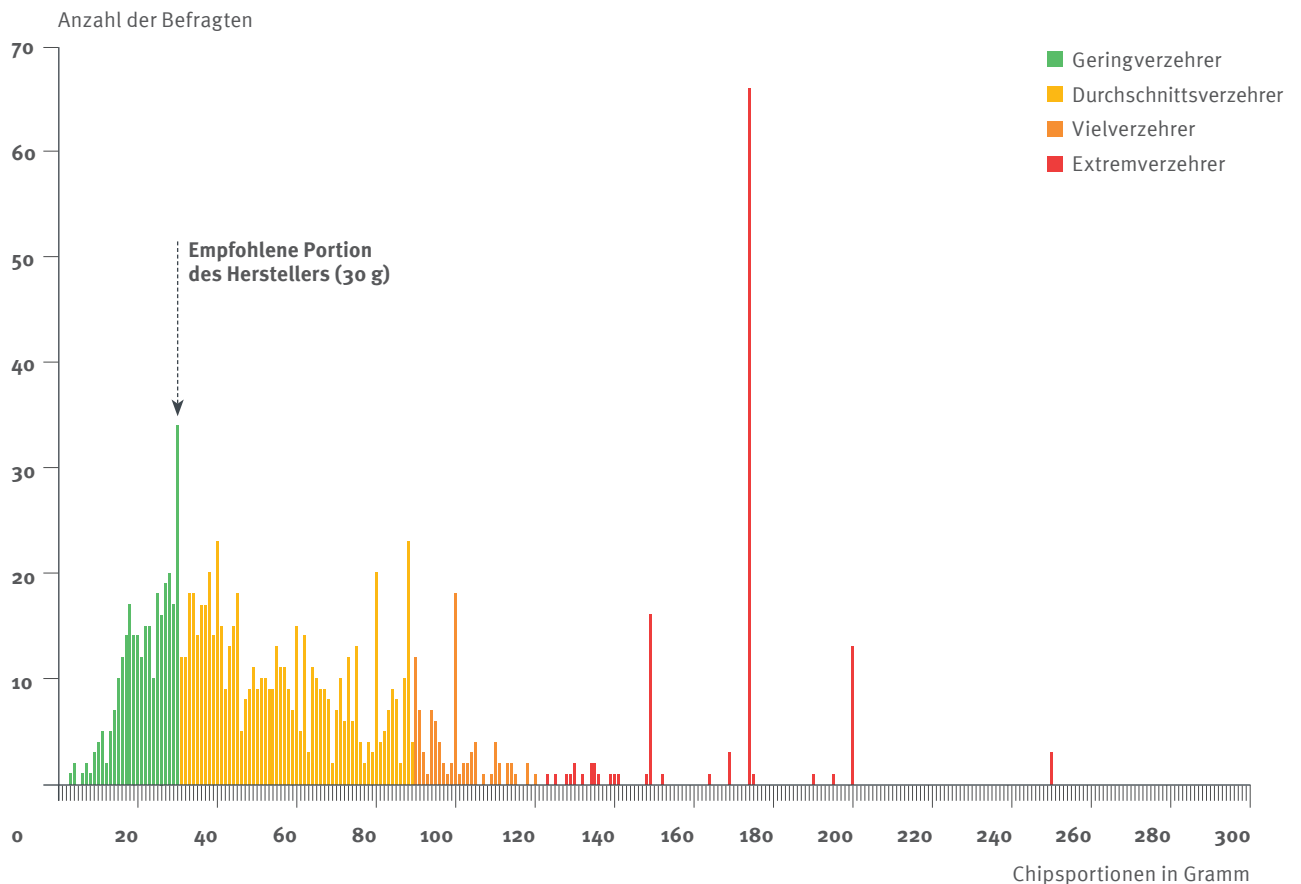


Abb. 7: Verteilung der Gewichte der Chipsportionen aller Teilnehmenden

Fett- und Salzkonsum deutlich höher als die Portionsangabe vermuten lässt

Viele Befragte verzehrten pro Portion mehr Chips als auf dem Etikett angegeben, sodass die auf die Portion bezogenen Angaben etwa zu Fett oder auch zu ernährungsphysiologisch problematischen Inhaltsstoffen wie Salz deutlich höher waren, als die Angaben auf dem Etikett suggerierten. Allein mit der ermittelten Durchschnittsportion von 63 Gramm der eingesetzten Chips verzehrten die Verbraucher 20,8 Gramm Fett. Auf der Verpackung waren aber nur 9,9 Gramm etikettiert, die sich auf eine 30-Gramm-Portion bezogen. Ähnliche Verhältnisse beim Salz: Knapp 20 Prozent (1,13 g) der in der LMIV festgelegten empfohlenen Menge pro Tag von sechs Gramm werden mit der Durchschnittsportion

erreicht und nicht wie auf der Verpackung angegeben nur neun Prozent.¹¹ 175 Gramm Chips bedeuteten sogar 3,2 Gramm Salz. Das waren 53 Prozent der empfohlenen Tagesmenge.

¹¹ vgl. LMIV 1169/2011 Anhang XIII Teil B



Bild 5: Frage 4 der Befragung

Knapp die Hälfte der Teilnehmenden schätzte die angegebene Portionsgröße des Herstellers richtig ein.

Wie beim Müsli sollten die Teilnehmenden aus vier vorbereiteten Schalen die auf dem Etikett angegebene Portionsgröße von 30 Gramm herausfinden. In den Schalen A-D befanden sich 40, 80, 30 sowie 60 Gramm. Die Hälfte (50 %) lag richtig bei ihrer Annahme, dass sich in der Schale C die auf der Packung angegebene Portionsgröße von 30 Gramm befand. Nur 20 Prozent unterschätzten die Menge deutlich: Sie vermuteten 30 Gramm in der Schale, tatsächlich waren aber 80 Gramm (Schale B) oder 60 Gramm (Schale D) Chips enthalten. Damit war das Ergebnis besser als beim Müsli.

WELCHE SCHALE ENTHÄLT 30 GRAMM CHIPS? (N=1.490)

Anteil der Befragten in Prozent

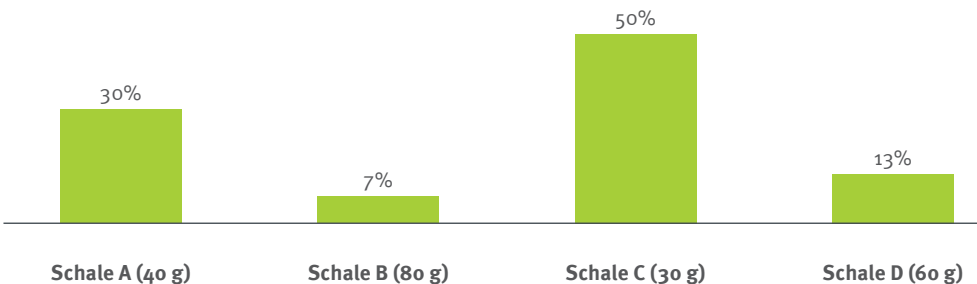


Abb. 8 Zuordnung der auf dem Etikett angegebenen Portionsgröße (30 g) zu vier Chipsschalen mit unterschiedlicher Menge

4.3 VERGLEICHENDE ERGEBNISSE VON MÜSLI UND CHIPS

Verteilung der Portionsgrößen von Müsli und Chips unterscheiden sich deutlich

Ein interessantes Ergebnis lieferten auch die Vergleichskurven zwischen dem „Sättigungslebensmittel“ Müsli und dem „Genusslebensmittel“ Chips. So gab es bei den Chips sowohl deutlich mehr Geringverzehrer als auch Extremverzehrer. Zusammen machten sie mehr als ein Drittel (37 %) aller Befragten aus. Beim Müsli dagegen lag der Anteil dieser beiden Gruppen zusammen nur bei 16 Prozent. Bei den Durchschnittsverzehrern war die Verteilung hingegen genau anders herum: Diese Gruppe machte beim Müsli mit 75 Prozent die große Mehrheit aus, bei den Chips waren es mit 56 Prozent deutlich weniger. Beim „Sättigungslebensmittel“ Müsli waren nach dieser Untersuchung diese Ausreißer nicht vorhanden.

PORTIONEN: MÜSLI UND CHIPS IM VERGLEICH

Anteil der Befragten in Prozent

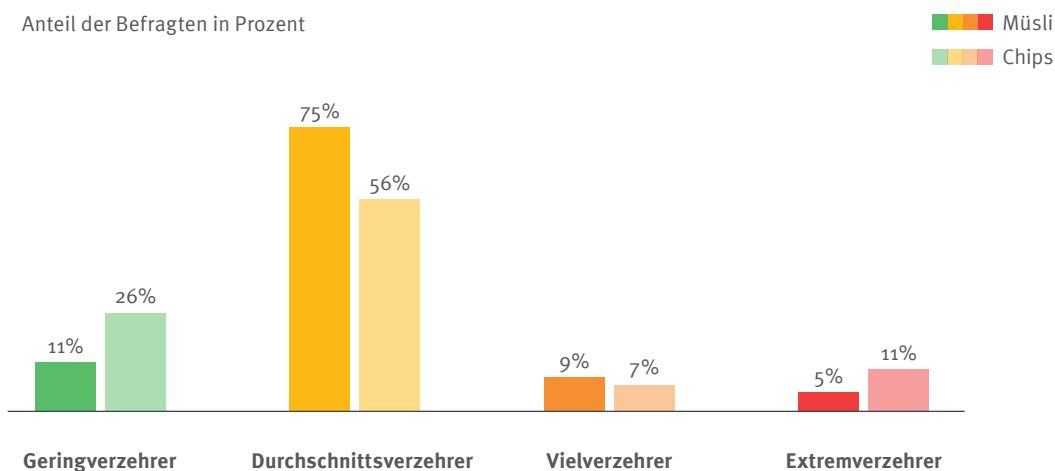


Abb. 9: Vergleich der Müsli- und Chipsportionen nach Verzehrtyp

4.4 PORTIONSANGABEN AUF DEM ETIKETT



Bild 6: Frage 5 der Befragung

Im nächsten Fragenkomplex sollten die Teilnehmenden sich zu Portionsangaben der Hersteller auf dem Etikett äußern. Zuerst wurde prinzipiell abgefragt, ob Hinweise und Symbole zu Nährwertangaben pro Portion, die sich auf der Schauseite der Packungen befinden, bekannt sind.

Zusätzliche Portionsangaben der Hersteller waren bei den Verbraucherinnen und Verbrauchern meist bekannt

Die häufig auffällig auf der Schauseite der Lebensmittelpackungen freiwillig angegebenen Portionsangaben der Hersteller waren den meisten Verbraucherinnen und Verbrauchern bekannt. 86 Prozent der Teilnehmenden bejahten die Frage, ob sie solche Symbole und Piktogramme schon gesehen haben.

SIND DIE NÄHRWERTANGABEN PRO PORTION BEKANNT? (N=1.490)

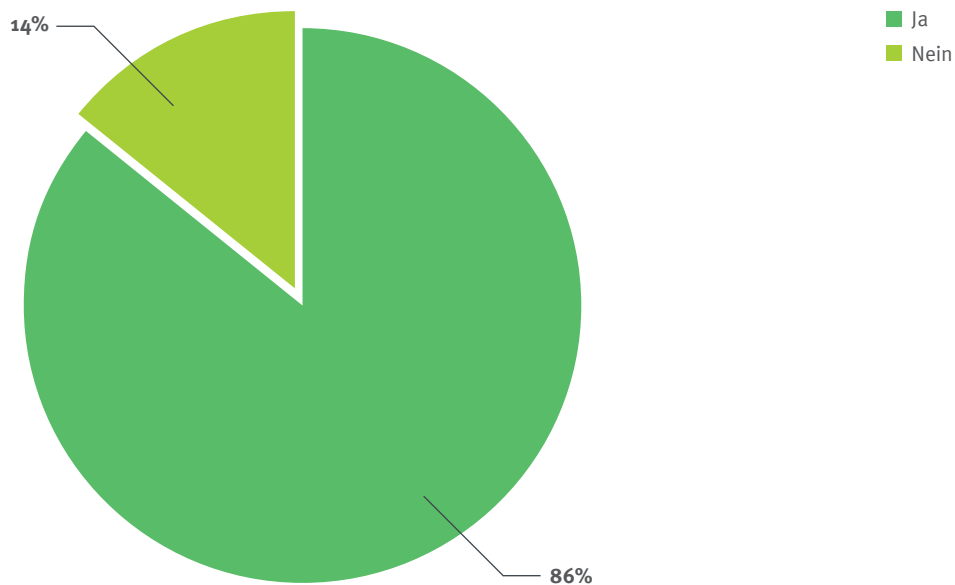


Abb. 10: Bekanntheitsgrad der Nährwertangaben zu Portionen auf der Schauseite

Bei der nächsten Frage sollten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einer einzigen von fünf vorformulierten Aussagen zu Nährwertangaben pro Portion zustimmen.

verbraucherzentrale 🏠 📊 ✕

Bitte beantworten Sie die Frage!

Durchschnittliche Nährwerte			
	1 Portion (30g)**	1 Portion (30g)**	96 (30g)**
Brennwert	1960 kJ/ 468 kcal	588 kJ/ 140 kcal	71%
Fett	22,0 g	6,6 g	9%
- davon gesättigte Fettsäuren	11,0 g	3,3 g	17%
Kohlenhydrate	2,0 g	0,6 g	<1%
- davon Zucker	1,2 g	0,4 g	<1%
Eiweiß	6,5 g	2,0 g	14%
Salz	1,40 g	0,40 g	17%

* Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8.400 kJ/2.000 kcal). **1 Portion = 30 g Chips. Packung enthält 5 Portionen.

Nährwertangaben pro Portion!
Welcher Aussage stimmen Sie zu ?

Die Angaben sind nur sinnvoll, wenn die Portion erkennbar ist (z.B. 1 Schokoriegel)

Ich achte darauf und orientiere mich an den Portionsgrößen

Nährwertangaben interessieren mich generell nicht

Die Angaben pro 100g/100ml sind mir zum Vergleich wichtiger

Ich würde eine Ampelkennzeichnung besser finden

[Weiter >](#)

Bild 7: Frage 6 der Befragung

22 | Ergebnisse der Befragung

Freiwillige Portionsangaben fielen bei den Verbraucherinnen und Verbrauchern durch

Nur fünf Prozent der Befragten achteten explizit auf diese freiwilligen Angaben und orientierten sich daran. Die größte Zustimmung mit 34 Prozent erhielt hingegen die Antwortmöglichkeit „Angaben pro 100 g/100 ml sind mir wichtiger“. Ein Viertel (25%) der Befragten bevorzugte nach dieser Umfrage eine Ampelkennzeichnung. Ein Fünftel (21%) sah Portionsangaben nur dann als sinnvoll an, wenn die Portion eindeutig erkennbar ist, z. B. bei einem Schokoriegel. 14 Prozent interessierten sich generell nicht für Nährwertangaben – egal, ob sich diese auf Portionen oder 100 Gramm beziehen.



NÄHRWERTANGABEN PRO PORTION: WELCHER AUSSAGE STIMMEN SIE ZU? (N=1.490)

Anteil der Befragten in Prozent

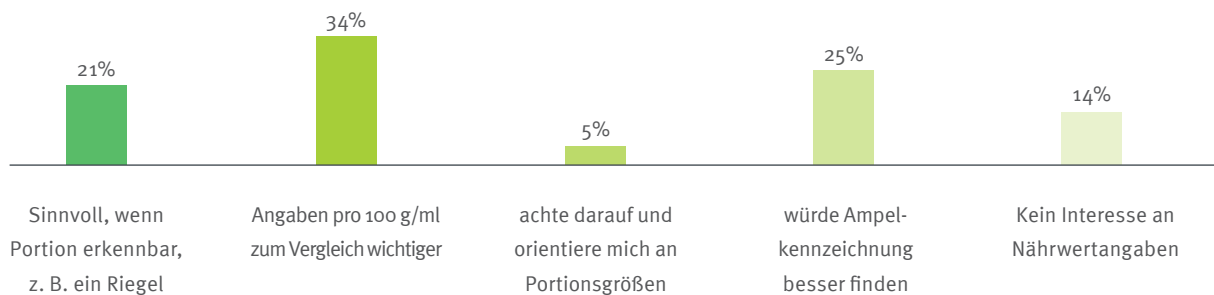


Abb. 11: Nährwertangaben, die die Befragten bevorzugten

4.5 ERGEBNISSE IN ABHÄNGIGKEIT VOM GESCHLECHT DER BEFRAGTEN

An der Umfrage nahmen mehr Frauen als Männer teil. Mehr als zwei Drittel (68 %) der Befragten waren Frauen. Dies hat sich aus der Zusammensetzung der Besucherinnen und Besucher in den Verbraucherzentralen bzw. bei den Veranstaltungen rein zufällig ergeben.

GESCHLECHT DER BEFRAGTEN (N=1.490)

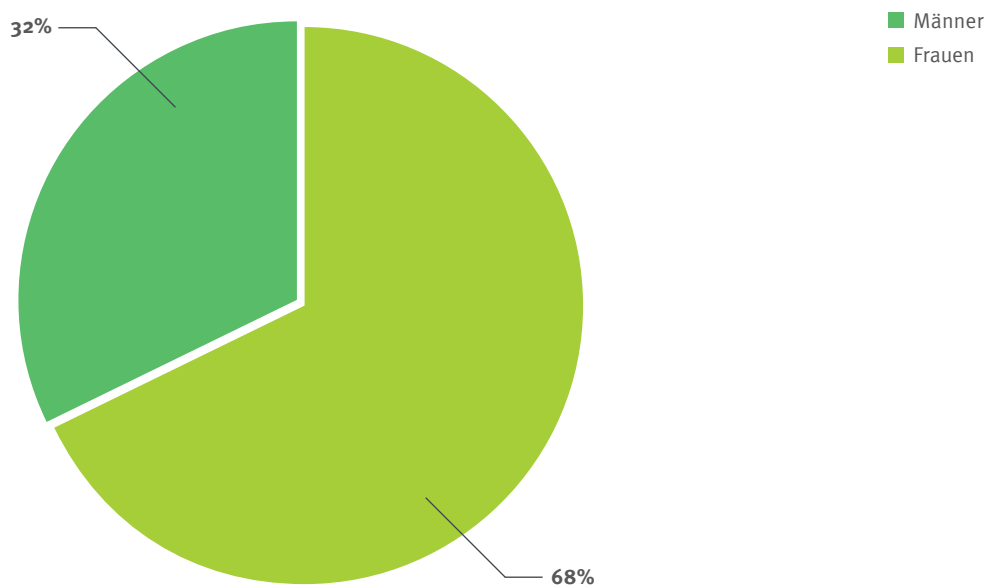


Abb. 12: Anteil der Befragten nach Geschlecht

24 | Ergebnisse der Befragung

Männer füllten deutlich mehr Müsli ab – Portionsangaben der Hersteller aber auch für Frauen viel zu gering

Männer füllten im Vergleich zu den Frauen in der Umfrage deutlich größere Portionen Müsli ab. Das ist aber auch durch den durchschnittlich höheren Kalorienbedarf von Männern erklärbar. Das Durchschnittsgewicht einer Portion lag bei den Männern bei 97 Gramm. Mit 73 Gramm war dieses bei den Frauen rund 25 Prozent geringer. Auch wenn die Frauen wesentlich kleinere Mengen portionierten, lag ihre Durchschnittsportion immer noch 83 Prozent über der Portionsangabe auf dem Etikett.

MÜSLIPORTIONEN IM ABHÄNGIGKEIT VOM GESCHLECHT (N=1.240)

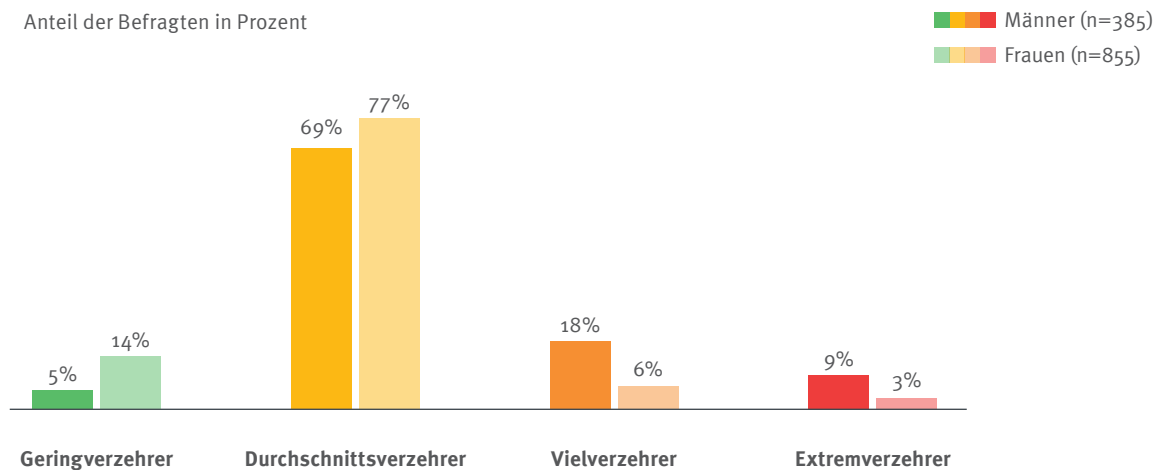


Abb. 13: Portionsgrößen beim Müsli in Abhängigkeit vom Geschlecht

Im Detail gab es darüber hinaus einige Besonderheiten: So waren an den „Rändern“ (Geringverzehrer und Extremverzehrer) die Unterschiede zwischen Mann und Frau viel größer als in den mittleren Bereichen. Die Frauen dominierten die Intervalle bis 80 Gramm Müsli, darüber waren es die Männer. 27 Prozent der Männer waren entweder Viel- oder Extremverzehrer und füllten mindestens das Dreifache der Portion, die auf der Packung angegeben war, ab. Bei den Frauen betrug der Anteil nur knapp neun Prozent. Bei den Geringverzellern war es genau umgekehrt: 14 Prozent Frauen standen fünf Prozent Männern gegenüber.

Männer füllten deutlich mehr Chips ab – Portionsangaben der Hersteller aber auch für Frauen viel zu gering

Die Durchschnittsportion Chips lag bei den Frauen bei 56 Gramm, bei den Männern bei 77 Gramm. Dieser ermittelte Wert lag damit bei beiden Geschlechtern deutlich über der angegebenen Portionsgröße von 30 Gramm auf der Verpackung. Bei den Frauen fiel eine relativ starke Gruppe von Extremverzellern auf: Acht Prozent sahen 120 Gramm und mehr als eine Portion Chips an. Bei Männern waren dies sogar knapp 18 Prozent. Bei den Geringverzellern waren dagegen die Männer deutlich in der Unterzahl (15%) gegenüber den Frauen (32%).

CHIPSPORTIONEN IM ABHÄNGIGKEIT VOM GESCHLECHT (N=1.114)

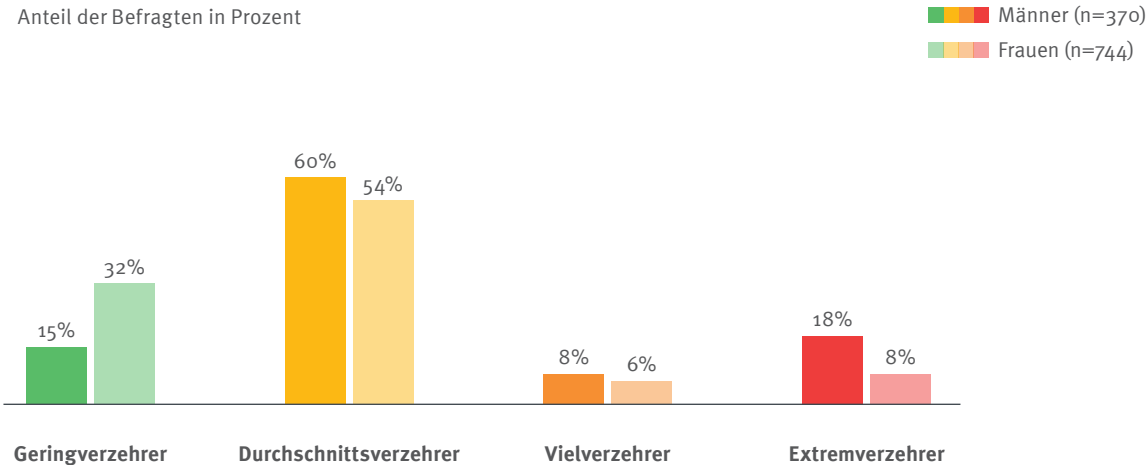


Abb. 14: Portionsgrößen bei Chips in Abhängigkeit vom Geschlecht

4.6 ERGEBNISSE IN ABHÄNGIGKEIT VOM ALTER DER BEFRAGTEN

Die Anzahl der Personen dieser Stichprobe war in den Altersgruppen 15-30 Jahre, 31-45 Jahre sowie älter als 60 Jahre mit jeweils rund 20 Prozent relativ homogen. Die Altersgruppe 46-60 Jahre dagegen war stärker (31 %) vertreten, die der Schüler (unter 15 Jahre) mit acht Prozent unterrepräsentiert. Dies hat sich aus der Zusammensetzung der Besucherinnen und Besucher in den Verbraucherzentralen bzw. bei den Veranstaltungen rein zufällig ergeben.

ALTER DER BEFRAGTEN (N=1.490)

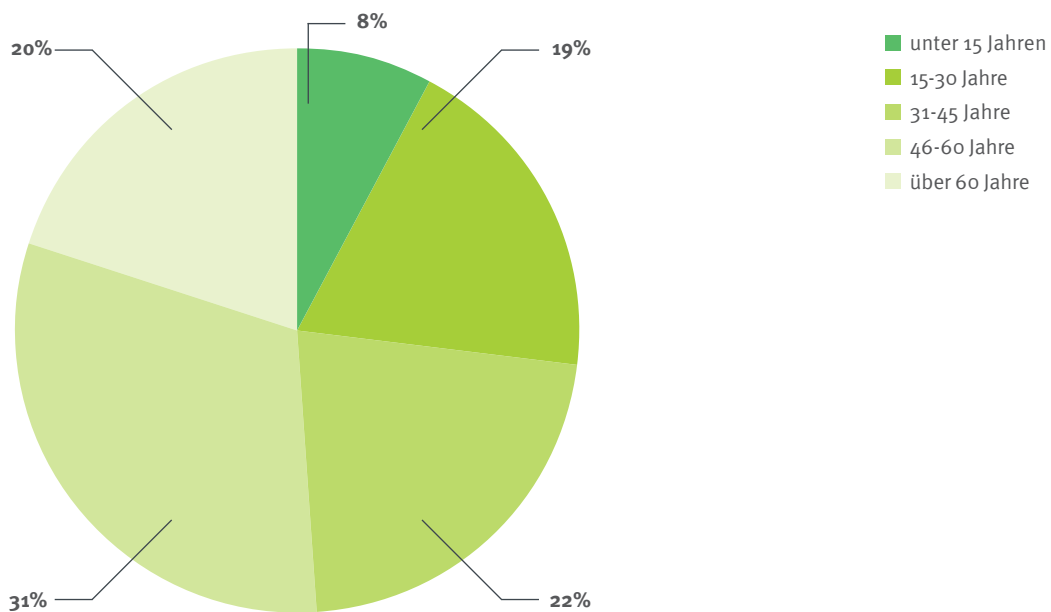


Abb. 15: Altersgruppen der Teilnehmenden

Je nach Altersgruppe gab es große Unterschiede in den Portionsgrößen sowohl für Müsli als auch für Chips.

Deutlich größere Müsliportionen bei den 15 bis 30 Jährigen

Die Altersgruppe der 15- bis 30-Jährigen wog mit 97 Gramm durchschnittlich 27 Prozent mehr Müsli ab als die anderen Altersgruppen (76 g). Knapp ein Viertel (24%) der 15 bis 30 Jährigen waren Müsli-Vielverzehrer und zehn Prozent sogar Extremverzehrer. Das waren deutlich mehr als in allen anderen Altersgruppen mit Ausnahme der Jüngsten (unter 15 Jahren), die annähernd diese Werte erreichten. Nur fünf Prozent der 15- bis 30-Jährigen gaben eine Portion mit 40 Gramm Müsli oder darunter (Geringverzehrer) an. Dieser Anteil war bei den über 60-Jährigen deutlich höher: Rund ein Fünftel (21%) waren Geringverzehrer. Diese Altersgruppe hatte auch ein deutlich niedrigeres durchschnittliches Portionsgewicht von 68 Gramm. Trotzdem war auch bei den Ältesten die Durchschnittsportion immer noch 69 Prozent höher als die Angaben auf dem Etikett.

MÜSLI: PORTIONSGRÖßEN IN ABHÄNGIGKEIT VOM ALTER DER BEFRAGTEN (N=1.240)

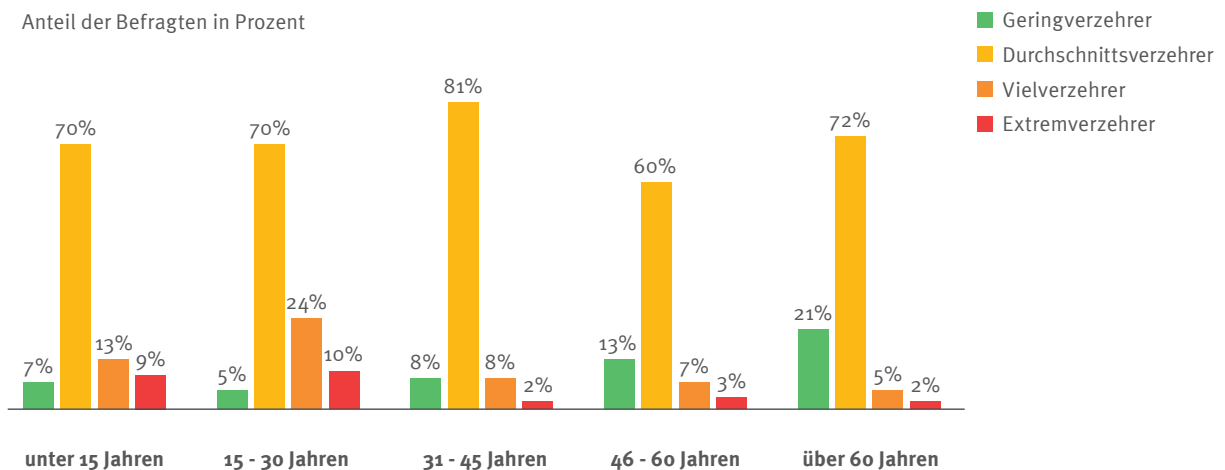


Abb. 16: Portionsgrößen bei Müsli in Abhängigkeit vom Alter der Befragten

Älteste Altersgruppe verzehrte auffallend kleinere Chipsportionen

Ein ähnliches Ergebnis gab es bei den Chips: Das höchste Durchschnittsgewicht mit 73 Gramm füllten die 15- bis 30-Jährigen ein. Die Altersgruppe über 60 Jahre wog durchschnittlich nur 47 Gramm ab und lag damit immer noch weit (+ 57%) über der vorgegebenen Portion der Industrie. Die über 60-Jährigen waren die Altersgruppe, bei der die Geringverzehrer mit 43 Prozent den größten Anteil stellten. Aber der Anteil derjenigen, die gar keine Chips verzehrten, war mit 44 Prozent bei den Senioren ebenfalls extrem hoch. Bei den unter 15-Jährigen lag dieser Anteil bei nur drei Prozent!

Bei den Extremverzehrern hatten wieder die 15- bis 30-Jährigen deutlich die Nase vorn: Mit über 20 Prozent war diese Altersgruppe die mit Abstand größte im Vergleich zu den anderen Altersgruppen. Interessant, dass aber auch die Geringverzehrer stark vertreten waren: 24 Prozent machten diese bei den 15- bis 30-Jährigen aus.

CHIPS: PORTIONSGRÖßEN IN ABHÄNGIGKEIT VOM ALTER DER BEFRAGTEN (N=1.114)

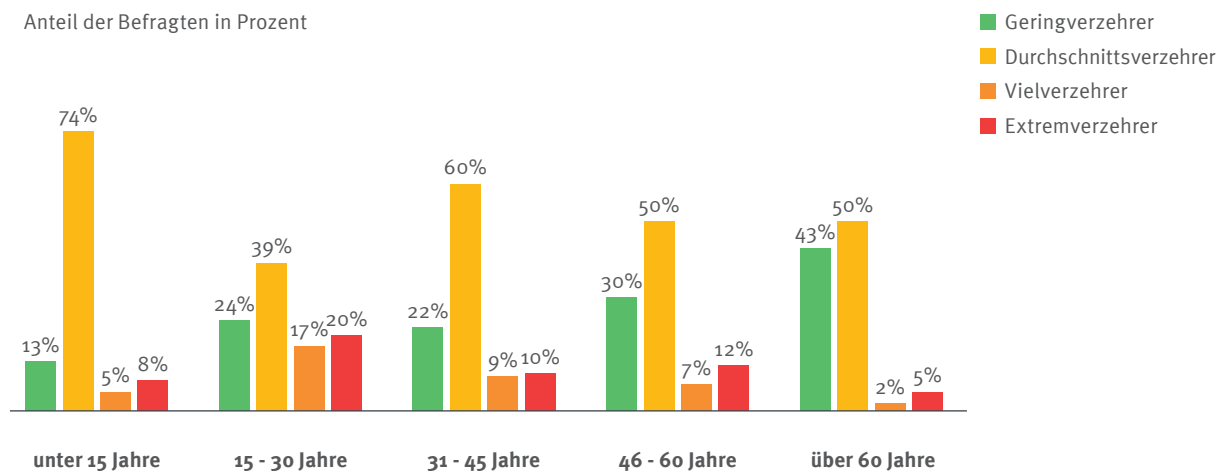


Abb. 17: Portionsgrößen bei Chips in Abhängigkeit vom Alter der Befragten

4.7 ZUSAMMENHÄNGE ZWISCHEN VERZEHRMENGE/ALTER/GESCHLECHT UND INTERESSE AN DER NÄHRWERTKENNZEICHNUNG PRO PORTION

Kein Interesse an Nährwertkennzeichnung – deutlich höherer Konsum

Wer sich nicht für Nährwertangaben interessierte, verzehrte deutlich mehr Müsli und Chips als die restlichen Teilnehmenden.

Große Unterschiede gab es vor allem bei den Chips: Über 20 Prozent der „Nicht Interessierten“ (n=211) waren Extremverzehrer, bei „Allen Anderen“ (n=1.279) waren es nur neun Prozent. Die Durchschnittsportion der „Nicht Interessierten“ wog 82 Gramm, bei allen anderen Befragten dagegen nur 60 Gramm.

Beim Müsli waren die Portionen der „Nicht Interessierten“ ebenfalls höher, aber nicht so deutlich wie bei den Chips. Die Durchschnittsportion der „Nicht Interessierten“ betrug 86 Gramm Müsli, bei allen anderen Befragten dagegen waren es nur 80 Gramm.

In der Gruppe der „Nicht Interessierten“ waren deutlich mehr Schülerinnen und Schüler (18 %) im Alter bis zu 15 Jahren vertreten, bei „Allen Anderen“ machte diese Altersgruppe nur sechs Prozent aus. Die „Nicht Interessierten“ hatten darüber hinaus einen relativ hohen Anteil an Männern mit 44 Prozent, bei „Allen Anderen“ waren es nur rund 30 Prozent.

VERGLEICH GRUPPE „NICHT INTERESSIERTE“ ZU „ALLEN ANDEREN“

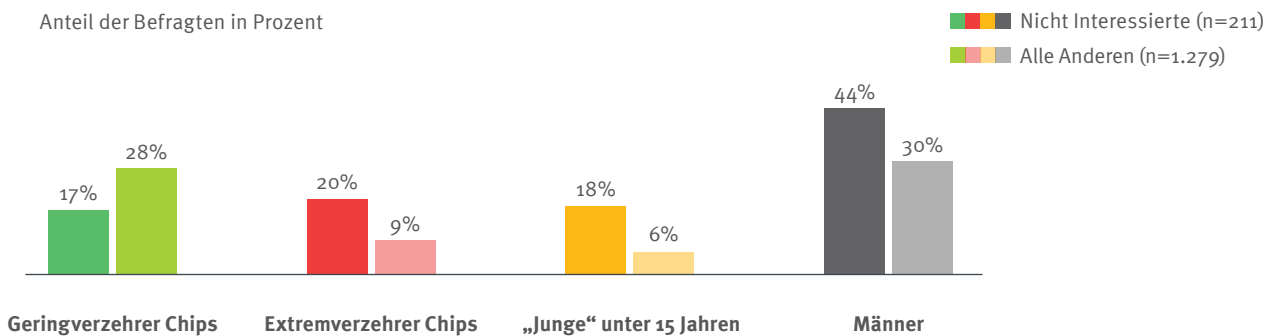


Abb. 18: Charakterisierung der Gruppe der „Nicht Interessierten“ im Vergleich zu „Allen Anderen“

4.8 FAZIT

Verbraucherinnen und Verbraucher wählten in dieser Stichprobe Portionsgrößen sehr individuell aus. Die Streuung der einzelnen Portionen war dementsprechend sehr groß: Die Befragten füllten beim Müsli Mengen zwischen elf und 302 Gramm ein, bei den Chips zwischen drei und 250 Gramm (1 Packung).

Die wichtigsten Ergebnisse der interaktiven Verbraucherbefragung lauten:

- Portionsgrößen auf den Etiketten waren den meisten Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Untersuchung bekannt (86%), doch nur wenige (5%) orientierten sich daran oder beachteten sie. Diese Kennzeichnungsform fand nur wenig Akzeptanz und Verständnis bei den Befragten.
- Die Mengenangaben zur Portion der Hersteller auf Lebensmittelverpackungen bei Müsli waren häufig kleiner, als sie in der Realität gewählt werden. Eine durchschnittliche und üblicherweise verzehrte Müsliportion war mit 81 Gramm doppelt so groß wie die Angaben der Hersteller (40 g).
- Noch etwas größer war der Unterschied bei Chips, die Hersteller gaben eine Portion mit 30 Gramm an, tatsächlich wurden im Schnitt 63 Gramm verzehrt.
- Das bedeutete, dass im Durchschnitt die aufgenommene Energie (Kalorien) und die Zuckermenge beim Müsli oder die Menge an Salz bei den Chips gut doppelt so hoch waren wie die Portionsangaben auf der Packung suggerierten.
- 89 Prozent der abgefüllten Portionen beim Müsli waren größer als die Angabe (40 g) auf dem Etikett, bei den Chips (30 g) immerhin noch 74 Prozent.
- Die Teilnehmenden hatten auch Schwierigkeiten, die Portionsangabe der Hersteller richtig einzuschätzen. Nur 39 Prozent beim Müsli und knapp 50 Prozent bei den Chips konnten aus vier vorbereiteten Schalen mit unterschiedlichen Mengen des Lebensmittels die Schale mit dem richtigen Gewicht herausfinden.
- Gut ein Drittel (34%) plädierten für Nährwertangaben pro 100 Gramm, ein Viertel (25%) bevorzugte die Ampel. Diese beiden Antworten haben überproportional viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer angekreuzt, denn nur eine von fünf Antwortmöglichkeiten konnten die Befragten auswählen. Weitere 21 Prozent der Befragten präferierten klar definierte Portionskennzeichnungen, beispielsweise ein Riegel. Durchgefallen sind die aktuellen freiwilligen Portionsangaben der Lebensmittelindustrie wie oben erwähnt: Nur fünf Prozent achten darauf.
- Die restlichen 14 Prozent interessierten sich nicht für Nährwertangaben zu Portionen. Interessant in diesem Zusammenhang, dass diese Personengruppe sowohl mehr Müsli (+8%) als auch deutlich mehr Chips (+37%) im Vergleich zu allen anderen als Portion ansah. In der Gruppe der „Nicht Interessierten“ waren überproportional viele Männer und Jugendliche (unter 15 Jahren) vertreten.

4.9 SCHLUSSFOLGERUNGEN

Zu kleine Portionsmengen auf Lebensmittelverpackungen können dazu führen, dass hohe Salz- oder Zuckergehalte „kleingerechnet“ werden, da geringe Verzehrsmengen nicht dem tatsächlichen Ernährungsverhalten entsprechen. Daher finden sie offenbar auch wenig Resonanz. Miniportionsgrößen lassen die jeweiligen Produkte „gesünder“ erscheinen, als diese tatsächlich sind.

Die Verbraucherzentralen kritisieren, dass die Lebensmittelindustrie häufig unrealistisch kleine Portionsgrößen verwendet. Diese sorgen für Verwirrung und sind keine tatsächliche Einkaufshilfe. Portionsangaben sind nur dann sinnvoll, wenn Portionen nachvollziehbar und klar definiert sind. Das kann ein Riegel Schokolade sein, eine Scheibe Wurst oder Käse, ein Becher Joghurt oder eine Pizza. Bei Sammelpackungen sollten sich die Portionsangaben auf die Einzelpackung beziehen und nicht noch weiter geteilt werden. Bei allen anderen Lebensmitteln, allen voran bei Lebensmitteln wie Müsli und Chips, die individuell und nicht standardisiert portionierbar sind, fordern die Verbraucherzentralen von den Herstellern, auf freiwillige Portionsangaben auf dem Etikett zu verzichten.

Die in dieser Untersuchung ermittelte eklatante Diskrepanz zwischen der Herstellerangabe und den tatsächlichen Portionsgrößen zeigt, dass die jüngsten Vorschläge aus Teilen der Lebensmittelindustrie, eine mögliche Ampelkennzeichnung auf Portionen zu beziehen, ein Irrweg wäre. Die Portionsgröße ist von vielen individuellen Faktoren abhängig und kann bei Produkten wie Cerealien und Knabbergebäck nur schwer vereinheitlicht werden. Die Verbraucherzentralen plädieren für die Ampelkennzeichnung, die bis auf wenige Ausnahmen prinzipiell auf 100 Gramm bzw. 100 Milliliter bezogen ist.

verbraucherzentrale