

# GESÜNDERE LEBENSMITTEL AUF EINEN BLICK ERKENNEN

**i** Die Mehrheit der Verbraucherinnen und Verbraucher möchte sich gesund ernähren.<sup>1</sup> Beim Einkaufen im Supermarkt ist jedoch schwer zu beurteilen, was die Zusammensetzung der Nährwerte bedeutet und welcher Joghurt, welche Fertigpizza oder welches Müsli am ausgewogensten ist. Der Nutri-Score, eine farbliche Nährwertkennzeichnung auf der Produktvorderseite, hilft Verbrauchern, gesündere Alternativen auf einen Blick zu erkennen.

Die Nährwertkennzeichnung ist in der EU einheitlich geregelt. Hersteller müssen auf der Rückseite von verarbeiteten Lebensmitteln in einer Tabelle angeben, wie viel Zucker, Fett oder Salz pro 100 Gramm oder Milliliter enthalten sind. Wie diese Werte zu interpretieren sind, bleibt unklar. Mitgliedstaaten können ergänzend freiwillige Nährwertkennzeichnungssysteme empfehlen. Nach einer Verbraucherbefragung hat sich das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) dazu entschieden, den Nutri-Score für Deutschland zu empfehlen. Der Nutri-Score nimmt eine Gesamtbe-

wertung des Lebensmittels vor, indem er positive und negative Nährwerteigenschaften des Produkts verrechnet. Das Ergebnis wird auf einer fünfstufigen Farbskala dargestellt. Diese Art der Kennzeichnung erleichtert es Verbrauchern nachweislich, gesündere Kaufentscheidungen zu treffen.<sup>2</sup>

**!** Der Verbraucherzentrale Bundesverband (vzbv) fordert, den Nutri-Score als verpflichtendes und einheitliches Modell auf allen Lebensmitteln einzuführen. Dafür muss sich die Bundesregierung auf EU-Ebene einsetzen.

## NUTRI-SCORE: SO KANN ES GEHEN

Nach einem wissenschaftlichen Bewertungssystem werden Punkte für Inhaltsstoffe bzw. Lebensmittel vergeben.



✓ **Inhaltsstoffe/Lebensmittel – positiv für die Bewertung**  
z.B. Eiweiß, Ballaststoffe, Obst, Gemüse, Nüsse

✗ **Inhaltsstoffe – negativ für die Bewertung**  
z.B. Zucker, gesättigte Fettsäuren, Salz

👍 **Der Score bietet Orientierung**  
Aus der Gesamtpunktzahl ergibt sich die farbliche Bewertung. Je weniger Punkte, desto besser und ausgewogener ist das Lebensmittel.

Quelle: Verbraucherzentrale Hamburg

## DER VZBV FORDERT

**👍 Nutri-Score flächendeckend einsetzen:** Der Nutri-Score bietet Verbrauchern Orientierung und zeigt, wie gesund und ausgewogen ein Produkt ist. Nach europäischer Gesetzgebung kann der Nutri-Score national nur freiwillig empfohlen werden. Unternehmen können selbst entscheiden, ob sie ihn verwenden. Die Bundesregierung muss sich bei den Lebensmittelunternehmen in Deutschland dafür einsetzen, dass der Nutri-Score flächendeckend zum Einsatz kommt. Dann ist er eine echte Hilfestellung.

**👍 Nutri-Score europaweit verpflichtend einführen:** Nur der europäische Gesetzgeber kann über eine einheitliche und verpflichtende Nährwertkennzeichnung entscheiden. Die EU-Kommission hat sich vorgenommen im

Jahr 2022 einen Vorschlag für ein einheitliches und verpflichtendes Modell vorzulegen. Die Bundesregierung muss sich dafür einsetzen, dass der Nutri-Score auf europäischer Ebene eingeführt wird. Jegliche Veränderungen an der Berechnung, die dem Nutri-Score zu Grunde liegt, müssen streng wissenschaftlich und nicht interessensgeleitet erfolgen.

**👍 Nutri-Score mit Informationskampagne begleiten:** Die Einführung des Nutri-Scores muss mit einer Informationskampagne begleitet werden, um Verbraucher über das neue Nährwertlogo aufzuklären. Informationen zur Funktionsweise, dessen Anwendung und dessen Nutzen müssen Verbrauchern bereitgestellt werden.

## DATEN UND FAKTEN

**i** Der Nutri-Score wurde zuerst in Frankreich eingeführt. Vor der Einführung wurden verschiedene Modelle der Nährwertkennzeichnung getestet. Der Nutri-Score schnitt im Vergleich zu anderen Modellen besser ab und wurde von Verbrauchern am einfachsten verstanden. Der Nutri-Score ist wissenschaftlich basiert, unabhängig erarbeitet und auf seine Wirkung überprüft.<sup>3</sup>

**i** Die Bundesregierung muss den Nutri-Score vor der Einführung bei der Europäischen Kommission

anzeigen. Nach dieser Notifizierung kann der Nutri-Score in Deutschland von den Unternehmen freiwillig verwendet werden.<sup>4</sup>

**i** Einige Unternehmen verwenden den Nutri-Score in Deutschland bereits auf freiwilliger Basis.<sup>5</sup>

**i** Aktuell empfehlen folgende Länder den Nutri-Score oder denken darüber nach: Belgien, Frankreich, Luxemburg, Spanien und Niederlande.<sup>6</sup>

## ORIENTIERUNG AM SUPERMARKTREGAL



Johanna würde sich gern gesünder und ausgewogener ernähren, hat aber meist wenig Zeit beim Einkaufen. Beim letzten Einkauf ist ihr aufgefallen, dass ihr heißgeliebter Joghurt einen neuen Aufdruck trägt. Johanna wundert sich über die farbliche Kennzeichnung und den Buchstaben vorne auf der Verpackung. Das orangefarbene D macht keinen guten Eindruck auf sie. Zu Hause will sie der Sache auf den Grund gehen. Bei einer Recherche im Internet findet sie heraus, dass aktuell in Deutschland eine farbliche Nährwertkennzeichnung diskutiert und teilweise auch

schon verwendet wird, der Nutri-Score. Die Nährwertqualität ihres Lieblingsjoghurts ist demnach nicht so gut, wie sie dachte. Sie erfährt, wie unterschiedlich vermeintlich ähnliche Lebensmittel abschneiden können. Am nächsten Tag im Supermarkt will sie verschiedene Produkte vergleichen, um eine ausgewogenere Joghurt-Alternative zu finden. Sie findet jedoch keinen vergleichbaren Joghurt, der ebenfalls den Nutri-Score trägt. Johanna rätselt, ob das wohl daran liegt, dass der Nutri-Score von den Unternehmen freiwillig verwendet werden darf.

### Gesündere Alternativen auf einen Blick erkennen

Bislang hat sie sich oft die Nährwerttabellen auf der Rückseite der Produkte angeschaut. Wie die Zahlen genau zu interpretieren sind, ist für sie aber nicht ganz klar. Gerne hätte sie in Deutschland eine Kennzeichnung auf allen Lebensmitteln, die direkt zeigt, wie ausgewogen und gesund ein Lebensmittel im Vergleich zu anderen Produkten innerhalb einer Kategorie ist. So wie Johanna geht es vielen Verbrauchern: Sie wünschen sich eine Kennzeichnung, die es ihnen erleichtert, die gesündere Alternative auf einen Blick zu erkennen.

#### Kontakt:



Anne Markwardt  
Teamleiterin Lebensmittel  
Lebensmittel@vzbv.de

1 BMEL Ernährungsreport 2018: Deutschland, wie es isst, S. 6.

2 Ducrot et al. (2016). Impact of different front-of-pack nutrition labels on consumer purchasing intentions: a randomized controlled trial. *American journal of preventive medicine* 50/5.

3 Crosetto et al. (2018). Nutritional and economic impact of 5 alternative front-of-pack nutritional labels: experimental evidence. Working Paper GAEL 11/2018.

4 BMEL, <https://www.bmel.de/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2020/048-nutri-score-notifizierung.html>

5 Verbraucherzentrale Hamburg, <https://www.vzhh.de/themen/lebensmittel-ernaehrung/nutri-score-gesucht-1000-mal-gefunden>

6 EU-Kommission: [https://ec.europa.eu/food/sites/food/files/safety/docs/labelling-nutrition\\_fop-report-2020-207\\_de.pdf](https://ec.europa.eu/food/sites/food/files/safety/docs/labelling-nutrition_fop-report-2020-207_de.pdf)

verbraucherzentrale

Bundesverband