

15. Mai 2023

Gesunde Ernährung? Mit dem Regelsatz unmöglich!

Dokumentation der Wissenschaftlichen Dienste des Bundestags belegt die wissenschaftliche Kritik am Ernährungsanteil bei der Regelbedarfsberechnung

„Es darf keine Utopie bleiben, dass es für alle Menschen in Deutschland möglich und einfach ist, sich gut und nachhaltig zu ernähren – unabhängig von Einkommen, Bildung oder Herkunft.“ Dies forderte Ernährungsminister Özdemir kurz vor Weihnachten¹ und nannte damit ein Ziel der Ernährungsstrategie, die gerade in seinem Ministerium erarbeitet wird.

Allerdings häufen sich in letzter Zeit fachliche Kritiken, dass gesunde Ernährung nicht für alle finanziell möglich ist: Der Betrag, der beim Existenzminimum für Ernährung angesetzt wurde, genügt nicht für eine gesunde Ernährung – so u.a. der Wissenschaftliche Beirat beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (im Folgenden: Beirat). Dabei ist klar, dass man für gesunde Ernährung *nicht nur* Geld braucht, sondern *auch* Wissen über gesunde Ernährung, Kochkompetenz usw. Aber Geld braucht man eben auch – so betont es u.a. der Beirat.

Deshalb hat DIE LINKE. im Bundestag hat die Wissenschaftlichen Dienste des Bundestages gefragt, wie teuer eine gesunde Ernährung ist und ob sie mit dem Regelsatz möglich ist. Die Wissenschaftlichen Dienste haben dafür viele Studien der letzten Jahre gesichtet und in einer Dokumentation² zusammengefasst. Gesunde bzw. gesundheitsfördernde Ernährung wird dabei meist so definiert wie in den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung.

Zentrales Ergebnis dieser Dokumentation der Wissenschaftlichen Dienste des Bundestages ist:

Fünf Studien, die sich auf das geltende Berechnungsmodell des Regelbedarfs beziehen und jeweils auf eigenständigen empirischen Untersuchungen basieren, kommen zu dem Ergebnis, dass der Regelbedarfs-Anteil für Ernährung nicht für eine gesunde Ernährung ausreicht.³ Von allen Studien und sonstigen Fachäußerungen, die die Wissenschaftlichen Dienste ausgewertet haben, kommt nur eine Arbeit aus dem Jahr 2008 zu dem Ergebnis, dass der Regelsatz-Anteil für Ernährung ausreicht⁴, und genau diese Arbeit ist extrem umstritten.

Diese Kritik trifft uneingeschränkt auch auf das neue Bürgergeld zu. Der Regelsatz liegt zwar im Jahr 2023 deutlich höher als im Jahr 2022. Dies gleicht aber nur die steigenden Preise aus und ändert nichts an der extrem niedrigen Kaufkraft.

Gegenwärtig zeigt die Bundesregierung kaum Problembewusstsein: Einerseits erarbeitet die Bundesregierung eine Ernährungsstrategie und will für alle Bevölkerungsgruppen eine nachhaltige und gesunde Ernährung leichter zugänglich machen. Andererseits hält die Bundesregierung daran

¹ Was auf den Tisch kommt, Die Welt vom 22.12.2022.

² Deutscher Bundestag 2022, Kosten einer Ernährung nach den Empfehlungen der DGE, WD 5 – 3000 143/22, <https://www.bundestag.de/resource/blob/930736/004057b9723a130b6b159b5d8d9fa69a/WD-5-143-22-pdf-data.pdf>.

³ Beirat 2021, Thiele 2014, Biesalski 2021, Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband 2020, Kabisch u.a. 2021.

⁴ Thießen/Fischer 2008.

fest, dass die Regelsätze anhand der Einkommens- und Verbrauchsstichprobe berechnet werden, sodass es nur darum geht, einkommenslose Menschen auf das Niveau der unteren Einkommensgruppen zu stellen. Ob eine gesunde Ernährung möglich ist, ist gegenwärtig völlig egal. Auch ob bei der Kindergrundsicherung, die es ab 2025 geben soll, gesunde Ernährung eine Rolle spielt, steht in den Sternen, denn die Höhe ist noch völlig offen. Wenn die Ampel wirklich den Koalitionsvertrag umsetzen und mit der Kindergrundsicherung „bessere Chancen für Kinder und Jugendliche schaffen“ und „mehr Kinder aus der Armut holen“ will, darf sie sich nicht vom Bundesfinanzministerium aufhalten lassen und muss genug Geld für gesunde Ernährung ermöglichen.

Das fehlende Problembewusstsein der Bundesregierung zeigte sich auch in einer Antwort auf eine **Kleine Anfrage der LINKEn zu Ernährungsarmut und Maßnahmen vom September 2022** (BT-Drs. 20/3847, <https://www.linksfraktion.de/parlament/parlamentarische-initiativen/detail/massnahmen-gegen-ernaehrungsarmut-in-deutschland/>). In der Antwort widerspricht die Bundesregierung den Empfehlungen des eigenen Beirats, ignoriert die wachsende Ernährungsarmut und hält eine gesunde Ernährung angeblich auch mit der Grundsicherung für möglich. Dabei wiederholt sie zum x-ten mal, dass es ja auf „Ernährungskompetenz und Ernährungsverhalten“ ankommt. Prof. Harald Grethe, der dem Beirat vorsaß, stellte dazu knapp fest: „Die Bundesregierung gibt den Wissenschaftlichen Beirat nicht korrekt wieder.“⁵ Prof. Hans-Konrad Biesalski, ebenfalls Mitglied des Beirats, zeigte sich empört: „Die Bundesregierung ist offensichtlich nicht in der Lage, den Text des wissenschaftlichen Beirates zu lesen und zu interpretieren – weil sie offenbar nicht willens ist, an dieser für ein reiches Land wie Deutschland beschämenden Situation etwas zu ändern“.⁶ Die Bundesregierung räumte nachträglich ein, dass sie das Gutachten falsch dargestellt hat, und bat den Beirat um Entschuldigung.⁷

Die Bundesregierung leugnet in ihrer Antwort auch ihren Handlungsspielraum. Stattdessen behauptet sie, dass der Gesetzgeber bei der Regelsatzberechnung auf das Statistik-Modell festgelegt sei und deshalb nicht bestimmen könne, welche weiteren Kosten für Ernährung einbezogen werden sollen. Tatsächlich wird der Regelsatz aber seit Jahren nicht konsequent anhand des Statistik-Modells berechnet, sondern durch unzählige Streichungen gekürzt, die zu einem Warenkorb-Modell gehören. Wenn solche Rechenschritte zulässig sind, dann logischerweise nicht nur als Kürzung, sondern auch als Erhöhung – z.B. für gesunde Ernährung.

Wenn es die Bundesregierung mit ihrer Ernährungsstrategie ernst meint, dass man in Deutschland „gesund alt werden kann – unabhängig von der sozialen Herkunft“⁸, dann müssen erst einmal alle Kinder gesund groß werden können – ohne Wachstumsverzögerungen und ohne schwierige Gehirnentwicklung, weil das Geld für gesundes Essen fehlt. Deshalb muss bei der Kindergrundsicherung das Existenzminimum entsprechend berechnet werden. Bis dahin müssen die Regelsätze erhöht werden.

Die LINKE im Bundestag fordert eine Neuberechnung des Regelsatzes. Dabei muss sichergestellt sein, dass vom Regelsatz eine gesunde Ernährung möglich ist (Antrag „Regelsätze spürbar erhöhen – 200 Euro mehr gegen Inflation und Armut, BT-Drs. 20/4053, <https://www.linksfraktion.de/parlament/parlamentarische-initiativen/detail/regelsaetze-spuerbar-erhoehen-200-euro-mehr-gegen-inflation-und-armut/>).

⁵ Frankfurter Rundschau vom 25.10.2022, <https://www.fr.de/wirtschaft/gesunde-kost-mit-hartz-iv-ernaehrung-sozial-spd-die-linke-91871603.html> (abgerufen am 3.1.2023).

⁶ Foodwatch e.V. vom 11.10.2022, <https://www.presseportal.de/pm/50496/5341655> (abgerufen am 3.1.2023).

⁷ Frankfurter Rundschau vom 25.10.2022 (s. Fn. 1).

⁸ Ernährungsminister Özdemir, Was auf den Tisch kommt, Die Welt vom 22.12.2022.

Überblick über die Studien und Fachäußerungen in der Dokumentation der Wissenschaftlichen Dienste

(ohne Studien, die keinen Bezug zum Regelsatz herstellen, sondern nur die Kosten von gesunder Ernährung mit anderen Ernährungsweisen vergleichen):

Vorbemerkung: Die Studien stammen aus unterschiedlichen Jahren. Auch ältere Studien sind in ihrer Grundaussage noch relevant, denn zwischenzeitlich wurden die Regelsätze schwerpunktmäßig nur an die Preisentwicklung angepasst sowie 2016 und 2020 statistisch neu ermittelt, was zu keinem relevanten Anstieg führte. Veränderungen des Berechnungsmodells im Zusammenhang mit einer Entscheidung des Bundesverfassungsgerichts 2010 führten nur für Kinder zwischen 6 und 13 Jahren zu einer Erhöhung.

1. Wissenschaftlicher Beirat beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (Beirat)⁹:

Der Beirat stellt eine Deckungslücke zwischen dem Regelsatz und dem Bedarf für eine gesunde bzw. gesundheitsförderliche Ernährung fest und fordert deshalb, dass die Regelsätze dringend neu berechnet und erhöht werden müssen: „Die [...] Analyse zeigt, dass die derzeitige Grundsicherung ohne weitere Unterstützungsressourcen nicht ausreicht, um eine gesundheitsfördernde Ernährung zu realisieren. Folgerichtig sind im Sinne einer den Nachhaltigkeitszielen verschriebenen Politik die Berechnungsgrundlagen und -methoden der Regelbedarfsermittlung zu überprüfen [...].“¹⁰ „Präzise, dem Lebensalltag der Menschen und ihren häufig geringen Unterstützungsressourcen realistisch angepasste Bedarfsberechnungen sind dringend vorzunehmen.“

Der Beirat setzt sich auch mit entgegenstehenden Studien auseinander, wonach eine gesunde Ernährung auch mit dem Regelsatz möglich sei. Laut Beirat gehen diese Studien von unterstützenden Faktoren aus – z.B. sozialen Netzwerken und besonderen häuslicher Fähigkeiten –, die in der Realität kaum gegeben sind. Ausdrücklich stellt der Beirat fest, dass „reine Informationsmaßnahmen und generelle Appelle zum Konsum von nachhaltigeren Lebensmitteln als Instrumente weniger geeignet“ sind als finanzielle Leistungen.¹¹

2. Thießen/Fischer¹²

Thießen und Fischer kommen 2008 zu dem Ergebnis, dass der Regelsatz sowohl in einer Minimal- als auch in einer Maximal-Berechnung über dem liegt, was als soziales Minimum definiert werden kann. Die Studie ist die einzige in der WD-Dokumentation, die zu diesem Ergebnis kommt, und stieß auf scharfe fachliche Kritik, u.a. von Hausstein/Krahmer¹³.

⁹ Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft 2020, Politik für eine nachhaltigere Ernährung, online: https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.pdf?__blob=publicationFile&v=3, abgerufen am 21.10.2022.

¹⁰ Ebd., S. 108 bzw. WD-Dokumentation, S. 9.

¹¹ Beirat 2020, S. 108; Zitat nicht in der Dokumentation der Wissenschaftlichen Dienste enthalten.

¹² Thießen und Fischer 2008, Die Höhe der sozialen Mindestsicherung – Eine Neuberechnung „bottom up“, in: Zeitschrift für Wirtschaftspolitik 57, S. 144ff, <https://www.degruyter.com/document/doi/10.1515/zfw-2008-0203/html> (abgerufen am 2.1.2023) bzw. WD-Dokumentation S. 10.

¹³ Hausstein und Krahmer 2008, Beachtung einer ‚Studie‘ um ‚Die Höhe der Mindestsicherung‘, <https://www.nachdenkseiten.de/upload/pdf/080910%20Beachtung%20einer%20Studie%20der%20TU%20Che>

3. Thiele¹⁴

Thiele stellte 2014 fest, dass eine gesunde Ernährung teurer ist als eine durchschnittliche Ernährung. Thiele fordert deshalb einen Mehrbedarf, also eine Ergänzung der Regelsätze, für vollwertige Ernährung.

4. Kersting/Clausen¹⁵

Kersting und Clausen berechneten 2007, dass mit dem „Ernährungsbudget der Regelsätze des ALG II [...] selbst eine preisgünstig konzipierte, gesunde Kost [...] bei Kindern und Jugendlichen ab dem Alter von etwa 4 Jahren nicht realisiert werden [kann]. Auch bei Ausschöpfung des niedrigpreisigen Angebots in Discountläden und Zukauf nur der dort nicht erhältlichen Lebensmittel im Supermarkt würde der derzeitige Regelsatz eine Optimierte Mischkost allenfalls für Kinder unter 6 Jahren ermöglichen.“¹⁶ Altersabhängig fehlen beim Regelsatz zwischen 0,57 Euro und 2,64 Euro pro Tag bzw. zwischen 18 und 45 Prozent des Ernährungsanteils.

5. Leclaire¹⁷

Leclaire und andere stellten 2009 fest, „dass eine vollwertige Ernährung unter den Bedingungen von Hartz IV zwar rein rechnerisch möglich ist, sich aber in der täglichen Umsetzung ausgesprochen schwierig gestaltet. Der Hartz IV-Empfänger, der sich vollwertig ernährt, wird daher eher die Ausnahme sein.“¹⁸

6. Biesalski¹⁹

Biesalski fand 2021 heraus, dass der Ernährungsanteil am Regelsatz bei Kindern und Jugendlichen zu Wachstumsverzögerungen und einer eingeschränkten kognitiven Entwicklung führt. „Eine gesunde

[mnitz.pdf](#) (abgerufen am 2.1.2023). Die Autoren kritisieren u.a. unrealistische Preise, z.B. 0,50 bis 0,70 Euro für ein 1000gr-Brot und 0,76 Euro für 1 kg Äpfel. Sie kommen zu dem Ergebnis, dass die Studie von Thießen und Fischer „jeglicher wissenschaftlicher Grundlage entbehrt.“ (S. 12).

¹⁴ Thiele 2014, Neuer Ansatz zur Ermittlung eines ALG-II-Mehrbedarfs für eine vollwertige Ernährung, in: Ernährungs Umschau 61(2), S. 32ff, <https://www.ernaehrungs-umschau.de/print-artikel/05-02-2014-neuer-ansatz-zur-ermittlung-eines-alg-ii-mehrbedarfs-fuer-eine-vollwertige-ernaehrung/> (abgerufen am 2.1.2023) bzw. WD-Dokumentation S. 11.

¹⁵ Kersting und Clausen 2007, Wie teuer ist eine gesunde Ernährung für Kinder und Jugendliche? Die Lebensmittelkosten der Optimierte Mischkost als Referenz für sozialpolitische Regelleistungen, in: Ernährungs Umschau 9/2007, S. 508ff, https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2007/09_07/EU09_508_513.qxd.pdf (abgerufen am 2.1.2023) bzw. WD-Dokumentation S. 12.

¹⁶ Ebd., S. 510f.

¹⁷ Leclaire und andere 2009, Vollwertige Ernährung unter den Bedingungen von Hartz IV, in: Technische Universität Dortmund Fach Hauswirtschaftswissenschaft Arbeitsbericht Nr. 11/2009, https://www.researchgate.net/publication/43922403_Vollwertige_Ernaehrung_unter_den_Bedingungen_von_Hartz_IV/link/5c7ea72192851c695056926f/download (abgerufen am 2.1.2023).

¹⁸ Ebd., S. 38 bzw. WD-Dokumentation S. 16.

¹⁹ Biesalski 2021, Ernährungsarmut bei Kindern – Ursachen, Folgen, COVID 19, in: Aktuelle Ernährungsmedizin 2021, 46, S. 317 ff, <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/pdf/10.1055/a-1553-3202.pdf> (abgerufen am 21.10.2022).

Ernährung für Kinder ist mit den Mitteln für Ernährung im ALGII-Bezug nicht finanzierbar.²⁰ Für eine gesunde Ernährung im Sinne der DGE-Empfehlungen müssten für Kinder unter 5 Jahren mindestens 4,50 € (statt des geltenden Regelsatz-Anteils von 2,82 €), für die Altersgruppe 6–17 Jahre mindestens 5,50 € (Regelsatz 4,01–4,98 €) und für Erwachsene (ohne Berücksichtigung des Kalorienverbrauchs) mindestens 7,50 € (Regelsatz 3,89–4,86 €) pro Tag angesetzt werden.

7. Lambeck²¹

Lambeck hielt 2019 die Frage, ob die Hartz-IV-Sätze für eine gesunde Ernährung ausreichen, nicht für eindeutig beantwortbar, da es auch auf hauswirtschaftliche Kompetenzen ankommt.

8. Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband²² mit Verweis auf Preuße²³

Der Paritätische Wohlfahrtsverband hielt 2020 mit Verweis auf Erhebungen von Preuße fest, dass die Regelsätze nicht für eine gesunde Ernährung ausreichen. Festgestellt wurden Deckungslücken von monatlich 45 Euro für alleinlebende Männer, 14 Euro für alleinlebende Frauen und rund 22 Euro für Kinder bzw. 123 Euro für einen Paarhaushalt mit zwei Kindern. Dabei wird die Unterdeckung bei Kindern und Jugendlichen allerdings reduziert, wenn sie in Ganztageseinrichtungen an einer kostenfreien Mittagsverpflegung teilnehmen können.

9. Kabisch²⁴

²⁰ Ebd., S. 319 bzw. WD-Dokumentation S. 20. Biesalski betont, dass die oft vorgeschlagene Ernährungsbildung – etwa Elternkurse zum gesunden Kochen – zwar wichtig ist, dass solche Maßnahmen aber auch nur greifen können, wenn die Familien die finanziellen Mittel für gesundes Kochen haben (S. 320). Der Artikel endet mit dem bitteren Fazit, dass „in Deutschland im Gegensatz zu anderen Ländern nicht nur der politische Wille [fehlt], sondern die Sensibilität, das Problem wahrzunehmen und die Ursachen soweit möglich zu beseitigen. Ein *weil nicht sein kann was nicht sein darf* (Hervorhebung im Original, U.M.), heißt weiterhin Augen zu und durch. Die Kinder bleiben dabei mit ihrer Gesundheit und einer Perspektive für ein besseres, d. h. gesünderes Leben auf einem unsicheren Terrain zurück.“ (S. 328)

²¹ Lambeck 2019, Stellungnahme zur Anhörung im Ausschuss für Ernährung und Landwirtschaft, https://www.bundestag.de/resource/blob/648084/595fc35b9cfc37dee740be529b465f9a/Stellungnahme_Lambeck-data.pdf (abgerufen am 3.1.2023).

²² Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband 2020, Arm, abgehängt, ausgegrenzt. Eine Untersuchung zu Mangellagen eines Leben mit Hartz IV, https://www.der-paritaetische.de/fileadmin/user_upload/Publikationen/doc/expertise-armutsfest-bedarfsgerecht_2020_web.pdf (abgerufen am 3.1.2023).

²³ Preuße 2018, Referenzbudgets in ihrer Bedeutung als sozial-kulturelle Existenzminima, https://haushalt-wissenschaft.de/wp-content/uploads/2018/09/HUW_01_2018_Referenzbudgets_Preuße.pdf (abgerufen am 3.1.2023).

²⁴ Kabisch u.a. 2021, Affordability of Different Isocaloric Healthy Diets in Germany—An Assessment of Food Prices for Seven Distinct Food Patterns In: *Nutrients* 2021, 13, 3037ff, online: <https://www.mdpi.com/2072-6643/13/9/3037> (abgerufen am 21.10.2022): „Obwohl die Lebensmittelpreise in Deutschland (im EU-Vergleich) relativ niedrig sind, können sich Haushalte mit einem niedrigen Einkommen eine normale Ernährung kaum leisten, noch weniger eine besonders gesunde Ernährung. Empfehlungen zur Ernährung müssen finanzielle Restriktionen zur Kenntnis nehmen, und die Politik sollte als Konsequenz unserer Ergebnisse die Höhe von existenzsichernden Leistungen und vom Mindestlohn überprüfen“ (S. 8, Übersetzung U.M.). Zugrunde gelegt wurden die niedrigsten Preise in unterschiedlichen Ketten in armen Stadtteilen, ohne Bio-Nahrungsmittel und ohne Sonderangebote.

Auch Kabisch u.a. belegten 2021, dass die Grundsicherung nicht für eine gesunde Ernährung genügt. Dabei wurden unterschiedliche Ernährungsweisen einbezogen, wobei eine fettarme vegetarische Kost sich als die günstigste herausstellte.

10. Verbraucherzentrale 2022²⁵

Die Verbraucherzentrale teilte 2022 den Befund, dass der Ernährungsanteil am Regelsatz nicht für eine gesunde Ernährung genügt. Sie fordert deshalb „eine deutliche Anhebung der Hartz-IV-Regelsätze, so dass auch bei hohen Lebensmittelpreisen eine gesunde Ernährung möglich ist [...], die Anpassung der Berechnungsgrundlage des Bürgergeldes, so dass realistische, lokale Kosten für eine Umsetzung der DGE-Empfehlungen zugrunde gelegt werden“²⁶.

11. Hohoff u.a.²⁷

Hohoff u.a. fanden 2022 heraus, dass der Regelsatz unabhängig von der Ernährungsform und trotz kostenloser Mittagsverpflegung in Schulen und Kindergärten nicht für die realen Kosten ausreicht.

²⁵ Verbraucherzentrale 2022, Steigende Lebensmittelpreise: Fakten, Ursachen, Tipps, <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/lebensmittelproduktion/steigende-lebensmittelpreise-fakten-ursachen-tipps-71788> (abgerufen am 3.1.2023). Der Befund basiert vermutlich nicht auf einer eigenständigen Erhebung, sondern auf den Ergebnissen des Beirats (s.o. 1. bzw. Fußnote 6).

²⁶ Ebd. bzw. WD-Dokumentation S. 27.

²⁷ Hohoff u.a. 2022, Lebensmittelkosten bei vegetarischer, veganer und omnivorer Kinderernährung: Ist eine nachhaltige Ernährung mit Hartz IV realisierbar?, In: Ernährungs-Umschau 9/2022, S.1368ff, englische Version online: https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2022/09_22/EU09_2022_M478_M482_en.pdf (abgerufen am 21.10.2022): „Die finanzielle Lücke tritt insbesondere bei Kindern und Jugendlichen ab 10 Jahren auf, da die Regelsätze der verschiedenen Altersgruppen nicht die altersspezifische Progression der Richtwerte für die Energiezufuhr der DGE abbilden“ (S. 138).