
Natürlich gesund:
Gutes Essen für alle!
gruene-bundestag.de
Foto: Adobe firefly

Lecker vielfältig gesund nachhaltig



Foto: Anna Jakutajc-Wojtalik/Unsplash

und erreichbar für alle!

Essen soll schmecken und uns satt machen. Lebensmittel können aber mehr: Wenn wir die richtige Wahl treffen, schaffen sie die Grundlage für ein langes, gesundes Leben.

Doch gesunde Ernährung wird uns nicht immer leicht gemacht. Vor allem, wenn wir zu verarbeiteten Produkten greifen. Denn da stecken häufig zu viel Zucker, Salz und ungesunde Fette drin. Und was im Regal oder an der Theke zu welchen Preisen angeboten wird, darauf haben wir als Einzelne wenig Einfluss. Hier kommt die Politik ins Spiel.

Was wir essen, entscheidet jede*r für sich. Die Folgen ungesunder Ernährung tragen wir jedoch auch als Gesellschaft gemeinsam: Adipositas, Diabetes Typ 2 und Herz-Kreislauf-Erkrankungen nehmen seit Jahren zu. Das kostet Lebensqualität und belastet unser Gesundheitssystem.

Für uns Grüne im Bundestag ist gutes Essen eine politische Aufgabe. Denn eine gesunde Wahl können wir nur treffen, wenn es transparent zugeht und Lebensmittel bezahlbar sind. Wir wollen gesunde Ernährung für alle leichter machen. Das ist auch eine Frage der Gerechtigkeit.



Foto: picture alliance / Sueddeutsche Zeitung

Essen in Gemeinschaft

Millionen Menschen essen jeden Tag außer Haus: in Kitas und Schulen, in Kantinen, Krankenhäusern und Pflegeheimen. Was hier auf den Teller kommt, ist entscheidend für unser aller Gesundheit.

Ein warmes Mittagessen in Kita und Schule ist für Kinder mehr als nur eine Mahlzeit. Gemeinsames Essen schafft Teilhabe und stärkt das soziale Miteinander. Eine ausgewogene und vielfältige Mittagsverpflegung trägt dazu bei, dass Kinder gesund aufwachsen und gut lernen können, und zwar unabhängig vom Einkommen ihrer Eltern. Im Krankenhaus und in der Pflege trägt schmackhaftes, nährstoffreiches Essen ganz wesentlich zur Genesung bei.

Obwohl die Gemeinschaftsverpflegung eine große Rolle spielt, gibt es bis heute keine verbindlichen Qualitätsstandards. Was auf den Teller kommt, hängt vom Zufall ab: von der Kommune, vom Träger, vom Budget.

Wir Grüne im Bundestag wollen das ändern. Wir wollen, dass

- die Standards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung überall gelten.
- Kinder ein kostenfreies Mittagessen bekommen.
- Küchen mehr Geld für Personal, Ausstattung und ausgewogene Zutaten bekommen: frisch, regional, saisonal und mehr Bio.



Dieses Bild wurde mit KI erstellt.

Gesündere Produkte für unsere Kinder

Süße Säfte und Drinks, die schnelle Pizza aus der Schachtel oder der Snack zwischendurch sind bei Kindern beliebt. Doch in vielen dieser Getränke und Fertiggerichte stecken große Mengen an Zucker, Salz und Fett. Die gesundheitlichen Folgen für unsere Gesellschaft sind immens.

Deshalb wollen wir bei den Rezepturen ansetzen. Eine Abgabe auf stark gezuckerte Getränke unterstützen wir ausdrücklich, denn freiwillige Zusagen der Industrie haben in Deutschland bisher kaum etwas gebracht. Wir fordern deshalb verbindliche Ziele, um Salz, Fett und Zucker auch in Fertiggerichten zu reduzieren.

Viele Werbespots für ungesunde Lebensmittel zielen direkt auf Kinder ab. Rund 15 solcher Werbespots sehen Kinder von 3 bis 13 Jahren im Schnitt pro Tag im Fernsehen und Internet. Wir müssen unsere Kinder vor manipulativer Werbung schützen. Denn eine ungesunde Ernährung hat für sie schwerwiegende Folgen: Immer mehr Kinder und Jugendliche sind übergewichtig oder sogar adipös. In England gilt seit Anfang 2026 ein Werbeverbot für Junkfood. Es ist Zeit, dass Deutschland nachzieht.

Wir müssen unsere



Foto: picture alliance / Peter Schatz


Kinder vor
manipulativer Werbung schützen.
Kinder
Kinder
Kinder
Kinder
Mini Mix



Mehr Vielfalt auf dem Teller

Foto: Unsplash

Unser Körper braucht Eiweiß. Doch dieser wichtige „Baustoff“ steckt nicht nur im Steak. Auch Linsen, Bohnen und Erbsen sind wichtige Eiweißlieferanten, ebenso wie Nüsse, Hafer oder Lupinen. Sie bringen Vielfalt in den Speiseplan. Und sie wachsen vor unserer Haustür.

Wer Eiweiß aus unterschiedlichen Quellen isst, tut seiner Gesundheit etwas Gutes. Hülsenfrüchte und Getreide ergänzen sich dabei besonders gut: Zusammen kann der Körper ihr Eiweiß besser verwerten als jedes für sich. Linsen mit Spätzle, Falafel mit Hummus oder Mais mit Bohnen gelten in vielen Regionen der Welt als bewährte Kombination. Obendrein liefern Hülsenfrüchte wichtige Vitamine und Ballaststoffe, von denen wir meist zu wenig aufnehmen.

Eiweißpflanzen wie Erbsen, Bohnen und Linsen tun aber auch dem Acker gut: Sie binden Stickstoff aus der Luft, verbessern die Frucht-



folge und sparen Dünger. Für landwirtschaftliche Betriebe sind sie ein zusätzliches Standbein. Deshalb wollen wir den heimischen Anbau von Eiweißpflanzen und deren Verarbeitung fördern. Dafür haben wir in der Regierungsbeteiligung 2024 bei der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung das Kompetenzzentrum „Proteine der Zukunft“ eingerichtet.

Uns geht es um mehr Vielfalt auf dem Teller und mehr Auswahl, ob in der Kantine oder im Supermarkt. Dazu wollen wir auch die ungerechte Besteuerung von pflanzlichen Lebensmitteln beenden. Denn im Gegensatz zu tierischen Produkten unterliegen sie dem vollen Mehrwertsteuersatz. Das macht sie für die Verbraucher*innen teurer.



Foto: picture alliance/dpa

Haltung zeigen:

Für die Tiere!

Immer mehr Menschen wollen, dass Tiere besser gehalten werden. Mehr Transparenz ist ein wichtiger Schritt zu einer besseren Haltung und verlässlicher Verbraucherinformation. Wer Fleisch kauft, soll erkennen können, wie das Tier gehalten wurde. Genau dafür haben wir als grüne Bundestagsfraktion die staatliche Tierhaltungskennzeichnung auf den Weg gebracht.

Seit 2023 ist sie beschlossene Sache. Doch die schwarz-rote Bundesregierung verzögert die Umsetzung. Für uns Grüne im Bundestag ist klar: Die Tierhaltungskennzeichnung muss kommen. Denn sie belohnt Landwirtinnen und Landwirte, die bereits in bessere Tierhaltung investiert haben. Und sie schafft die längst überfällige Transparenz für Verbraucherinnen und Verbraucher.

Wir wollen aber noch mehr und setzen uns dafür ein, die Kennzeichnung zügig auf alle Tierarten und alle Vermarktungswege auszuweiten.

UNSERE FORDERUNGEN

Gutes Essen für alle, überall

- Verbindliche Qualitätsstandards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) in Kitas, Schulen, Kantinen, Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen
- Kostenfreies Mittagessen für alle Kinder in Kitas und Schulen
- Verwirklichung des Menschenrechts auf Nahrung und Bekämpfung der Ernährungsarmut

Bessere Produkte für unsere Kinder

- Verbindliche Reduktion von Zucker, Salz und ungesunden Fetten
- Einschränkung von an Kinder und Jugendliche gerichtete Junkfood-Werbung
- Altersgrenze von 16 Jahren für Energydrinks



IM ÜBERBLICK

Vielfalt auf Teller und Acker

- Flächendeckend pflanzliche Angebote
- Förderung des heimischen Anbaus von Erbsen, Bohnen, Linsen und Lupinen
- Gerechte steuerliche Behandlung von pflanzlichen Lebensmitteln



Grafik: Shutterstock

Transparenz beim Einkauf

- Ausweitung der Tierhaltungskennzeichnung auf alle Tierarten, Produktkategorien und Vermarktungswege
- Verlässliche und langfristige Förderung von Stallumbauten für bessere Haltungsbedingungen

Faire Preise, krisenfeste Versorgung

- Begrenzung der Marktmacht von Handel und Konzernen und Einrichtung einer Preistransparenzstelle

Noch Fragen?

Zum Weiterlesen:

- Pakt für bezahlbares Leben – Preise runter, Lebensqualität rauf (Fraktionsbeschluss vom 19. September 2025)
- gruene-bundestag.de » ernaehrung

Bundestagsdrucksachen:

21/6664 Lebensmittelhandwerk erhalten – vielfältige und krisenfeste Ernährungsversorgung sicherstellen

21/6663 Lebensmittelversorgung in Deutschland krisenfest und unabhängig gestalten

21/6662 Nationale Ernährungssicherung in Zivilschutz- und Katastrophenschutzfällen

21/3602 Landwirtschaft und Ernährung zukunftsfähig gestalten

Bündnis 90/Die Grünen Bundestagsfraktion

Zoe Mayer MdB
Sprecherin für Ernährung, Landwirtschaft und Heimat und Tierschutzbeauftragte

Fachbereich 2 Ökologie

TEL 030 227 56789
FAX 030 227 56552
info@gruene-bundestag.de

Diese Veröffentlichung informiert über unsere parlamentarische Arbeit im Deutschen Bundestag. Sie darf im Wahlkampf nicht als Wahlwerbung verwendet werden.

Impressum: Bündnis 90/Die Grünen Bundestagsfraktion
Platz der Republik 1, 11011 Berlin, Gestaltung: Stefan Kaminski, Stand: November 2026