

Vorlage Nr.: 2026/0018

Eingang: 14.01.2026

## Gesundes Mittagessen für Karlsruher Kinder und Jugendliche

Antrag: CDU

| Gremien        | Termin     | TOP | Ö / N | Zuständigkeit |
|----------------|------------|-----|-------|---------------|
| Gemeinderat    | 24.02.2026 | 10  | Ö     | Kenntnisnahme |
| Schulausschuss | 24.06.2026 |     | Ö     | Behandlung    |

*Die CDU-Gemeinderatsfraktion Karlsruhe beantragt:*

Kinder und Jugendliche sollen Zugang zu einem ausgewogenen und gesunden Schulmittagessen haben. Dazu gehört insbesondere der Verzicht auf hochverarbeitete Convenience-Produkte (insb. Fleischersatzprodukte), die aufgrund des seit 2022/2023 reduzierten Fleischangebots derzeit häufig auf dem Speiseplan stehen. Frische und unverarbeitete Lebensmittel sollen Vorrang haben. Um das Speisenangebot zu erweitern, soll unverarbeitetes Fleisch (z.B. Huhn oder Rind) ab den nächsten Vergaben wieder in häufigerem Umfang angeboten werden. Als Alternative zu kurzketting Kohlenhydraten wollen wir gleichzeitig den Fokus auf komplexe und langkettige Kohlenhydrate wie Hülsenfrüchte legen.

### Sachverhalt / Begründung

In den Jahren 2022/2023 wurde das Leistungsverzeichnis der Vergabeverfahren für Schulmittagessen unter der Prämisse einer besseren CO<sub>2</sub>-Bilanz sukzessive abgeändert. Dies hatte zur Folge, dass das Fleischangebot bei gleichzeitiger Einführung von drei verpflichtenden, rein vegetarischen Tagen kontinuierlich reduziert wurde. Unter dem Gesichtspunkt Klimaschutz mag die Überarbeitung des Leistungsverzeichnisses vermutlich einer guten Absicht gefolgt sein. Allerdings müssen die Speisepläne an Tagen, an denen es bisher auch ein Fleischgericht gab, jetzt durch alternative Menüs ergänzt werden. Und dies geschieht vor allem auf Kosten der Gesundheit der Kinder und Jugendlichen:

Zur Erfüllung der bloß-kein-Fleisch-Vorgabe, bestehen die Speisepläne an Tagen mit rein vegetarischen Mittagessen auch aus hochverarbeiteten Convenience-Produkten. Hierbei handelt es sich um verzehr- oder teilfertige Lebensmittel voller Zusatzstoffe wie Aromen oder Konservierungsmittel. Aufgrund ihrer hohen Verarbeitungsstufe beinhalten Convenience-Produkte kaum Nährstoffe (d.h. Vitamine, Mineral- und Ballaststoffe), dafür jedoch oftmals zu viel Fett, Zucker und Salz.

Auf den Speiseplänen der Karlsruher Schulen stehen jetzt oftmals fetthaltige Gerichte wie Käsespätzle und Schupfnudeln mit Jägersoße oder süßen Hauptspeisen wie Kaiserschmarren, Milchreis und Nudeln mit Zucker. Das ist zwar vegetarisch und mag gegenüber den weggefallenen Fleischgerichten eine bessere CO<sub>2</sub>-Bilanz haben, ist aber alles andere als gesund oder ausgewogen.

Im Gegenteil: Dadurch lernen Kinder, dass Nachtisch ein vollwertiges und gesundes Mittagessen darstellt – vor allem dann, wenn der Speiseplan dieses Tages als „Veggietag“ deklariert wird, bei dem suggeriert wird, dass man bei allen Speisen bedenkenlos zugreifen kann. Dabei verstärkt diese falsche Ernährungssozialisation die ohnehin hohe Zuckerzufuhr. Regelmäßiger Konsum von stark fett-, salz- und zuckerhaltigen Lebensmitteln verändert das Gehirn, aktiviert das Belohnungssystem und erzeugt

ein verstärktes Verlangen nach ungesunden Speisen. Damit beginnt eine Abwärtsspirale: Wer als Kind die Wahl zwischen Couscous-Salat und Pfannkuchen mit Vanillesoße hat, entscheidet sich eher und immer wieder für Pfannkuchen. Das kann zu Gewichtszunahme, Adipositas und Diabetes führen. Die Zahl übergewichtiger Kinder steigt deutschlandweit. Zugleich wird die Proteinversorgung (bei Kindern: 0,8 g Protein pro Kilogramm Körpergewicht, bei sportlich aktiven Kindern sogar 2,0 g Protein pro Kilogramm Körpergewicht) beim aktuellen Speisenangebot nicht gewährleistet:

*Speiseplan an einem durchschnittlichen Wochentag („Veggietag“ – angeliefert von El Tucano GmbH, Wiesbaden):*

- Menü 1: Dampfkartoffeln, Schnittlauchdip, Eisbergsalat, Joghurtdressing: ca. 8–12 g Protein
- Menü 2: Pfannkuchen, Vanillesoße, Rohkost (Gurke/Karotte): ca. 10–15 g Protein
- Menü 3: Dampfkartoffeln, Quarkdip, Eisbergsalat, Joghurtdressing, Frischobst: ca. 15–20 g Protein
- Menü 4: Couscous-Salat (Gurke, Mandarine, Tomaten, Hirtenkäse) mit Petersilien-Minz-Dressing, Weizenbrötchen: ca. 20–25 g Protein
- Menü 5: Obst (voraussichtlich Wassermelone): ca. 0,5–1 g Protein

Viele vegetarische Speisen liefern die täglich benötigte Proteinmenge nicht, da sie auf einfache Beilagen oder Süßspeisen und insbesondere auf Proteine setzen, die der Körper kaum verwerten kann. Der Grund dafür ist die niedrige Bioverfügbarkeit der Produkte. Anders bei Fleisch, dessen Protein vom Körper hervorragend verwertet werden kann. Daher ist es faktisch falsch, Fleisch pauschal als ungesund darzustellen. Schließlich ist Fleisch eine wertvolle Quelle für Eisen, Zink, B-Vitamine und vor allem hochwertiges Protein. Gerade für sportlich aktive Kinder und Jugendliche stellen diese Nährstoffe eine wichtige Grundlage für Wachstum, Leistungsfähigkeit und Gesundheit dar. Zudem ist Fleisch ein natürliches, wenig verarbeitetes Produkt, wogegen dessen Ersatz durch hochverarbeitete Convenience-Produkte (z.B. vegane Frikadellen oder vegetarisches Gyros) zumeist ohne ernährungsphysiologische Substanz erfolgt. Um ein gesundes und vielfältiges Speisenangebot sicherzustellen, ist es zudem sinnvoll, Hülsenfrüchte wie Linsen, Bohnen oder Kichererbsen stärker in die Schulverpflegung zu integrieren. Sie sind komplexe Kohlenhydrate, bieten einen wertvollen Proteingehalt, Ballaststoffe und wirken dadurch positiv auf den Blutzuckerspiegel. Ihr geringes Verarbeitungsniveau macht sie zu einer guten Ergänzung zu Reis und Nudeln.

Aus diesen Gründen fordern wir, dass die Schulverpflegung künftig nicht mehr vorrangig unter dem Gesichtspunkt Klimaschutz geschieht. Die Gesundheit der Kinder und Jugendlichen muss im Mittelpunkt stehen, nicht CO<sub>2</sub>-Bilanzen. Daher soll auf hochverarbeitete Convenience-Produkte verzichtet werden. Frische und unverarbeitete Lebensmittel sollen Vorrang haben. Zudem soll ab den nächsten Vergaben unverarbeitetes Fleisch (z.B. Huhn oder Rind) auch wieder in häufigerem Umfang angeboten werden.

Unterzeichnet von:  
Stadtrat Detlef Hofmann  
Stadtrat Andreas Kehrle