

Essen im Arbeitsalltag

Datenbasis:	1.000 Erwerbstätige
Erhebungszeitraum:	1. bis 6. September 2006
statistische Fehlertoleranz:	+/- 3 Prozentpunkte
Auftraggeber:	DAK

Ziel der vorliegenden Befragung war es zu ermitteln, was Erwerbstätige im Arbeitsalltag tatsächlich essen, was sie gerne essen würden und wo sie ihre Mittagsmahlzeiten zu sich nehmen.

45 Prozent der Erwerbstätigen – vor allem die unter 30-Jährigen und die Arbeiter – essen in der Mittagspause üblicherweise ein Brot, Brötchen oder Sandwich.

34 Prozent knabbern Obst- oder Gemüsesticks, 32 Prozent essen einen Salat. Auf Frisches, wie Obst, Gemüse oder Salat greifen die Frauen deutlich häufiger als die Männer zurück.

Deftige Hausmannskost nehmen 18 Prozent in ihrer Mittagspause zu sich, vergleichsweise häufig die Ostdeutschen, die über 44-Jährigen und die Selbständigen.

16 Prozent – überdurchschnittlich häufig die Frauen und die 60 Jahre und älteren Erwerbstätigen – essen normalerweise Vorgekochtes von zu Hause.

14 Prozent – eher die Männer und die Selbständigen – nutzen den Mittagstisch im Restaurant.

12 Prozent essen Mittags etwas Süßes, also z.B. einen Riegel, Schokolade oder Kuchen.

9 Prozent – vergleichsweise häufig die unter 30-Jährigen – ernähren sich in der Mittagspause üblicherweise von Fast Food.

10 Prozent essen an einem Arbeitstag mittags für gewöhnlich aus Zeitmangel gar nichts.

▪ Übliches Mittagessen an einem Arbeitstag *)

	Brot, Brötchen, Sandwich %	Obst, Gemüse- sticks %	Salat %	deftige Hausmanns- kost %	Vorge- kochtes von zu Hause %
insgesamt	45	34	32	18	16
Ost	42	37	26	24	15
West	46	34	33	17	17
Männer	47	31	27	20	13
Frauen	43	40	40	15	22
18- bis 29-Jährige	52	39	32	15	19
30- bis 44-Jährige	47	29	31	15	15
45- bis 59-Jährige	41	37	32	22	15
60 Jahre oder älter	28	36	39	22	26
Arbeiter	57	37	21	18	17
Angestellte	45	36	35	17	15
Beamte	40	24	39	14	16
Selbständige	32	27	28	27	19

	Mittags- tisch im Restaurant %	etwas Süßes %	Fast Food %	esse aus Zeitmangel nichts %
insgesamt	14	12	9	10
Ost	10	8	7	14
West	15	13	9	9
Männer	18	10	11	11
Frauen	8	14	6	8
18- bis 29-Jährige	12	14	15	12
30- bis 44-Jährige	15	13	9	10
45- bis 59-Jährige	15	9	5	8
60 Jahre oder älter	15	13	5	12
Arbeiter	7	12	7	13
Angestellte	16	13	9	9
Beamte	12	14	9	9
Selbständige	19	7	9	11

*) Antwortvorgaben; Mehrfachnennungen waren möglich

41 Prozent der Erwerbstätigen – vor allem die Frauen und die unter 30-Jährigen - nehmen ihr Mittagessen üblicherweise direkt am Arbeitsplatz ein.

24 Prozent – eher die Männer und die Angestellten - essen in der Kantine.

21 Prozent – vergleichsweise häufig die Frauen, die älteren Erwerbstätigen sowie die Beamten und die Selbständigen – essen auch an einem Arbeitstag mittags zu Hause.

13 Prozent nehmen ihr Mittagessen in der Gemeinschaftsküche der Firma zu sich. 12 Prozent setzen sich zum Mittagessen draußen ins Freie.

11 Prozent – eher die Männer und die unter 30-Jährigen - essen unterwegs und 9 Prozent im Restaurant.

▪ **Wo wird mittags gegessen? *)**

Es essen üblicherweise in der Mittagspause

	direkt am Arbeits- platz %	in der Kantine %	zu Hause %	in der Gemein- schafts- küche %	draußen im Freien %	unter- wegs %	im Res- taur- ant %
insgesamt	41	24	21	13	12	11	9
Ost	42	27	17	15	13	16	3
West	41	24	22	13	12	10	10
Männer	38	29	17	12	11	13	11
Frauen	47	18	27	15	14	8	7
18- bis 29-J.	48	25	9	12	14	16	10
30- bis 44-J.	42	23	21	15	11	9	7
45- bis 59-J.	39	28	24	12	13	11	9
60 J. oder älter	34	12	34	12	7	11	20
Arbeiter	44	23	12	12	9	13	2
Angestellte	43	31	15	15	13	8	9
Beamte	43	18	39	10	6	1	7
Selbständige	27	7	44	8	10	23	18

*) Antwortvorgaben; Mehrfachnennungen waren möglich

Könnten Sie, frei von den tatsächlichen Gegebenheiten, wählen, dann würden 46 Prozent in ihrer Mittagspause am liebsten Salat essen. Salat würden vor allem die Frauen und die älteren Erwerbstätigen favorisieren.

Vergleichsweise beliebt sind auch Obst und Gemüsesticks, die 35 Prozent am liebsten mittags zu sich nehmen würden, wenn sie die Wahl hätten.

29 Prozent gäben in diesem Fall dem Mittagstisch im Restaurant, 25 Prozent einem Brot, Brötchen oder Sandwich, 23 Prozent deftiger Hausmannskost und 22 Prozent Vorgekochtem von zu Hause den Vorzug.

9 Prozent würden sich etwas Süßes und 6 Prozent Fast Food als Mittagessen an einem Arbeitstag wünschen.

▪ Gewünschtes Mittagessen an einem Arbeitstag *)

	Salat %	Obst, Gemüse- sticks %	Mittags- tisch im Restaurant %	Brot, Brötchen, Sandwich %	deftige Hausmanns- kost %
insgesamt	46	35	29	25	23
Ost	43	37	31	26	38
West	47	34	29	25	20
Männer	39	33	33	26	28
Frauen	56	38	23	25	16
18- bis 29-Jährige	44	42	33	32	23
30- bis 44-Jährige	45	32	31	25	20
45- bis 59-Jährige	46	34	28	23	25
60 Jahre oder älter	55	37	16	15	26
Arbeiter	33	26	28	33	29
Angestellte	50	36	29	25	21
Beamte	48	37	32	15	11
Selbständige	45	36	26	17	30

	Vorgekochtes von zu Hause %	etwas Süßes %	Fast Food %
insgesamt	22	9	6
Ost	19	9	7
West	22	9	6
Männer	18	9	7
Frauen	26	9	5
18- bis 29-Jährige	27	12	16
30- bis 44-Jährige	23	10	6
45- bis 59-Jährige	17	6	2
60 Jahre oder älter	20	8	2
Arbeiter	23	7	6
Angestellte	21	11	6
Beamte	22	6	0
Selbständige	18	6	5

*) Antwortvorgaben; Mehrfachnennungen waren möglich

Gegen den Hunger zwischendurch greifen die Erwerbstätigen – vor allem die Frauen – am häufigsten auf Obst zurück (44 %).

25 Prozent essen zwischendurch Süßigkeiten und 23 Prozent ein Brot, Brötchen oder Sandwich.

Ein Milchprodukt, wie zum Beispiel Joghurt oder Quark nehmen 20 Prozent – überdurchschnittlich häufig die Frauen – als Zwischenmahlzeit zu sich.

10 Prozent – wiederum eher die Frauen – knabbern Gemüsesticks gegen den kleinen Hunger zwischendurch.

7 Prozent essen Kuchen und 4 Prozent Salzgebäck, Cracker, Salzstangen oder Chips.

28 Prozent – überdurchschnittlich häufig die Männer – essen zwischendurch nichts.

▪ Zwischenmahlzeiten *)

	Obst %	Süßig- keiten %	Brot, Brötchen Sandwich %	Milch- produkte %
insgesamt	44	25	23	20
Ost	47	19	20	16
West	43	26	23	21
Männer	37	23	22	15
Frauen	54	28	24	27
18- bis 29-Jährige	46	37	26	20
30- bis 44-Jährige	44	29	26	19
45- bis 59-Jährige	43	16	18	22
60 Jahre oder älter	38	19	20	16
Arbeiter	34	20	15	15
Angestellte	48	28	23	22
Beamte	38	19	26	19
Selbständige	38	19	24	16

	Gemüse sticks %	Kuchen %	Salzge- bäck, Chips %	nichts %
insgesamt	10	7	4	28
Ost	13	5	2	31
West	9	7	4	27
Männer	7	7	4	32
Frauen	14	8	3	20
18- bis 29-Jährige	15	8	2	18
30- bis 44-Jährige	10	7	4	27
45- bis 59-Jährige	9	6	4	33
60 Jahre oder älter	3	7	3	32
Arbeiter	5	6	5	38
Angestellte	12	8	3	24
Beamte	8	7	1	32
Selbständige	7	4	3	30

*) Antwortvorgaben; Mehrfachnennungen waren möglich