

ÜBER LIEBLINGSSPEISEN VON SCHÜLERN UND JUNGEN ERWACHSENEN

Sabine KUPZOK

Regina RENZ

Ulrich OLTERS DORF

Institut für Ernährungswissenschaft
der Justus-Liebig-Universität Gießen

AUFGABENSTELLUNG

=====

Das wichtigste Kriterium für die Nahrungswahl ist der Genußaspekt, das gilt vor allem für Kinder. Auffallend ist, daß es wenig empirisches Material über Nahrungspräferenzen gibt. Dies gilt besonders für Kinder und die warme (Mittags-) Mahlzeit.

Aus dem Gebiet der Nahrungspräferenzen wurde der Aspekt der Lieblingsspeisen ausgewählt. In einer eher extensiven Studie sollte folgenden Fragen nachgegangen werden:

- Welcher Art sind die Lieblingsspeisen von Schulkindern und jungen Erwachsenen? Gibt es eher eine Monotonie oder eine Vielfalt?
- Wie häufig werden Lieblingsgerichte verzehrt?
- Gibt es altersabhängige Unterschiede bei den Lieblingsgerichten, gibt es geschlechtsspezifische Unterschiede? Macht sich die Pubertät bemerkbar? Hat die Schulform einen Einfluß? Wie wirkt sich die Situation in der Familie aus?

METHODE: Schriftliches Interview in Klassen (Schüler)
===== Mündliches Interview (Studenten)

STICHPROBE: unsystematisch; vorgegebene Quoten
=====

1221 Befragte 51,8% weiblich
48,2% männlich

<u>Altersgruppen (Jahre)</u>	<u>Zahl</u>
9 - 12	223
13 - 16	321
17 - 20	271
21 - 24	294
25 und älter	112

Schüler:

Grund/Hauptschüler: in Minden 157 / in Gießen 61
Schüler der Förder-
stufe/Gymnasium : " " 98 / " " 115

junge Erwachsene:

Berufsschüler : in Mannheim 200 / in Gießen 190
Studenten : " " 200 / " " 200

Befragungszeitraum: April bis Oktober 1979

Von den 1221 Befragten wurden insgesamt
5809 Lieblingsspeisen genannt,
d.h. ca. 5 pro Person.

Diese Angaben verteilen sich auf
253 verschiedene Speisen. Im Durchschnitt
wären das 23 Nennungen pro Speise,
die häufigsten Lieblingsspeisen sind:

	Nennungen
Schnitzel	263
Pommes frites	221
Pizza	213
Hähnchen	208
Steak	208
Salzkartoffeln	139
Eis	123
Nudeln	117
Reis	112
Spaghetti	91
grüner Salat	79
Gulasch	72
Frikadellen, Hamburger	68
Erbsen	53

Diese 14 häufigst genannten Lieblingsspeisen er-
hielten rund 1/3 aller Nennungen, die anderen ver-
teilen sich auf 239 Lieblingsspeisen. Es gibt also
eine individuelle Vielfalt von Lieblingsspeisen
und keine Monotonie, keinen Einheitsgeschmack.

Die genannten Lieblings Speisen lassen sich in folgende Kategorien einteilen:

	Nennungen
Fleisch	1278
Gemüse/Salat	958
Teigwaren/Pizza	604
Kartoffel (erzeugnisse)	551
Geflügel	265
Obst	252
Nachspeisen/Eis	226
Fisch	199
Suppen/Eintopf	139
Reis (gerichte)	140
Kuchen/Gebäck	129
Milch (Produkte)	121
Wurstwaren	111
Käse	96
Wild	95
Eier (gerichte)	67
Innereien	44

Das Lieblingsessen junger deutscher Menschen rankt sich um das Fleisch (vor allem Schweine- und Rindfleisch). Fleischgerichte und dazu passende Beilagen werden recht differenziert genannt. Gemüse und Salat zwar auch erfreulich häufig, doch mehr pauschal. Obwohl es sich hier um Mittagsmahlzeiten handelt, wird Obst auch recht oft genannt. Fisch ist häufiger als Suppe erwähnt. Eier und Innereien sind nur bei wenigen beliebt

Schüler erhalten ihre Lieblingsspeise (N = 431)
zu 40% nur 1mal im Monat und seltener,
zu 13% 2-3mal im Monat,
zu 34% 1mal in der Woche und
12% mehrmals in der Woche.

Fast die Hälfte der Kinder bekommt eine Lieblings-
speise wöchentlich. Lieblingsspeisen sind also
nichts Besonderes, sondern eine alltägliche Erfah-
rung.

Bei nicht wenigen jungen Menschen scheint eine Ge-
fahr des zu monotonen Essens zu bestehen.

Jungens erhalten etwas häufiger als Mädchen ihre
Lieblingsspeise ($p < 0,02$).

Es zeigt sich keine Altersabhängigkeit.

Es gibt hinsichtlich der Lieblingsspeisen kaum
geschlechtsspezifische Unterschiede.

Männliche Schüler mögen etwas mehr Kartoffeln,
Salate und Suppen,
weibliche Schüler mögen etwas mehr Gemüse und Nudeln.

Junge Männer mögen etwas mehr Fleisch,
junge Frauen mögen mehr Gemüse, Milch, Obst und
Salat.

Die Nennung der Lieblingsspeise hängt deutlich vom Alter ab.

Die wesentlichen Unterschiede bei Schülern sind
($p < 0,05$):

	Schüler bis zu 12 Jahren (N=223) (Nennungen in %)	Schüler 13 Jahre u.mehr (N=208) (Nennungen in %)
Spaghetti	14,3	6,3
Tomatensoße	9,9	3,8
Ketchup	7,6	1,4
Schnitzel	4,0	13,5
Salzkartoffeln	12,1	23,1
Kartoffelbrei	1,3	5,8

Bei den anderen Speisen zeigen sich keine signifikanten Unterschiede.

Ältere Schüler nähern sich einer "Erwachsenen"-Kost.

Bei jungen Erwachsenen sind die wesentlichen Unterschiede:

	14-16 (N= 928)	17-18 876	19-24 2386	25 + 465)
	Jährige (in % der Nennungen)			
Geflügel	6,4	5,6	2,2	2,2
Nudeln	13,0	13,1	8,8	8,6
Kartoffeln	11,8	12,2	5,1	6,5
Fisch	1,8	3,3	4,7	7,3
Wild	0,6	1,3	2,7	3,0
Milchprodukte	0,8	1,1	6,7	5,8

Der Einfluß des Schultyps bzw. Ausbildungsform ist

Wie bei deutschen Erwachsenen, so sind auch bei den Jugendlichen die Lieblings Speisen eher Tellergerichte als Menüs. So nennen nur 3% der Schüler eine Vorspeise und 38% eine Nachspeise.

Im Mittelpunkt der Lieblings Speise steht eindeutig das Fleisch (einschließl. Geflügel). Je älter die Kinder werden, desto häufiger wird es genannt. So nennen es 60% der Schüler und 84% der jungen Erwachsenen. (Die Restkategorien sind: Eintöpfe, Fisch, Pizza, Spaghetti, usw.)

Die beliebtesten Beilagen zum Fleisch sind bei allen: Kartoffeln (ca. 25%), Pommes frites (ca. 20%) und Reis und Nudeln (mit je 8%). Als weitere Beilagen werden vor allem von jungen Erwachsenen Salat und Gemüse genannt.

Nur 28% der Schüler nennen bei ihrer Lieblings Speise überhaupt eine 2. Beilage. Bei Teenagern werden typische Imbißgerichte (Hähnchen, Pizza, Pommes frites usw.) überdurchschnittlich häufig genannt.

Es zeigt sich jedoch, daß bei der Zusammenstellung von Lieblings Speisen eine breite individuelle Vielfalt vorherrscht. Die absolut häufigste Kombination - Hähnchen mit Pommes frites (ohne weitere Beilage) - wird von nur 5,3% der Schüler genannt, es folgt dann mit 2,6% Schnitzel, Kartoffeln und Gemüse.

Eine Clusteranalyse über die Kombinationen bestätigt, daß jüngere Schüler (< 13 J.) eher Spaghetti, Nudeln Soßen, Pudding und Eis mögen; ältere Schüler eher Fleisch, Geflügel und Kartoffeln.

Folgende Lieblingsgetränke wurden von Berufsschülern und Studenten (N = 790) genannt (2988 Nennungen):

Zahl der Nennungen

Wein	354
Bier	337
Milch/Milch-Mix-Getränke	234
Fruchtsaft	213
Cola-Getränke	210
Mineralwasser	201
Kaffee	201
Tee	196
Spirituosen	150
Limonaden	146
Mixgetränke mit Alkohol	144
Kakao	69
Sekt	63
Mixgetränke ohne Alkohol	61
Apfelwein	37

Junge Männer nennen alkoholische Getränke häufiger als junge Frauen (z.B. Bier 17% : 5%; Spirituosen 7% : 3%).

Es gibt auch eine deutliche Altersabhängigkeit.

Die bis-zu-16jährigen nennen zu 34% alkoholische Getränke als ihre Lieblingsgetränke, eine unerfreulich hohe Zahl. Bei den 17-18jährigen sind es 41% und bei den über 24jährigen gar 49%.

Zusammenfassend zeigt sich,

- daß es bei den Lieblingsspeisen eine große individuelle Vielfalt gibt, wobei Fleisch in Form von Teller- bzw. Imbißgerichten vorherrschen.
- daß Lieblingsspeisen sehr häufig verzehrt werden, daß es alltägliche Gerichte sind.
- daß die Wahl der Lieblingsspeise und -getränke deutlich vom Alter abhängt, wobei der Zeitraum der Pubertät deutlich sichtbar wird.
- daß die Nennung der Lieblingsspeisen auch von anderen Faktoren abhängt (aber im Vergleich zum Alter in geringerem Ausmaß): Geschlecht, Schul- bzw. Ausbildungsform (dies ist aber vom Alters- einfluß überlagert) und geographische Herkunft (hier nicht beschrieben); andere Faktoren (die hier nicht beschrieben sind: Körpergewichtsstatus, Familiensituation) zeigten keinen Einfluß.