

Auf einen Blick

Nachhaltige Verpflegung der Volunteers während der EURO 2024

Die Art und Weise, wie die Verpflegung während der EURO 2024 gestaltet ist, hat große Konsequenzen für die Nachhaltigkeitswirkung der Veranstaltung. Lassen Sie uns dem Anspruch einer nachhaltig ausgerichteten Fußball-Europameisterschaft gerecht werden und leckere, klimafreundliche Speisen für die Volunteers anbieten!

Worauf sollten Sie bei der Auswahl der Speisen und Getränke achten? Für die Gespräche mit und Auswahl von gastronomischen Unternehmen haben wir diese Fragen und Tipps für Sie zusammengestellt:

✓ **Möglichst viele pflanzliche oder vegetarische Komponenten im Speisenangebot**

Eine Ernährung mit mehr pflanzlichen Lebensmitteln hat einen großen Effekt auf unser Klima und kann mit einfachen Schritten umgesetzt werden. Statt Butter kann zum Beispiel ein pflanzliches Streichfett verwendet werden – ein wirkungsvoller Schritt und ein gutes Signal nach außen. Und schon eine Halbierung des Fleischkonsums, also eine „flexitarische“ Ernährungsweise, senkt die CO₂-Emissionen um 27%. Eine pflanzenbasierte Ernährungsweise kann diesen Wert sogar auf fast 50 % steigern¹. Am besten wäre daher ein leckeres pflanzenbetontes Speisenangebot.

Wir empfehlen Ihnen:

- Möglichst auf frisch zubereitete, wenig verarbeitete Lebensmittel und Gerichte zu setzen, z.B. auf buntes, saisonales Gemüse, auf Getreide, Hülsenfrüchten und Nüsse.
- Bei Menüs mit pflanzenbasierten Speisen zu starten. Pflanzliche Suppen oder Salate als Vorspeise sättigen die Volunteers bereits vor der Hauptspeise und so fällt der Anteil an tierischen Produkten automatisch geringer aus.
- Stets mindestens eine pflanzenbasierte Option für die Volunteers anzubieten.
- Der Caterer/ das Restaurant sollte eine Auswahl von mindestens zwei Speisen anbieten, auch bei einer rein pflanzenbasierten Verpflegung. Die Möglichkeit, sich zwischen zwei Speisen entscheiden zu können, erhöht rein psychologisch die Zufriedenheit.
- Wer den Fleischgeschmack unbedingt haben möchte kann auch beispielsweise auf Speckwürfel als Topping setzen, anstatt auf einen Braten.
- Generell gilt die Regel: Je stärker ein Lebensmittel verarbeitet ist, desto höher ist der CO₂-Fußabdruck. Häufig geht dies auch mit negativen Gesundheitsaspekten einher. Dies gilt auch für hochverarbeitete vegetarische oder vegane Ersatzprodukte.

¹ Bundesinformationszentrum Landwirtschaft (2022). [Wie klimaschädlich sind tierische Lebensmittel?](https://www.landwirtschaft.de/diskussion-und-dialog/umwelt/wie-klimaschaedlich-sind-tierische-lebensmittel)
<https://www.landwirtschaft.de/diskussion-und-dialog/umwelt/wie-klimaschaedlich-sind-tierische-lebensmittel>

✓ **Möglichst viele regionale und/oder saisonale Produkte im Speisenangebot**

Gerade in den Sommermonaten haben viele Obst und Gemüsesorten aus heimischem Anbau Saison. Nutzen Sie diese frischen, leckeren und vitaminreichen Lebensmittel. Regionale und saisonale Lebensmittel sind nicht nur für die Umwelt gut, sondern unterstützen auch lokale Erzeuger.

Bei der Auswahl der Speisen können Sie auf folgendes achten:

- Enthält der Speiseplan saisonale Produkte?
- Werden frische Lebensmittel eingesetzt? Tiefgefrorene Produkte erhöhen den Energieverbrauch. Erkundigen Sie sich bei Ihrem Restaurant oder Caterer.
- Wird heimisches Gemüse und Obst angeboten?

Regionale und saisonale Produkten erkennen Sie mit Apps oder Saison-Kalender, z. B. den [Saisonkalender](#) zu Obst und Gemüse vom NABU; oder die „GrünZeit“ App (für [Android](#) oder [Apple](#)) der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein.

✓ **Verwendung von möglichst vielen Produkten in Bio-Qualität im Speisenangebot**

Bio-Produkte sind in vielen Aspekten umwelt- und klimafreundlicher. In der Bio-Landwirtschaft werden keine Kunstdünger verwendet und der Einsatz von Pflanzenschutzmittel ist minimiert. Dies verbessert den Boden-, Insekten und Artenschutz und erhöht die Biodiversität. Da sie keine chemischen Pflanzenschutzmittel, Antibiotika oder Hormone enthalten, sind Bio-Lebensmittel auch gesünder. Ökologische Landwirtschaft verbraucht bis zu 40 % weniger Energie als die konventionelle Landwirtschaft und verursacht somit weniger Treibhausgasemissionen. Auch bei Bio-Produkten gilt: je mehr pflanzliche Anteil auf dem Teller, desto umwelt- und klimafreundlicher².

✓ **Ein nachhaltiges Getränkeangebot ist wichtig**

Auch mit dem Angebot und der Auswahl an Getränken können Sie zu einer positiven Umweltbilanz Ihres Angebots beitragen.

- Stellen Sie Leitungswasser bereit. So kann z. B. ein großer Wasserspender bestellt werden, wo sich die Volunteers ihre eigenen Flaschen auffüllen können. Mit Zitruscheiben oder frischer Minze kann das Wasser geschmacklich angereichert werden. Ggf. reicht dies als Getränkeangebot völlig aus. Weisen Sie die Volunteers bei der Wasseraufnahme darauf hin, dass sie sich allein zur Hitzevorsorge ausreichend mit Flüssigkeit versorgen sollten.
- Wenn es Saft geben soll, achten Sie auch hier auf Regionalität, d. h. greifen Sie eher zum heimischen Apfelsaft (auch Kirsche, Quitte, Pflaume, Johannis etc.) anstelle von Orangensaft.
- Falls Getränke in Flaschen angeboten werden sollen, achten Sie auf Mehrweg.

² Bund Ökologische Lebensmittelwirtschaft (2018). [Ist Bio Klimafreundlich?](#)

- Regionale Kräutertees können auch gut kalt getrunken werden. Wird Kaffee angeboten, dann auf fair gehandelte und ökologische Kaffeeprodukte achten.

✓ Vermeidung von Lebensmittelabfällen

In Deutschland werden pro Jahr ca. 11. Mio. Tonnen an Lebensmitteln weggeworfen. Das sind ca. 78 kg pro Person. 17 % der Lebensmittelabfälle entstehen in der Außer-Haus-Verpflegung³.

Diese Tipps helfen dabei, die Lebensmittelverschwendung beim Catering zu reduzieren:

- Die Speisen sollten in kleinen Portionen angeboten werden und dafür mehrmals nachgelegt bzw. ein Nachschlag angeboten werden.
- Einzelne Speisen dürfen auch mal ausgehen, solange die Volunteers von den verbleibenden Speisen noch satt werden können.
- Ein Korb mit regionalem Bio-Obst als Snack kann auch am nächsten Tag noch mal angeboten werden.
- Achten Sie auf die Speisenfolge: Ist der Speiseplan so aufgebaut, dass Lebensmittel restlos verbraucht werden können? Wird ein potentieller Suppenrest beispielsweise am nächsten Tag für eine Soße eingeplant? So werden Reste verwendet statt verschwendet. Selbstverständlich geht das nur, wenn die Suppe noch nicht vor dem Gast stand.
- Salate sollten hitzestabil (Rohkostsalate) und angemacht angeboten werden: gerade beim Buffet wird vom Blattsalat häufig wenig genommen, gleichzeitig welken Reste zügig.
- Falls doch Reste entstehen: Geben Sie die Reste weiter an Tafeln oder über Foodsharing.

Weitere Informationen und nützliche Tipps gibt es bei [Zu Gut für die Tonne!](#) und bei der [Kompetenzstelle zur Vermeidung von Lebensmittelabfall in der Außer-Haus-Verpflegung](#).

✓ Vermeidung von Verpackung

- Pfandsysteme und Mehrwegverpackungen: Achten Sie darauf, dass Ihre gastronomischen Unternehmen diese nutzen bzw. anbieten.
- Umweltschonender Einsatz von Geschirr: Achten Sie bei Buffetangeboten auf wiederverwendbares Geschirr und Besteck. Für Fingerfood reichen oft umweltfreundliche Servietten.
- Wiederverwendung oder Recycling von Verpackungen: Falls sich Verpackungen nicht vermeiden lassen, achten Sie auf Re-Use oder Recycling.

³ Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (2022). [Lebensmittelabfälle in Deutschland: Aktuelle Zahlen zur Höhe der Lebensmittelabfälle nach Sektoren](#)

✓ **Ganz generell gilt:**

- **Transparenz:** Fragen Sie nach den Bezugsquellen, z. B. nach den Kontaktdaten der landwirtschaftlichen Betriebe, von denen die Produkte stammen. Das kann auch für die Volunteers spannend sein. Erzählen Sie ggf. Produktgeschichten: „Gemüsebauerin Anne baut den Mangold für das heutige Gratin an“. Auch das Ausrechnen der Treibhausgasemissionen, die durch einzelne Menüs entstehen, ist möglich und zeigt den Volunteers die Nachhaltigkeitsbemühungen (z. B. mit der [KlimaTeller App](#)), [hier](#) gibt es ein praktisches Anwendungsbeispiel.
- **Soziales:** Neben ökologischen Aspekten sind auch soziale Folgen in der Produktion zu beachten. Verwenden Sie nach Möglichkeit fair gehandelte Produkte.

Sie sehen – es gibt viele Stellschrauben, um eine nachhaltige Verpflegung der Volunteers zu organisieren. Drehen wir an ihnen für mehr Nachhaltigkeit bei der EURO 2024!

 **EURO24 Volunteers**
Nachhaltige Verpflegung

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit
und Verbraucherschutz

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages