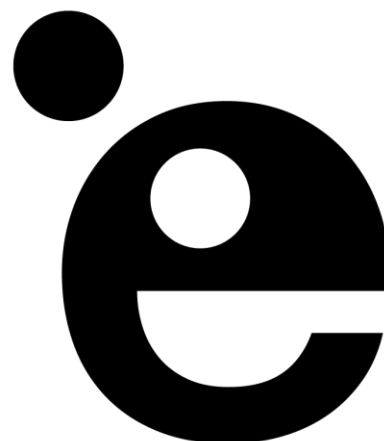


Zucker in Milchlischgetränken und Quarks Salz in Suppen und Salatsaucen

Standortbestimmung 2020

Esther Infanger, Externas GmbH
Publiziert im August 2021

Im Auftrag des Bundesamtes für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV



Impressum

Vertrag Nr. 0714001588 zur Auswertung von zwei Erhebungswellen im Rahmen der Erklärung von Mailand. Bericht übergeben im Mai 2021.

Auftraggeber

Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV
Schwarzenburgstrasse 155
3003 Bern
www.blv.admin.ch

Autorin

Esther Infanger
Externas GmbH
Aspenweid 2
6214 Schenkon
www.externas.ch

Illustrationen

Salzstreuer von ICONS8, Zuckerstreuer von freepik.

Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung	8
Résumé	9
Sintesi	10
Summary.....	11
1. Einleitung	12
2. Vorgehen	13
2.1. Erhebung Zuckergehalt.....	15
2.2. Erhebung Salzgehalt	16
3. Interpretation der Boxplots.....	17
4. Milchmischgetränke	18
4.1. Definitionen	18
4.2. Standortbestimmung Milchmischgetränke	19
4.3. Zuckergehalte in Milchmischgetränken – Tabellen und Diagramme	20
5. Quarks	29
5.1. Definitionen	29
5.2. Standortbestimmung Quarks.....	30
5.3. Zuckergehalte in Quarks – Tabellen und Diagramme	31
6. Suppen.....	39
6.1. Definition Suppen.....	39
6.2. Standortbestimmung Suppen	40
6.3. Salzgehalte in Suppen – Tabellen und Diagramme	41
7. Salatsaucen.....	50
7.1. Definition Salatsaucen	50
7.2. Standortbestimmung Salatsaucen	51
7.3. Salzgehalte in Salatsaucen – Tabellen und Diagramme	52
8. Weiteres Vorgehen.....	60

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Liste der durchgeführten Auswertungen.....	14
Tabelle 2: Milchmischgetränke-Sorten.....	18
Tabelle 3: Zuckergehalt (in g/100 ml) in Milchmischgetränken.....	20
Tabelle 4: Zugesezter Zucker (in g/100 ml) in den verschiedenen Sorten von Milchmischgetränken.....	21
Tabelle 5: Zugesezter Zucker (in g/100 ml) in den Milchmischgetränken der verschiedenen Unternehmen.....	22
Tabelle 6: Zugesezter Zucker (in g/100 ml) in Milchmischgetränken, abhängig davon, ob die Produkte an Kinder gerichtet sind oder nicht.....	23
Tabelle 7: Zugesezter Zucker (in g/100 ml) in Milchmischgetränken, abhängig vom Laktosegehalt.....	24
Tabelle 8: Zugesezter Zucker (in g/100 ml) in Milchmischgetränken, abhängig vom Proteingehalt.....	25
Tabelle 9: Zugesezter Zucker (in g/100 ml) in Milchmischgetränken, abhängig vom Fettgehalt.....	26
Tabelle 10: Zugesezter Zucker (in g/100 ml) in konventionell produzierten Milchmischgetränken im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten.....	27
Tabelle 11: Zugesezter Zucker (in g/100 ml) in Milchmischgetränken, abhängig von der Produktbasis.....	28
Tabelle 12: Quark-Sorten.....	29
Tabelle 13: Zuckergehalt in Quarks.....	31
Tabelle 14: Zugesezter Zucker (in g/100 g) in den verschiedenen Quark-Sorten.....	32
Tabelle 15: Zugesezter Zucker (in g/100 g) in den Quarks der verschiedenen Unternehmen.....	33
Tabelle 16: Zugesezter Zucker (in g/100 g) in Quarks, abhängig davon, ob die Produkte an Kinder gerichtet sind oder nicht.....	34
Tabelle 17: Zugesezter Zucker (in g/100 g) in Quarks, abhängig davon, ob die Produkte als Desserts vermarktet werden oder nicht.....	35
Tabelle 18: Zugesezter Zucker (in g/100 g) in Quarks, abhängig vom Fettgehalt.....	36
Tabelle 19: Zugesezter Zucker (in g/100 g) in konventionell produzierten Quarks im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten.....	37
Tabelle 20: Zugesezter Zucker (in g/100 g) in Quarks, abhängig von der Produktbasis.....	38
Tabelle 21: Suppen-Sorten.....	39
Tabelle 22: Salzgehalt in Suppen.....	41
Tabelle 23: Salzgehalt (in g/100 ml) in den verschiedenen Suppen-Sorten.....	42
Tabelle 24: Salzgehalt (in g/100 ml) in den Suppen der verschiedenen Unternehmen.....	43
Tabelle 25: Salzgehalt (in g/100 ml) in den Suppen, abhängig von der Zubereitungsart.....	44
Tabelle 26: Salzgehalt (in g/100 ml) in Suppen, abhängig von verwendetem Salztyp.....	46
Tabelle 27: Salzgehalt (in g/100 ml) in Suppen, abhängig vom Einsatz von geschmacksverstärkenden Zutaten.....	47
Tabelle 28: Salzgehalt (in g/100 ml) in konventionell produzierten Suppen im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten.....	48
Tabelle 29: Salzgehalt (in g/100 ml) in Suppen, abhängig davon, ob geeignet für Vegetarier oder nicht.....	49
Tabelle 30: Salatsaucen-Sorten.....	50

Tabelle 31: Salzgehalt in Salatsaucen	52
Tabelle 32: Salzgehalt (in g/100 ml) in den verschiedenen Salatsaucen-Sorten	53
Tabelle 33: Salzgehalt (in g/100 ml) in den Salatsaucen der verschiedenen Unternehmen	54
Tabelle 34: Salzgehalt (in g/100 ml) in Salatsaucen, abhängig vom Fettgehalt	55
Tabelle 35: Salzgehalt (in g/100 ml) in Salatsaucen, abhängig vom verwendetem Salztyp	56
Tabelle 36: Salzgehalt (in g/100 ml) in Salatsaucen, abhängig vom Einsatz von geschmacksverstärkenden Zutaten	57
Tabelle 37: Salzgehalt (in g/100 ml) in Salatsaucen in konventionell produzierten Salatsaucen im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten	58
Tabelle 38: Salzgehalt (in g/100 ml) in Salatsaucen, abhängig davon, ob geeignet für Vegetarier oder nicht	59

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Erläuterung Boxplot-Diagramm	17
Abbildung 2: Gegenüberstellung der Gehalte an Gesamtzucker und zugesetztem Zucker in Milchmischgetränken (exkl. ungezuckerte Produkte)	20
Abbildung 3: Verteilung der Gehalte an zugesetztem Zucker in Milchmischgetränken (exkl. ungezuckerte Produkte)....	20
Abbildung 4: Gehalt an zugesetztem Zucker in den verschiedenen Milchmischgetränke-Sorten (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)	21
Abbildung 5: Gehalt an zugesetztem Zucker in den Milchmischgetränken der verschiedenen Unternehmen (A-R) (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte).....	22
Abbildung 6: Gehalt an zugesetztem Zucker in Milchmischgetränken, abhängig davon, ob die Produkte an Kinder gerichtet sind oder nicht (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)	23
Abbildung 7: Gehalt an zugesetztem Zucker in Milchmischgetränken, abhängig vom Laktosegehalt (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)	24
Abbildung 8: Gehalt an zugesetztem Zucker in Milchmischgetränken, abhängig vom Proteingehalt (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)	25
Abbildung 9: Gehalt an zugesetztem Zucker in Milchmischgetränken, abhängig vom Fettgehalt (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)	26
Abbildung 10: Gehalt an zugesetztem Zucker in konventionell produzierten Milchmischgetränken im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte).....	27
Abbildung 11: Gehalt an zugesetztem Zucker in Milchmischgetränken, abhängig von der Produktbasis (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)	28
Abbildung 12: Gegenüberstellung der Gehalte an Gesamt-zucker und zugesetztem Zucker in Quarks.....	31
Abbildung 13: Verteilung der Gehalte an zugesetztem Zucker in Quarks.....	31
Abbildung 14: Gehalt an zugesetztem Zucker in den verschiedenen Quark-Sorten.....	32
Abbildung 15: Gehalt an zugesetztem Zucker in den Quarks der verschiedenen Unternehmen (A-E).....	33
Abbildung 16: Gehalt an zugesetztem Zucker in Quarks, abhängig davon, ob die Produkte an Kinder gerichtet sind oder nicht	34
Abbildung 17: Gehalt an zugesetztem Zucker in Quarks, abhängig davon, ob die Produkte als Desserts vermarktet werden oder nicht	35
Abbildung 18: Gehalt an zugesetztem Zucker in Quarks, abhängig vom Fettgehalt	36
Abbildung 19: Gehalt an zugesetztem Zucker in konventionell produzierten Quarks im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten.....	37
Abbildung 20: Gehalt an zugesetztem Zucker in Quarks, abhängig von der Produktbasis	38
Abbildung 21: Verteilung der Salzgehalte in Suppen.....	41
Abbildung 22: Salzgehalt in den verschiedenen Suppen-Sorten	42
Abbildung 23: Salzgehalt in den Suppen der verschiedenen Unternehmen (A-G).....	43
Abbildung 24: Salzgehalt in Suppen (inkl. Bouillons), abhängig von der Zubereitungsart.....	44
Abbildung 25: Salzgehalt in Suppen (exkl. Bouillons ohne Einlagen), abhängig von der Zubereitungsart	45
Abbildung 26: Salzgehalt in Bouillons ohne Einlagen, abhängig von der Zubereitungsart.....	45

Abbildung 27: Salzgehalt in Suppen, abhängig von verwendetem Salztyp	46
Abbildung 28: Salzgehalt in Suppen, abhängig vom Einsatz von geschmacksverstärkenden Zutaten	47
Abbildung 29: Salzgehalt in konventionell produzierten Suppen im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten	48
Abbildung 30: Salzgehalt in Suppen, abhängig davon, ob geeignet für Vegetarier oder nicht.....	49
Abbildung 31: Verteilung der Salzgehalte in Salatsaucen	52
Abbildung 32: Salzgehalt in den verschiedenen Salatsaucen-Sorten.....	53
Abbildung 33: Salzgehalt in den Salatsaucen der verschiedenen Unternehmen (A-N)	54
Abbildung 34: Salzgehalt in Salatsaucen, abhängig vom Fettgehalt	55
Abbildung 35: Salzgehalt in Salatsaucen, abhängig vom verwendeten Salztyp	56
Abbildung 36: Salzgehalt in Salatsaucen, abhängig vom Einsatz von geschmacksverstärkenden Zutaten	57
Abbildung 37: Salzgehalt in konventionell produzierten Salatsaucen im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten.....	58
Abbildung 38: Salzgehalt in Salatsaucen, abhängig davon, ob geeignet für Vegetarier oder nicht	59

Zusammenfassung

2015 fand in Mailand die Weltausstellung «Expo 2015» unter dem Motto «Feeding the planet – Energy for Life» statt. Im Rahmen dieser Ausstellung unterzeichneten am 15. August 2015 zehn Schweizer Unternehmen gemeinsam mit Bundesrat Alain Berset die Erklärung von Mailand. Die Unternehmen verpflichteten sich damit, die Rezepturen ihrer Produkte zu überprüfen und den Zuckergehalt ihrer Joghurts und Frühstückscerealien schrittweise zu reduzieren. Zwei Jahre später konnten vier weitere Unternehmen dazu gewonnen werden, sich der Erklärung von Mailand anzuschliessen.

2019 einigten sich die unterdessen vierzehn Unternehmen und Bundesrat Alain Berset darüber, die Erklärung von Mailand bis 2024 fortzusetzen und durch weitere Lebensmittelgruppen sowie den Nährstoff Salz zu erweitern.

Der vorliegende Bericht beschreibt die Ausgangssituation bezüglich Zucker- respektive Salzgehalt mit Stand 2020 in den neuen Produktgruppen Milchmischgetränke, Quarks, Suppen und Salatsaucen. Basierend darauf wird das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV die Reduktionsziele, die über die nächsten Jahre erreicht werden sollen, definieren können.

Insgesamt wurden Daten zu 123 Milchmischgetränken von siebzehn Unternehmen, 67 Quarks von fünf Unternehmen, 357 Suppen von sieben Unternehmen und 136 Salatsaucen von dreizehn Unternehmen ausgewertet. Neben den Daten, welche dem BLV von den Unternehmen zur Verfügung gestellt wurden, wurden Produktinformationen aus dem Internet und ab Verpackungen zusammengetragen.

Zusammenfassung nach Produktgruppen:

Milchmischgetränke

Milchmischgetränke enthielten durchschnittlich 6,25 g zugesetzten Zucker pro 100 ml. Kaffee- und auch Schokoladegetränke enthielten weniger Zucker. Getränke auf Basis von Joghurt bzw. Sauer Milch waren deutlich stärker gezuckert als solche auf Basis von Milch oder Buttermilch. Getränke mit der Zielgruppe Kinder enthielten einen geringeren Zuckeranteil. Vollständig ungezuckerte Produkte gab es nur drei.

Quarks

Quarks wiesen einen durchschnittlichen Anteil an zugesetztem Zucker von 9,0 g pro 100 g auf. Kinderquarks machten beinahe die Hälfte der erhobenen Produkte aus und waren weniger stark gezuckert. Ungezuckerte Produkte gab es keine.

Suppen

Der durchschnittliche Salzgehalt in den Suppen betrug 0,9 g pro 100 ml. Mehr als 80% der Suppen enthielten zusätzlich geschmacksverstärkende Zutaten. Suppen mit einem Kaliumsalz-Anteil wiesen einen leicht geringeren Salzgehalt auf. Die Hälfte der Suppen wurde ausschliesslich mit jodiertem Salz gesalzen. Gut ein Drittel aller Suppe enthielt kein jodiertes Salz. Die restlichen enthielten Salzmischungen. Bei den Bio-Suppen enthielten nur vereinzelte jodiertes Salz.

Salatsaucen

Salatsaucen besaßen einen durchschnittlichen Salzgehalt von 2,0 g pro 100 ml. Gegen 80% der Produkte enthielten zusätzlich geschmacksverstärkende Zutaten. Als besonders stark gesalzen stachen die asiatischen Sorten hervor. Gut ein Drittel der Salatsaucen enthielt jodiertes Salz. Bio-Salatsaucen hingegen wurden alle ausschliesslich mit unjodiertem Salz hergestellt.

Résumé

En 2015 s'est tenue à Milan l'exposition universelle « Expo 2015 », qui avait pour thème « Nourrir la planète – Énergie pour la vie ». Dans le cadre de cette exposition, dix entreprises suisses et le conseiller fédéral Alain Berset ont signé, le 15 août 2015, la Déclaration de Milan. Ces sociétés se sont engagées à revoir la recette de leurs produits et à réduire progressivement la teneur en sucre de leurs yogourts et de leurs céréales pour petit-déjeuner. Deux ans plus tard, quatre autres sociétés décidaient à leur tour de signer la Déclaration de Milan.

En 2019, ces quatorze entreprises et le conseiller fédéral Alain Berset convenaient de prolonger la déclaration de Milan jusqu'en 2024 et de l'élargir à d'autres groupes de denrées alimentaires et au sel.

Le présent rapport décrit la situation relative aux teneurs en sucre et en sel en 2020 pour les boissons lactées aromatisées, les sérés, les soupes et les sauces à salade. Sur cette base, l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV pourra définir les objectifs de réduction qui devront être atteints ces prochaines années.

Les données relatives à 123 boissons lactées de 17 entreprises, à 67 sérés de 5 entreprises, à 357 soupes de 7 entreprises et à 136 sauces à salade de 13 entreprises ont été évaluées. Les informations sur le produit ont été fournies par les entreprises à l'OSAV ou collectées sur internet ou relevées sur l'emballage.

Résumé par groupe de produits

Boissons lactées aromatisées

Les boissons lactées aromatisées contenaient en moyenne 6,25 g de sucres ajoutés par 100 ml. Les boissons au café ou au chocolat en contenaient moins. Les boissons à base de yogourt ou de lait acidulé contenaient nettement plus de sucres ajoutés que celles à base de lait ou de babeurre. Les boissons destinées aux enfants avaient une part de sucre plus faible. Il n'y avait que trois produits totalement exempts de sucres ajoutés.

Sérés

Les sérés présentaient un taux de sucres ajoutés moyen de 9,0 g pour 100 g. Les sérés pour enfants représentaient près de la moitié des produits collectés et contenaient moins de sucres ajoutés. Il n'y avait pas de produits exempts de sucres ajoutés.

Soupes

La teneur moyenne en sel dans les soupes était de 0,9 g par 100 ml. Plus de 80 % des soupes contenaient en plus des ingrédients rehaussant le goût. Les soupes contenant une part de sel de potassium présentaient une teneur en sel légèrement plus faible. La moitié des soupes avaient été salées uniquement avec du sel iodé. Un peu plus d'un tiers des soupes étaient exemptes de sel iodé ; les autres contenaient un mélange de sels. Concernant les soupes bio, seules quelques-unes contenaient du sel iodé.

Sauces à salade

Les sauces à salade avaient une teneur moyenne en sel de 2,0 g par 100 ml. Quelque 80 % des produits contenaient en plus des ingrédients rehaussant le goût. Les sauces asiatiques étaient particulièrement salées. Plus d'un tiers des sauces à salade contenaient du sel iodé. Les sauces à salade bio, en revanche, étaient salées avec du sel non iodé.

Sintesi

Nel 2015 si è svolta a Milano l'esposizione universale «Expo 2015», il cui slogan era «Nutrire il pianeta. Energia per la vita». Nell'ambito di questa esposizione, il 15 agosto 2015 dieci aziende svizzere hanno firmato la Dichiarazione di Milano insieme al consigliere federale Alain Berset. Le imprese si sono così impegnate a rivedere le composizioni dei loro prodotti e a ridurre gradualmente il contenuto di zucchero dei loro yogurt e cereali da colazione. Due anni dopo, altre quattro aziende hanno aderito alla Dichiarazione di Milano.

Nel 2019, le ormai quattordici aziende e il consigliere federale Alain Berset hanno concordato di prolungare la Dichiarazione di Milano fino al 2024 e di ampliarla per includere altri gruppi di alimenti oltre al contenuto di sale.

Questo rapporto descrive la situazione iniziale relativa al contenuto di zucchero e sale a partire dal 2020 nei nuovi gruppi di prodotti di bevande a base di latte misto, quark, zuppe e condimenti per insalate. Su questa base, l'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria USAV potrà definire gli obiettivi di riduzione da raggiungere nei prossimi anni.

In totale sono stati valutati i dati di 123 bevande a base di latte misto di 17 aziende, 67 quark di 5 aziende, 357 zuppe di 7 aziende e 136 condimenti per insalate di 13 aziende. Oltre ai dati forniti all'USAV dalle aziende, sono state raccolte informazioni sui prodotti da Internet e dagli imballaggi.

Sintesi per gruppo di prodotti:

Bevande a base di latte

Le bevande a base di latte misto contenevano una media di 6,25 g di zucchero aggiunto per 100 ml. Le bevande al caffè e anche quelle al cioccolato contenevano meno zucchero. Le bevande a base di yogurt o latte acidulato erano significativamente più zuccherate di quelle a base di latte o latticello. Le bevande destinate ai bambini contenevano una percentuale di zucchero inferiore. Solo tre prodotti fra quelli oggetto di studio si sono rivelati completamente non zuccherati.

Quark

I quark avevano un contenuto medio di zucchero aggiunto di 9,0 g per 100 g. Quelli per bambini rappresentavano quasi la metà dei prodotti esaminati ed erano meno zuccherati. Non sono stati rilevati prodotti non zuccherati.

Zuppe

Il contenuto medio di sale nelle zuppe era di 0,9 g per 100 ml. Più dell'80% conteneva anche esaltatori di sapidità. Le zuppe con una percentuale di sale di potassio avevano un contenuto di sale leggermente inferiore mentre la metà delle zuppe era salata esclusivamente con sale iodato. Poco più di un terzo delle zuppe non conteneva sale iodato, mentre il resto conteneva miscele di sale. Fra le zuppe biologiche solo un numero ristretto conteneva sale iodato.

Condimenti per insalate

I condimenti per insalate avevano un contenuto medio di sale di 2,0 g per 100 ml. Circa l'80% dei prodotti conteneva anche esaltatori di sapidità. Le varietà asiatiche si distinguevano per essere particolarmente salate. Poco più dei condimenti per insalate conteneva sale iodato, mentre tutti i condimenti biologici per insalate erano prodotti esclusivamente con sale non iodato.

Summary

In 2015, the world exhibition “Expo 2015” took place in Milan under the heading “Feeding the planet – Energy for Life”. During the exhibition, on 15 August, Federal Councillor Alain Berset and ten Swiss companies signed the Milan Declaration. In so doing, the companies undertook to review the recipes of their products and gradually reduce the sugar content of their yoghurts and breakfast cereals. Two years later, four more companies were persuaded to sign up to the Milan Declaration.

In 2019, the fourteen companies and Federal Councillor Alain Berset agreed to continue the Milan Declaration until 2024 and to expand it to include other food groups and the nutrient salt.

This report describes the initial situation with regard to sugar and salt content as at 2020 in the new product groups of milk-based beverages, quarks, soups and salad dressings. On this basis, the Federal Food Safety and Veterinary Office (FSVO) will be able to define the reduction targets to be achieved over the next few years.

In total, data were analysed for 123 milk-based beverages from seventeen companies, 67 quarks from five companies, 357 soups from seven companies and 136 salad dressings from thirteen companies. In addition to the data provided to the FSVO by the companies, product information was collected from the internet and from packaging.

Summary by product group

Milk-based beverages

Milk-based beverages contained on average 6.25 g of added sugar per 100 ml. Coffee drinks and chocolate drinks contained less sugar. Drinks based on yoghurt or sour milk contained significantly more added sugar than those based on milk or buttermilk. Drinks aimed at children as the target group had a lower sugar content. Only three products contained no added sugar.

Quarks

Quarks had an average added sugar content of 9.0 g per 100 g. Children’s quarks accounted for nearly half of the products surveyed and contained much less added sugar. There were no products without added sugar.

Soups

The average salt content of the soups was 0.9 g per 100 ml. More than 80% of the soups also contained flavour-enhancing ingredients. Soups containing potassium salt had a slightly lower salt content. Half of the soups contained iodised salt only. Over a third of all soups contained no iodised salt. The rest contained mixtures of salts. Only a few of the organic soups contained iodised salt.

Salad dressings

Salad dressings had an average salt content of 2.0 g per 100 ml. Around 80% of these products also contained flavour-enhancing ingredients. The Asian varieties stood out as being especially heavily salted. Over a third of the salad dressings contained iodised salt. Organic salad dressings, however, were all made exclusively with non-iodised salt.

1. Einleitung

2015 fand in Mailand die Weltausstellung «Expo 2015» unter dem Motto «Feeding the planet – Energy for Life» statt. Im Rahmen dieser Ausstellung unterzeichneten am 15. August 2015 zehn Schweizer Firmen gemeinsam mit Bundesrat Alain Berset die Erklärung von Mailand. Damit verpflichteten sich die Unternehmen die Rezepturen ihrer Produkte zu überprüfen und wo möglich den Zucker in ihren Joghurts und Frühstückscerealien im Verlauf der darauffolgenden Jahre schrittweise zu reduzieren. Zwei Jahre später konnten vier weitere Firmen dazu gewonnen werden, sich der Erklärung anzuschliessen.

Unter der Federführung des Bundesamtes für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV wurden für beide Produktgruppen Reduktionsziele vereinbart und regelmässige Standortbestimmungen durch das BLV konnten zeigen, dass die gesteckten Ziele erreicht wurden. Die Erklärung von Mailand kann somit als erfolgreiches Beispiel einer freiwilligen Zusammenarbeit zwischen Bund und Wirtschaft betrachtet werden. Infolgedessen einigten sich die Unternehmen und Bundesrat Alain Berset im Sommer 2019 darüber, die Erklärung von Mailand bis 2024 fortzusetzen und durch weitere Lebensmittelgruppen sowie den Nährstoff Salz zu erweitern¹.

Die Festlegung der weiteren Lebensmittelgruppen geschah basierend auf den Daten der Nationalen Ernährungserhebung menuCH². Diese zeigte, dass neben Joghurt und Frühstückscerealien, auch Milchmischgetränke³ und Quarks⁴ zum hohen Zuckerkonsum beitragen⁵. Beim Salzkonsum steuern unter anderem Brot, Saucen und Suppen in relevantem Umfang zum hohen Salzkonsum bei⁶. Um wiederum konkrete und realistische Reduktionsschritte festlegen zu können, wurde in einem ersten Schritt eine Bestandesaufnahme der Sortimente der neuen Produktgruppen sowie eine Standortbestimmung der Zucker- respektive Salzgehalte der Produkte durchgeführt werden. Von den Broten mussten dank des BLV Brot-Monitorings 2019 keine Daten mehr erhoben werden⁷.

Der vorliegende Bericht beschreibt die Ausgangssituation Stand 2020 in den Produktgruppen Milchmischgetränke, Quarks, Suppen und Salatsaucen. Basierend darauf definiert das BLV Reduktionsziele, die über die nächsten Jahre schrittweise erreicht werden sollen. Weitere Standortbestimmungen werden folgen, um zu verfolgen, wie sich die Sortimente verändern und ob sich die Zucker- und Salzgehalte entsprechend den vereinbarten Reduktionsschritten vermindern.

¹ www.blv.admin.ch/blv/de/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/zuckerreduktion.html

² www.blv.admin.ch/blv/de/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/menuch.html

³ Unter dem Begriff «Milchmischgetränke» sind in diesem Bericht immer auch Getränke auf Basis von pflanzlichen Milch-Alternativen mitgemeint (siehe Kapitel 4.1.).

⁴ Unter dem Begriff «Quarks» wurden in diesem Bericht auch Produkte aus Mischungen von Quark mit Joghurt, Milch oder Molke eingeschlossen (siehe Kapitel 5.1.).

⁵ Fachinformation «Wichtigste Quellen von Zucker – welche Lebensmittel tragen zu der zu hohen Zuckerrzufuhr der Schweizer Bevölkerung bei?», www.blv.admin.ch/blv/de/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/zuckerreduktion.html

⁶ Fachinformation «Wichtigste Quellen von Salz – welche Lebensmittel tragen zu der zu hohen Salzzufuhr der Schweizer Bevölkerung bei?», www.blv.admin.ch/blv/de/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/salzstrategie.html

⁷ Brotmonitoring des BLV 2019, www.blv.admin.ch/blv/de/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/salzstrategie/salz-brot.html

2. Vorgehen

Die Unternehmen, welche sich bereit erklärt hatten, den Zucker- respektive Salzgehalt der neuen Produktgruppen zu überprüfen, wurden gebeten, dem BLV eine Liste ihrer aktuellen Sortimente (Stand 2020) mit Angaben zu den Zutaten sowie dem Gehalt an Gesamtzucker und zugesetztem Zucker respektive Salz einzureichen.

Die folgenden Unternehmen haben ihre Daten zur Verfügung gestellt:

Milchmischgetränke

ALDI SUISSE AG
Coop Genossenschaft
Cremo SA
Danone AG
LIDL Schweiz
Migros-Genossenschafts-Bund
Molkerei Lanz AG
Nestlé Suisse S.A.
Wander AG

Quark

ALDI SUISSE AG
Coop Genossenschaft
Danone AG
Migros-Genossenschafts-Bund
Molkerei Lanz AG

Suppen

ALDI SUISSE AG
Coop Genossenschaft
Migros-Genossenschafts-Bund
Oswald Nahrungsmittel GmbH
Unilever Schweiz GmbH

Salatsaucen

ALDI SUISSE AG
Coop Genossenschaft
Lidl Schweiz
Migros-Genossenschafts-Bund
Nestlé Suisse S.A.
Oswald Nahrungsmittel GmbH
Unilever Schweiz GmbH

Um den Schweizer Markt besser abzubilden, wurden auch Produktdaten weiterer Firmen hinzugezogen. Diese Angaben wurden im Herbst 2020 durch die Auftragnehmerin von den Webseiten der entsprechenden Unternehmen und vereinzelt direkt ab den Produktverpackungen zusammengetragen. Die Ein- und Ausschlusskriterien zu den einzelnen Produktgruppen werden in den entsprechenden Kapiteln 4 bis 7 aufgeführt.

Allfällige Duplikate in den vier Datensätzen wurden entfernt. Produkte, welche in verschiedenen Verpackungsgrößen erhältlich waren, aber dieselbe Zusammensetzung und denselben Nährwert aufwiesen, wurden nur einmal berücksichtigt.

Jeder Datensatz wurde anschliessend verschiedenen Plausibilitätsprüfungen unterzogen. Unplausible Daten wurden, wenn nötig, berichtigt. Bei Unsicherheiten wurde bei den Firmen nachgefragt. Konnte eine unplausible Angabe weder berichtigt noch bestätigt werden, wurde das Produkt ausgeschlossen.

Für die statistische Auswertung wurden sämtliche Produkte nach verschiedenen Eigenschaften kategorisiert. Gewisse dieser Kategorien wurden von den Erhebungen bei den Joghurts und Frühstückscerealien übernommen. Für die vier Datensätze wurden zudem individuell weitere Kategorien definiert, um jede Produktgruppe möglichst umfassend zu beschreiben und allfällige Muster bezüglich Zucker- resp. Salzgehalt zu erkennen. Eine Übersicht über die durchgeführten Auswertungen findet sich in Tabelle 1.

Die statistischen Auswertungen (inkl. Erstellung der Diagramme) wurden mit Excel durchgeführt. Es wurden folgende Parameter bestimmt: Median, Mittelwert, Standardabweichung, Minimum und Maximum. Da die Datensätze keine Normalverteilung aufzeigen, wurden für die Vergleiche zwischen den verschiedenen Kategorien wie bei den beiden vorangehenden Erhebungen die Median-Mittelwerte verwendet. Extreme Werte haben einen geringeren Einfluss auf den Median als auf den Mittelwert.

Tabelle 1: Liste der durchgeführten Auswertungen

	Milchmischgetränke	Quarks	Suppen	Salatsaucen
Über alle Produkte hinweg*	x	x	x	x
Nach Sorte*	x	x	x	x
Nach Unternehmen*	x	x	x	x
Nach Produktbasis	x	x		
Nach Zubereitungsart			x	
Abhängig davon, ob geeignet für Vegetarier oder nicht			x	x
Abhängig davon, ob Bio oder nicht*	x	x	x	x
Abhängig davon, ob an Kinder gerichtet oder nicht*	x	x		
Abhängig davon, ob als Dessertprodukt vermarktet oder nicht*		x		
Abhängig davon, ob laktosehaltig oder nicht*	x			
Abhängig vom Proteingehalt (angereichert oder nicht)*	x			
Abhängig vom Fettgehalt	x	x		x
Abhängig vom verwendeten Salztyp			x	x
Abhängig vom Einsatz von geschmacksverstärkenden Zutaten			x	x

* Auswertungen, welche bereits bei den Erhebungen über den Zuckergehalt in Joghurts und Frühstückscerealien durchgeführt wurden.

2.1. Erhebung Zuckergehalt

Der Zuckergehalt wurde in g pro 100 ml (bei Milchlischgetränken) respektive g pro 100 g (bei Quarks) erhoben. Von vereinzelt Milchlischgetränken standen nur Angaben pro 100 g zur Verfügung. Diese wurden unter Annahme einer Dichte von 1 auf pro 100 ml umgerechnet.

Für die Berechnung der Durchschnitte (Mediane) wurden ausschliesslich die gezuckerten Produkte berücksichtigt. In ausgewählten Boxplots werden die ungezuckerten Produkte hingegen auch angezeigt, um ersichtlich zu machen, zu welchen Subkategorien sich diese zuordnen lassen. Künstlich gesüsste Produkte wurden ganz von der Auswertung ausgeschlossen.

Die Durchschnitte wurden ungewichtet ermittelt, da keine Informationen zu den Verkaufsvolumen oder -zahlen zur Verfügung standen.

Die Werte für den zugesetzten Zucker der aus dem Internet zusammengetragenen Produkte wurden basierend auf den deklarierten Nährwerten und den Angaben in den Zutatenliste geschätzt. Es wurde dafür der Anteil Zuckerarten aus Milch und Milchprodukten sowie Früchten, welcher nicht zum zugesetzten Zucker zählt (siehe Kapitel 2.1.1.), geschätzt und vom Gesamtzucker-Gehalt abgezogen.

2.1.1. Definition und Berechnung des zugesetzten Zuckers

Nach der ersten Erhebung im Rahmen der Erklärung von Mailand verfasste das BLV einen Leitfaden zur Definition und Berechnung des zugesetzten Zuckers⁸. Er sollte gewährleisten, dass alle an der Erhebung beteiligten Unternehmen dasselbe unter dem Begriff «zugesetzter Zucker» verstehen und den Anteil an zugesetztem Zucker in ihren Produkten auf eine vergleichbare Art und Weise berechnen.

Das BLV schloss sich dabei der Definition der europäischen hochrangigen Gruppe für Ernährung und körperliche Bewegung (High Level Group on Nutrition and Physical Activity⁹) an. Diese lautet wie folgt:

«Der Begriff «zugesetzter Zucker» bezieht sich auf Saccharose, Fruktose, Glukose, Stärkehydrolysate (Glukosesirup, High-Fruktose-Sirup) und andere isolierte Zuckerpräparate, unabhängig davon, ob diese als solche verwendet oder während der Zubereitung oder Produktion von Lebensmitteln zugegeben werden. Zuckeralkohole (Polyole) wie Sorbit, Xylit, Mannit und Laktit werden üblicherweise nicht zum zugesetzten Zucker gerechnet. Im Rahmen dieses Anhangs werden auch Zuckerarten aus Honig, Sirupen, Fruchtsäften und Fruchtsaftkonzentraten zum zugesetzten Zucker gerechnet.»¹⁰
(Definition übersetzt aus dem Englischen.)

Ausserdem zählt das BLV auch Zuckerarten aus anderen Lebensmitteln mit süssender Wirkung zum zugesetzten Zucker, z. B. Fruchtpulver und -pulpen oder Malzextrakte. Dadurch wird gewährleistet, dass die vorliegende Definition mit dem Schweizer Lebensmittelrecht übereinstimmt, im Spezifischen mit der nährwertbezogenen Angabe «ohne Zuckerzusatz»¹¹.

Die Angabe «davon Zucker» in der Nährwertdeklaration auf einer Verpackung entspricht hingegen nicht der Menge an zugesetztem Zucker, sondern der Menge sämtlicher Mono- und Disaccharide. Darin eingeschlossen sind der zugesetzte Zucker sowie weitere Zuckerarten, die von Natur aus in Lebensmitteln enthalten sind wie zum Beispiel Milchzucker in Milchprodukten. Die Angabe «davon Zucker» kann im Gegensatz zum zugesetzten Zucker analytisch bestimmt werden. Die Menge des zugesetzten Zuckers muss berechnet werden.

⁸ Leitfaden zur Definition und Berechnung des zugesetzten Zuckers, BLV 2018, www.blv.admin.ch/blv/de/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/zuckerreduktion.html

⁹ https://ec.europa.eu/health/nutrition_physical_activity/high_level_group_de

¹⁰ EU Framework for National initiatives on selected nutrients, Annex II: Added sugars,

https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/nutrition_physical_activity/docs/added_sugars_en.pdf

¹¹ Anhang 13, Ziffer 19 der Verordnung des EDI betreffend die Information über Lebensmittel LIV, www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2017/158/de

Im vorliegenden Bericht wird der deklarierte Zucker als Gesamtzucker bezeichnet, um ihn klar erkennbar vom zugesetzten Zucker abzugrenzen.

2.2. Erhebung Salzgehalt

Der Salzgehalt der Suppen und Salatsaucen wurde in g pro 100 ml verzehrsfertig bzw. zubereitet erhoben. Bei aus dem Internet zusammengetragenen Produkten standen teilweise nur die Angaben pro 100 g Pulver zur Verfügung. Diese wurden mit Hilfe der Zubereitungshinweisen auf pro 100 ml umgerechnet. Allfällige Flüssigkeitsverluste beim Kochen wurden dabei nicht berücksichtigt.

Bei vereinzelt Produkten mussten die Angaben von «pro 100 g zubereitet» auf «pro 100 ml zubereitet» umgerechnet werden. Fehlten die dazu nötigen Angaben¹² auf der Verpackung oder konnte die Firma keine Information zur Dichte machen, wurde die Umrechnung mit Hilfe einer geschätzten Dichte aus der Dichte-Datenbank der FAO¹³ durchgeführt.

Die Durchschnitte (Mediane) wurden ungewichtet ermittelt, da keine Informationen zu den Verkaufsvolumen oder -zahlen zur Verfügung standen.

¹² Gleichzeitige Angabe von Gewicht und Volumen des Produktes auf der Verpackung.

¹³ FAO/INFOODS Density Database V2, www.fao.org/infoods/infoods/tables-and-databases/faoinfoods-databases/en

3. Interpretation der Boxplots

Für die Darstellung der Zucker- respektive Salzgehalte wurden hauptsächlich Boxplots verwendet. Mit Boxplots lassen sich Verteilungen grafisch übersichtlich und einfach verständlich darstellen.

Der klassische Boxplot (Box mit Antennen und Darstellung von Median und Ausreißern) wurde durch die Kennzeichnung des Mittelwerts mit Hilfe eines Kreuzes innerhalb der Box ergänzt (siehe Abb. 1).

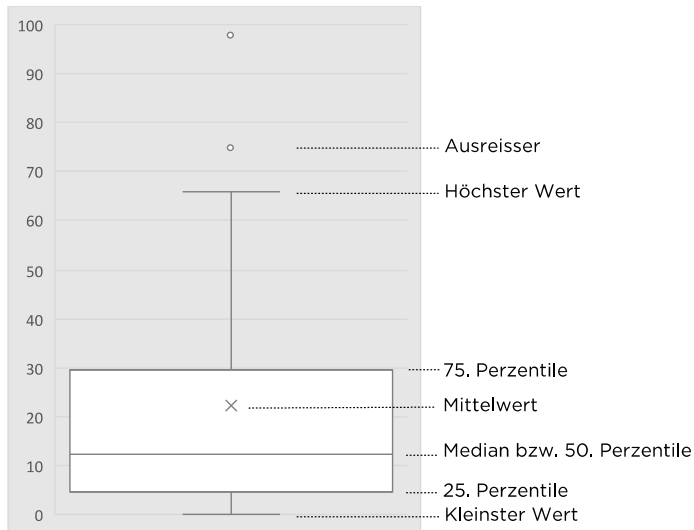


Abbildung 1: Erläuterung Boxplot-Diagramm

Innerhalb der Box (= weisser Bereich) befinden sich 50% der Daten des dargestellten Datensatzes. Weitere 25% (exklusive allfälliger Ausreisser) werden mit den beiden Antennen ober- und unterhalb der Box dargestellt. Bei Datensätzen mit Ausreißern entspricht der höchste oder tiefste Werte (= Endpunkt der Antennen) nicht dem Maximal- bzw. Minimalwert des Datensatzes.

In den Boxplots werden im Gegensatz zu den Tabellen auch die ungezuckerten Produkte dargestellt. Ausserdem wurden die Boxplots unter Berücksichtigung der Ausreisser erstellt. Bei den Werten in den Tabellen wurden die Ausreisser hingegen nicht berücksichtigt. Die Boxplots in diesem Bericht dienen daher lediglich dazu, die Zucker- und Salzgehalte der erhobenen Produkte visuell erfassbar und vergleichbar zu machen.

4. Milchmischgetränke

4.1. Definitionen

Für den Zweck dieser Erhebung wurde der Zuckergehalt von trinkfertigen Milchmischgetränken aus dem Detailhandel erhoben. Der Vollständigkeit halber wurden auch pflanzenbasierte Milchmischgetränke-Alternativen in die Erhebung aufgenommen.

Unter dem Begriff Milchmischgetränke wurden Produkte zusammengefasst, welche basierend auf Milch oder einem daraus hergestellten Produkt wie Joghurt, Sauermilch, Buttermilch oder Molke beziehungsweise einer pflanzlichen Milch-Alternative hergestellt werden. Sie wurden basierend auf ihrer Zusammensetzung in Sorten gruppiert (siehe Tab. 2). Die Getränke werden trinkfertig in Bechern, Flaschen oder Tetrapacks verkauft. Auf den Verpackungen finden sich Bezeichnungen wie Drink, Shake, Lassi oder Trinkjoghurt.

Nature Varianten wie reine Milch und Pflanzendrinks oder Naturejoghurts und -quarks wurden nicht erhoben. Künstlich gesüsste Produkte wurden ebenfalls nicht berücksichtigt, da die vom BLV gewünschte Zuckerreduktion nicht über den Ersatz durch andere Süssungsmittel erfolgen soll.

Tabelle 2: Milchmischgetränke-Sorten

Sorten	Definitionen
Aroma	Milchmischgetränke, deren Geschmacksrichtung durch ein Aroma definiert wird. Kaffeegetränke mit einem Aroma (z.B. Vanille oder Caramel) wurden hier nicht berücksichtigt. Sämtliche Kaffeegetränke wurden der Kategorie Kaffee oder Mocca zugeordnet. Beispiele: Vanille, Holunderblüte
Frucht	Milchmischgetränke, deren Geschmacksrichtungsrichtung durch einen Fruchtanteil definiert wird. Beispiele: Erdbeere, Mango, Banane
Kaffee	Milchmischgetränke, deren Geschmacksrichtungsrichtung durch Kaffee (mit oder ohne zusätzliches Aroma) definiert wird. Für Mocca-Sorten wurde eine eigene Kategorie gebildet. Reine Kaffeegetränke ohne Milchanteil wurden in der Erhebung nicht berücksichtigt. Beispiele: Macchiato, Cappuccino, Caffè Latte, Latte Caramel, Ice Coffee
Mocca	Milchmischgetränke mit Mocca- Geschmack ¹⁴ .
Schokolade	Milchmischgetränke mit Schokolade und/oder Malzextrakt. Beispiele: Choco, weisse Schokolade, Schoko-Mandel

Bei allen Milchmischgetränken wurde ausserdem erfasst, ob sie an Kinder gerichtet sind¹⁵, ob sie laktosefrei oder proteinangereichert sind, welchen Fettgehalt sie aufweisen, ob sie biologisch oder konventionell produziert wurden und auf welcher Basis sie hergestellt wurden.

¹⁴ Gemäss Produktbezeichnung.

¹⁵ Dazu wurden alle Produkte gerechnet, die durch ihre Verpackungsgestaltung (z.B. durch Verwendung von Cartoon-Figuren) oder Markenzugehörigkeit explizit an Kinder gerichtet sind.

4.2. Standortbestimmung Milchmischgetränke

Insgesamt wurden Angaben zu 123 Milchmischgetränken von 17 Unternehmen ausgewertet.

Der durchschnittliche Gehalt (Median) an zugesetztem Zucker betrug 6,25 g pro 100 ml, wobei sich der Gehalt je nach Produkt zwischen 2,0 g bis 13,4 g bewegte. Drei Produkte enthielten keinen zugesetzten Zucker und wurden auch nicht anderweitig gesüsst.

Kaffee- (4,7 g/100 ml) und Schokoladegetränke (5,4 g/100 ml) enthielten durchschnittlich deutlich weniger zugesetzter Zucker als Frucht- (7,6 g/100ml) und Aromagetränke (8,3 g/100 ml). Den höchsten Anteil an zugesetztem Zucker fand sich in Mocca-Produkten (8,96 g/100 ml). Alle drei ungesüssten Produkte waren Kaffeegetränke.

Getränken auf Basis von Joghurt bzw. Sauermilch (8,4 g/100 ml) wurde deutlich mehr Zucker zugesetzt, als solchen auf Basis von Milch, Buttermilch oder pflanzlichen Alternativen. Ihr Gehalt ist vergleichbar, wenn auch etwas geringer als jener in Joghurts (8,8 g/100 g¹⁶). Die pflanzenbasierten Getränke enthielten in etwa gleich viel zugesetzten Zucker wie jene auf Basis von Milch.

Produkte, die sich an Kinder richten, enthielten weniger zugesetzten Zucker (5,50 vs. 6,33 g/100 ml). Insgesamt gab es jedoch nur 4 solche Produkte und keines davon war ungezuckert. Dies deckt sich mit der Situation bei den Joghurts. Joghurts, die sich an Kinder richten, enthalten weniger zugesetzten Zucker. Ganz ungezuckerte Produkte gibt es jedoch nur im Standardsortiment, das sich nicht spezifisch an Kinder richtet. Ebenfalls wie bei den Joghurts wurde auch den laktosefreien Milchmischgetränken weniger Zucker zugesetzt als den laktosehaltigen (5,45 g vs. 6,45 g/100 ml).

Obwohl das Angebot an proteinangereicherten Milchmischgetränken beträchtlich ist, konnten in dieser Erhebung nur zwei Produkte berücksichtigt werden. Die restlichen Produkte mussten ausgeschlossen werden. Diese werden zwar oftmals mit «no added sugar» angepriesen, enthalten jedoch alle Süssungsmittel. Die zwei einzigen nicht künstlich gesüsst «high protein» Milchmischgetränke enthielten einen deutlich tieferen Gehalt an zugesetztem Zucker (3,47 g/100 ml) als die restlichen Getränke (6,33 g/100 ml).

Vergleicht man die Milchmischgetränke abhängig von ihrem Fettgehalt, zeigte sich, dass ein höherer Fettgehalt (>3,2 g Fett/100 ml) mit einer geringeren Zugabe (5,8 g/100 ml) und ein niedrigerer Fettgehalt (<1,2 g Fett/100 ml) mit einer höheren Zugabe von Zucker (6,74 g/100 ml) einherging.

Zwischen Bio- und Nicht-Bio-Produkten konnte kein nennenswerter Unterschied festgestellt werden.

¹⁶ Siehe «Zugesetzter Zucker in Joghurt und Frühstückscerealien auf dem Schweizer Markt – Standortbestimmung 2018 mit Vergleich zu den Ergebnissen der Jahre 2016 und 2017, BLV 2019» www.blv.admin.ch/blv/de/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/zuckerreduktion/joghurts-und-fruehstueckscerealien.html

4.3. Zuckergehalte in Milchlischgetränken – Tabellen und Diagramme

Tabelle 3: Zuckergehalt (in g/100 ml) in Milchlischgetränken

	Gesamtzucker (n = 120)	Zucker zugesetzt (n = 120)
Mittelwert	10.30	6.47
Median	10.00	6.25
Standardabweichung	2.35	2.18
Minimum	3.60	2.00
Maximum	17.00	13.40

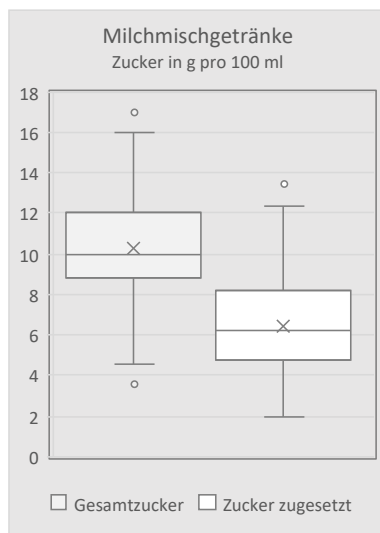


Abbildung 2: Gegenüberstellung der Gehalte an Gesamtzucker und zugesetztem Zucker in Milchlischgetränken (exkl. ungezuckerte Produkte)

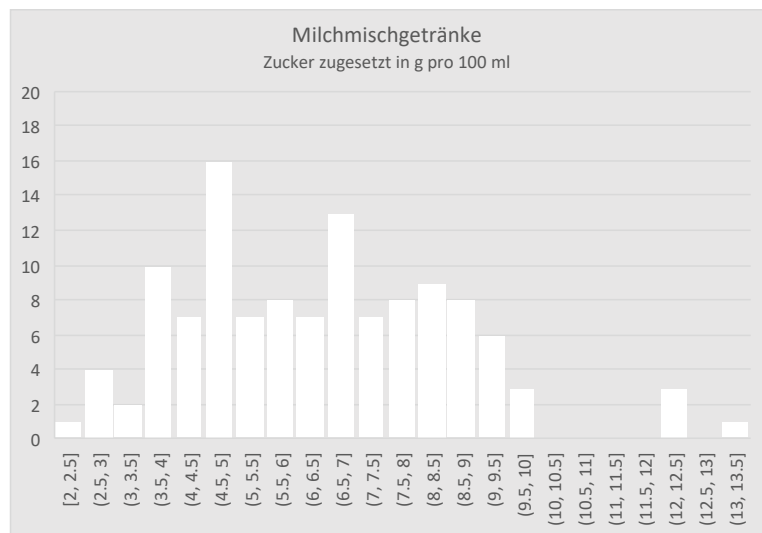


Abbildung 3: Verteilung der Gehalte an zugesetztem Zucker in Milchlischgetränken (exkl. ungezuckerte Produkte)

Tabelle 4: Zugesetzter Zucker (in g/100 ml) in den verschiedenen Sorten von Milchlischgetränken

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Milchlischgetränke	120	6.47	6.25	2.18	2.00	13.40
Aroma	8	8.15	8.30	2.41	3.60	12.10
Frucht	49	7.59	7.60	1.79	3.00	12.40
Kaffee	32	4.71	4.70	1.16	2.00	7.00
Mocca	6	9.30	8.96	2.20	6.80	13.40
Schokolade	25	5.32	5.40	1.30	2.94	8.20

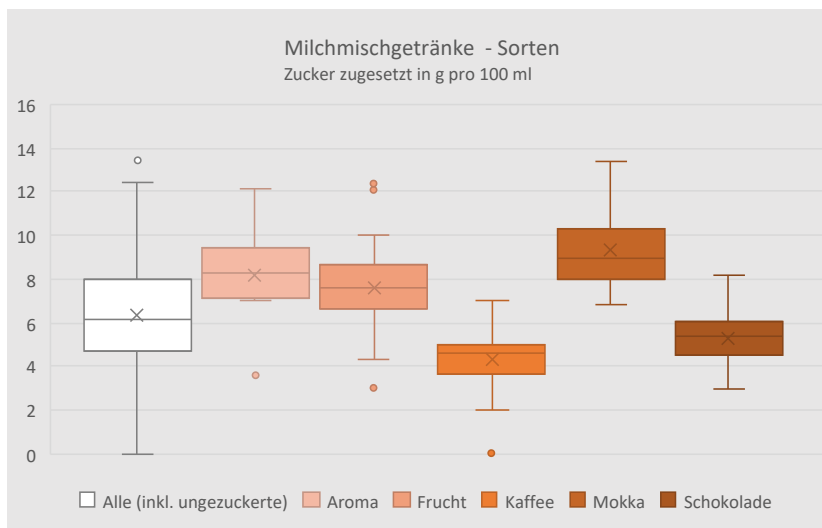


Abbildung 4: Gehalt an zugesetztem Zucker in den verschiedenen Milchlischgetränke-Sorten (inkl. Anzeige der ungesüßten Produkte)

Tabelle 5: Zugesetzter Zucker (in g/100 ml) in den Milchmischgetränken der verschiedenen Unternehmen

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Milchmischgetränke	120	6.47	6.25	2.18	2.00	13.40
Unternehmen A	2	4.75	4.75	0.35	4.50	5.00
Unternehmen B	1	12.10	12.10	-	12.10	12.10
Unternehmen C	22	6.31	6.95	1.75	3.60	9.30
Unternehmen D	22	7.24	7.05	1.24	5.10	9.70
Unternehmen E	1	3.00	3.00	-	3.00	3.00
Unternehmen F	2	3.35	3.35	0.35	3.10	3.60
Unternehmen G	3	8.48	8.52	0.26	8.20	8.71
Unternehmen H	6	4.00	4.00	1.10	2.00	5.00
Unternehmen I	3	6.83	6.80	1.35	5.50	8.20
Unternehmen K	6	3.96	3.72	0.97	2.94	5.70
Unternehmen L	5	4.88	5.00	0.16	4.70	5.00
Unternehmen M	1	6.00	6.00	-	6.00	6.00
Unternehmen N	5	6.02	5.90	0.73	5.30	7.20
Unternehmen O	16	6.61	6.45	1.83	3.70	9.20
Unternehmen P	4	6.96	6.74	0.72	6.36	8.00
Unternehmen Q	5	8.62	9.50	2.05	5.00	10.00
Unternehmen R	16	7.25	6.35	3.31	3.00	13.40

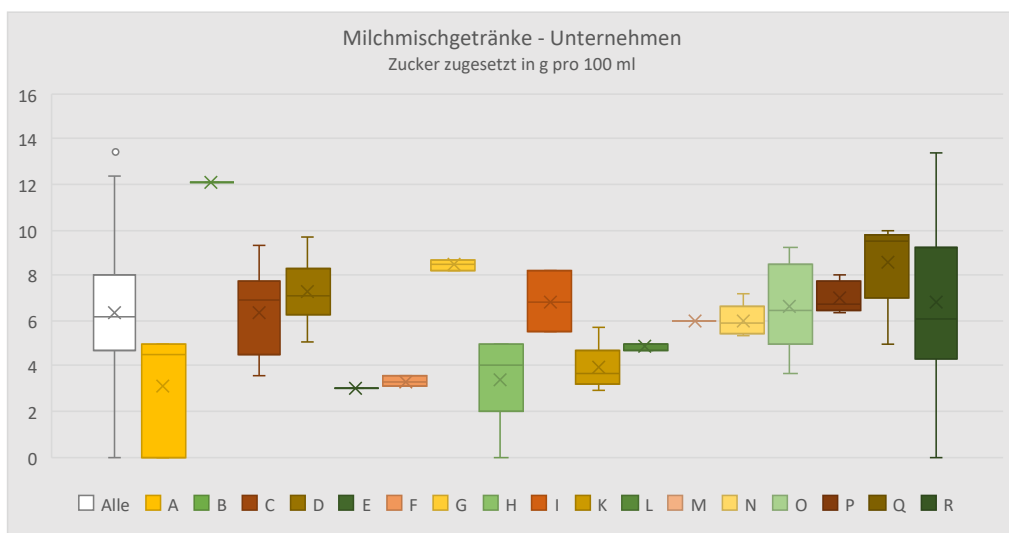


Abbildung 5: Gehalt an zugesetztem Zucker in den Milchmischgetränken der verschiedenen Unternehmen (A-R) (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)

Tabelle 6: Zugesetzter Zucker (in g/100 ml) in Milchmischgetränken, abhängig davon, ob die Produkte an Kinder gerichtet sind oder nicht

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Milchmischgetränke	120	6.47	6.25	2.18	2.00	13.40
An Kinder gerichtet	4	5.68	5.50	1.81	3.70	8.00
Nicht an Kinder gerichtet	116	6.50	6.33	2.19	2.00	13.40

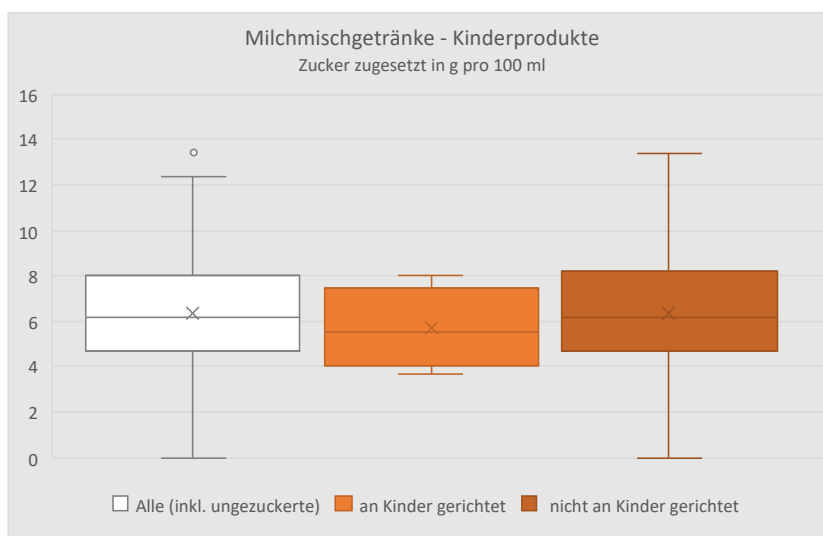


Abbildung 6: Gehalt an zugesetztem Zucker in Milchmischgetränken, abhängig davon, ob die Produkte an Kinder gerichtet sind oder nicht (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)

Tabelle 7: Zugesetzter Zucker (in g/100 ml) in Milchmischgetränken, abhängig vom Laktosegehalt

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard- abweichung	Minimum	Maximum
Alle Milchmischgetränke*	116	6.50	6.33	2.18	2.00	13.40
Laktosehaltig	106	6.56	6.45	2.14	3.00	13.40
Laktosefrei	10	5.90	5.45	2.64	2.00	9.40

* exkl. pflanzenbasierte Getränke

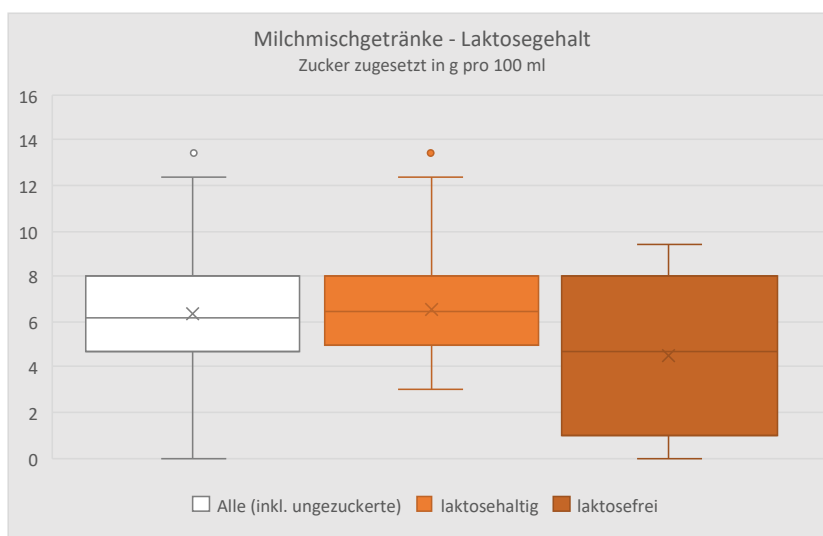


Abbildung 7: Gehalt an zugesetztem Zucker in Milchmischgetränken, abhängig vom Laktosegehalt (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)

Tabelle 8: Zugesetzter Zucker (in g/100 ml) in Milchmischgetränken, abhängig vom Proteingehalt

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Milchmischgetränke	120	6.47	6.25	2.18	2.00	13.40
Angereichert	2	3.47	3.47	0.75	2.94	4.00
Nicht angereichert	118	6.52	6.33	2.16	2.00	13.40

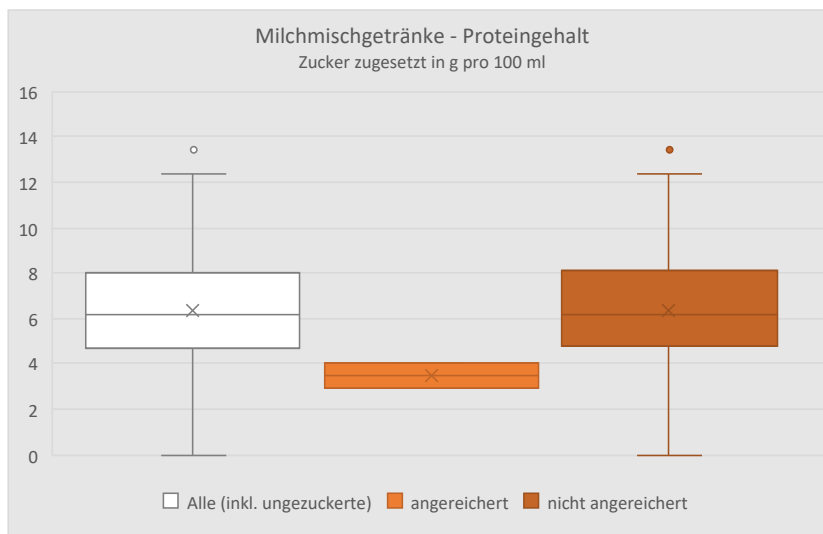


Abbildung 8: Gehalt an zugesetztem Zucker in Milchmischgetränken, abhängig vom Proteingehalt (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)

Tabelle 9: Zugesetzter Zucker (in g/100 ml) in Milchmischgetränken, abhängig vom Fettgehalt

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Milchmischgetränke	120	6.47	6.25	2.18	2.00	13.40
<1.2 g Fett/100 ml	32	6.71	6.74	2.19	2.94	12.10
1.2 g bis und mit 3.2 g Fett/100 ml	77	6.49	6.10	2.25	2.00	13.40
>=3.3 g Fett/100 ml	11	5.65	5.80	1.54	3.00	8.20

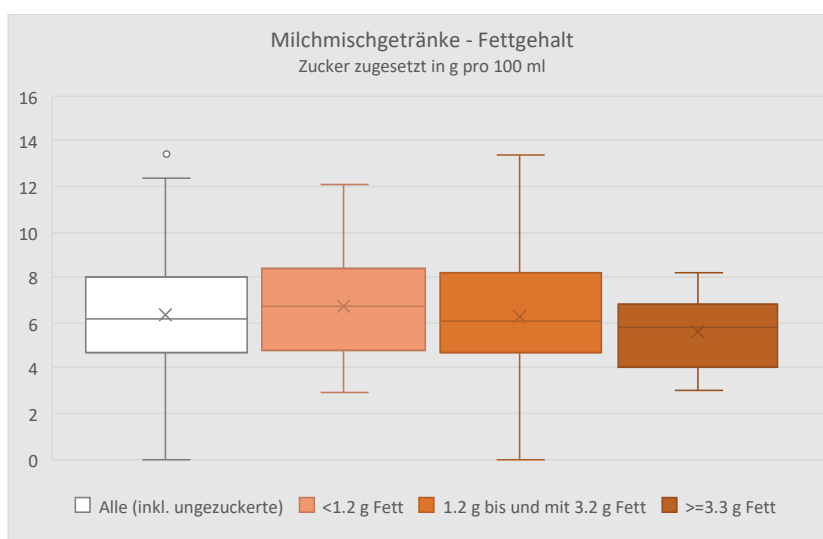


Abbildung 9: Gehalt an zugesetztem Zucker in Milchmischgetränken, abhängig vom Fettgehalt (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)

Tabelle 10: Zugesetzter Zucker (in g/100 ml) in konventionell produzierten Milchmischgetränken im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard-abweichung	Minimum	Maximum
Alle Milchmischgetränke	120	6.47	6.25	2.18	2.00	13.40
Bio	8	6.51	6.45	0.93	5.30	8.00
Nicht Bio	112	6.47	6.25	2.24	2.00	13.40

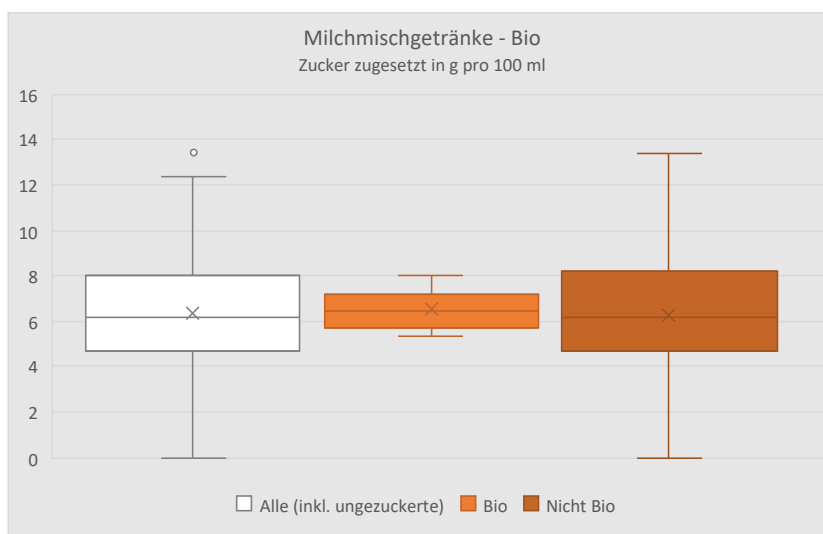


Abbildung 10: Gehalt an zugesetztem Zucker in konventionell produzierten Milchmischgetränken im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)

Tabelle 11: Zugesezter Zucker (in g/100 ml) in Milchmischgetränken, abhängig von der Produktbasis

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard-abweichung	Minimum	Maximum
Alle Milchmischgetränke	120	6.47	6.25	2.18	2.00	13.40
Milch	61	5.06	5.00	1.33	2.00	8.20
Joghurt ¹⁷	49	8.35	8.40	1.69	5.30	13.40
Buttermilch/Molke	6	6.11	6.32	1.24	4.50	7.52
Pflanzlich	4	5.48	5.35	2.21	3.00	8.20

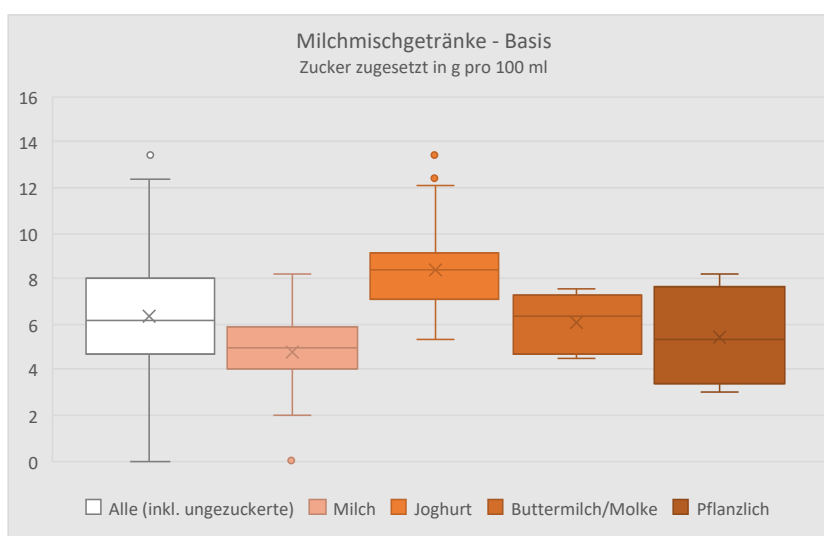


Abbildung 11: Gehalt an zugeseztem Zucker in Milchmischgetränken, abhängig von der Produktbasis (inkl. Anzeige der ungezuckerten Produkte)

¹⁷ Darin inbegriffen sind auch andere Sauermilchprodukte wie beispielsweise probiotische Produkte.

5. Quarks

5.1. Definitionen

Für den Zweck dieser Erhebung wurde der Zuckergehalt von Quarks aus dem Detailhandel erhoben. Unter dem Begriff Quark wurden süsse Produkte aus Quark mit oder ohne Zugabe von Joghurt oder Molke zusammengefasst und basierend auf ihrer Zusammensetzung in Sorten gruppiert (siehe Tab. 12). Die Produkte werden verzehrfertig in Bechern oder vereinzelt auch in Quetschbeuteln verkauft. Auf den Verpackungen finden sich Bezeichnungen wie Quark, Quark-Creme oder Petit Suisse.

Künstlich gesüsste Produkte wurden nicht berücksichtigt, da die vom BLV gewünschte Zuckerreduktion nicht über den Ersatz durch andere Süssungsmittel erfolgen soll. Nature-Quarks und rezente bzw. gesalzene Produkte wurden ebenfalls nicht berücksichtigt.

Tabelle 12: Quark-Sorten

Sorten	Definition
Aroma	Quarks, deren Geschmacksrichtung durch ein Aroma definiert wird. Beispiele: Vanille, Mocca, Schokolade, Stracciatella
Frucht	Quarks, deren Geschmacksrichtung durch einen Fruchtanteil definiert wird. Beispiele: Apfel, Erdbeere, Mango, Banane

Bei allen Quarks wurde ausserdem erfasst, ob sie an Kinder gerichtet sind¹⁸, ob sie als Dessert vermarktet werden, welchen Fettgehalt sie aufweisen, ob sie biologisch oder konventionell produziert wurden und auf welcher Basis sie hergestellt wurden.

¹⁸ Dazu wurden alle Produkte gerechnet, die durch ihre Verpackungsgestaltung (z.B. durch Verwendung von Cartoon-Figuren) oder Markenzugehörigkeit explizit an Kinder gerichtet sind.

5.2. Standortbestimmung Quarks

Insgesamt wurden Angaben zu 67 Quark von 5 Unternehmen ausgewertet.

Der durchschnittliche Gehalt (Median) an zugesetztem Zucker betrug 9,0 g pro 100 g, wobei sich der Gehalt je nach Produkt zwischen 6,0 g bis 16,4 g bewegte. Ungezuckerte Produkte gab es keine, ebenso auch keine laktosefreien Quarks.

Frucht-Quarks (8,95 g/100 g) enthielten einen geringeren Anteil an zugesetztem Zucker als Aroma-Quarks (10,0 g/100 g).

Produkte, welche neben Quark auch Joghurt-, Milch- oder Molke-Anteile aufweisen, waren stärker gezuckert (9,2 g/100 g) als «reine» Quark-Produkte (8,8 g/100 g). Pflanzenbasierte Produkte fanden sich keine in den ausgewerteten Sortimenten.

Beinahe die Hälfte der Produkte (43%) richteten sich an Kinder. Diese enthielten weniger zugesetzten Zucker (7,1 g/100 g) als die anderen (9,2 g/100 g).

Bio-Produkte enthielten ebenfalls weniger Zucker, wenn auch nur leicht (8,74g vs. 9,0 g/100 g). Ausserdem wurden von den 67 Produkten nur drei nach biologischen Richtlinien hergestellt.

Umgekehrt enthielten Quarks, welche als Dessert vermarktet werden, mehr zugesetzten Zucker als die sonstigen (9,5 g vs. 8,8 g/100 g). Zusätzlich zeigte sich, dass ein steigender Fettgehalt auch einen höheren Zuckerzusatz nach sich zog.

5.3. Zuckergehalte in Quarks – Tabellen und Diagramme

Tabelle 13: Zuckergehalt in Quarks

	g Gesamtzucker / 100 g (n = 67)	g Zucker zugesetzt / 100 g (n = 67)
Mittelwert	12.56	8.95
Median	12.90	9.00
Standardabweichung	1.93	1.95
Minimum	10.00	6.00
Maximum	19.00	16.40

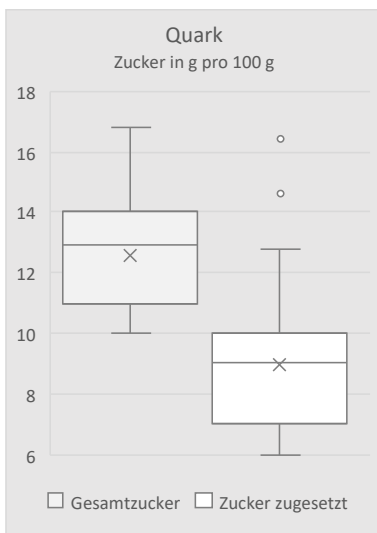


Abbildung 12: Gegenüberstellung der Gehalte an Gesamtzucker und zugesetztem Zucker in Quarks

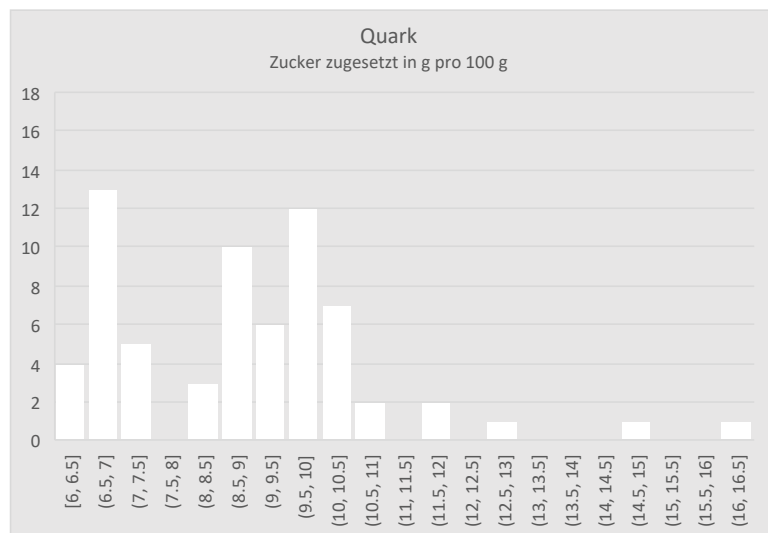


Abbildung 13: Verteilung der Gehalte an zugesetztem Zucker in Quarks

Tabelle 14: Zugesezter Zucker (in g/100 g) in den verschiedenen Quark-Sorten

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard- abweichung	Minimum	Maximum
Alle Quarks	67	8.95	9.00	1.95	6.00	16.40
Aroma	13	10.31	10.00	2.33	7.30	16.40
Frucht	54	8.62	8.95	1.72	6.00	14.60

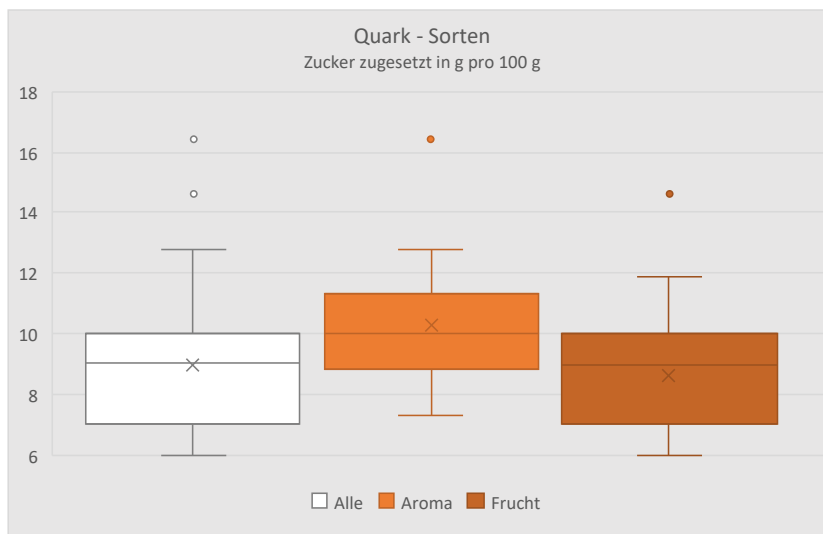


Abbildung 14: Gehalt an zugeseztem Zucker in den verschiedenen Quark-Sorten

Tabelle 15: Zugesetzter Zucker (in g/100 g) in den Quarks der verschiedenen Unternehmen

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Quarks	67	8.95	9.00	1.95	6.00	16.40
Unternehmen A	12	9.25	10.00	1.37	7.10	10.80
Unternehmen B	4	9.55	9.50	0.33	9.20	10.00
Unternehmen C	9	8.53	7.00	2.40	7.00	12.80
Unternehmen D	28	9.33	9.05	2.25	6.50	16.40
Unternehmen E	14	8.04	8.74	1.47	6.00	10.00

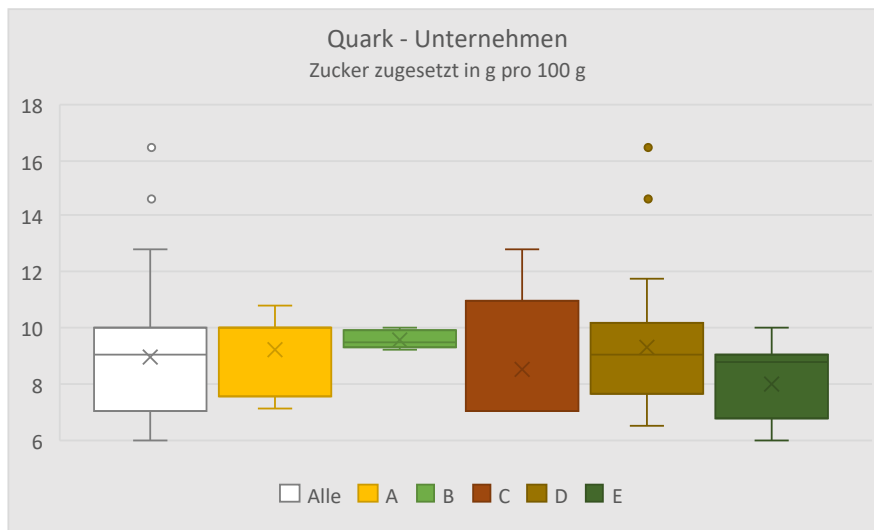


Abbildung 15: Gehalt an zugesetztem Zucker in den Quarks der verschiedenen Unternehmen (A-E)

Tabelle 16: Zugesezter Zucker (in g/100 g) in Quarks, abhängig davon, ob die Produkte an Kinder gerichtet sind oder nicht

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Quarks	67	8.95	9.00	1.95	6.00	16.40
An Kinder gerichtet	29	8.41	7.10	2.17	6.00	16.40
Nicht an Kinder gerichtet	38	9.36	9.20	1.68	6.50	14.60

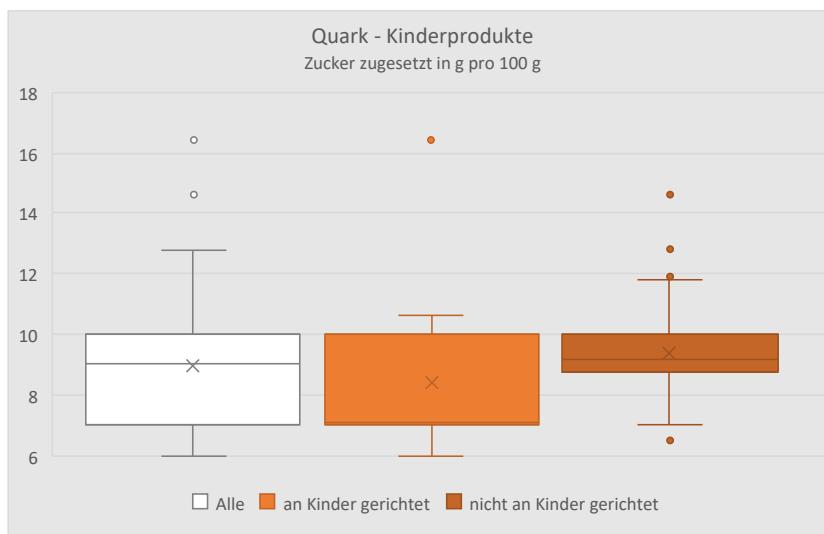


Abbildung 16: Gehalt an zugeseztem Zucker in Quarks, abhängig davon, ob die Produkte an Kinder gerichtet sind oder nicht

Tabelle 17: Zugesezter Zucker (in g/100 g) in Quarks, abhängig davon, ob die Produkte als Desserts vermarktet werden oder nicht

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Quarks	67	8.95	9.00	1.95	6.00	16.40
Dessertprodukt	18	9.61	9.50	1.63	7.00	12.80
Kein Dessertprodukt	49	8.71	8.80	2.02	6.00	16.40

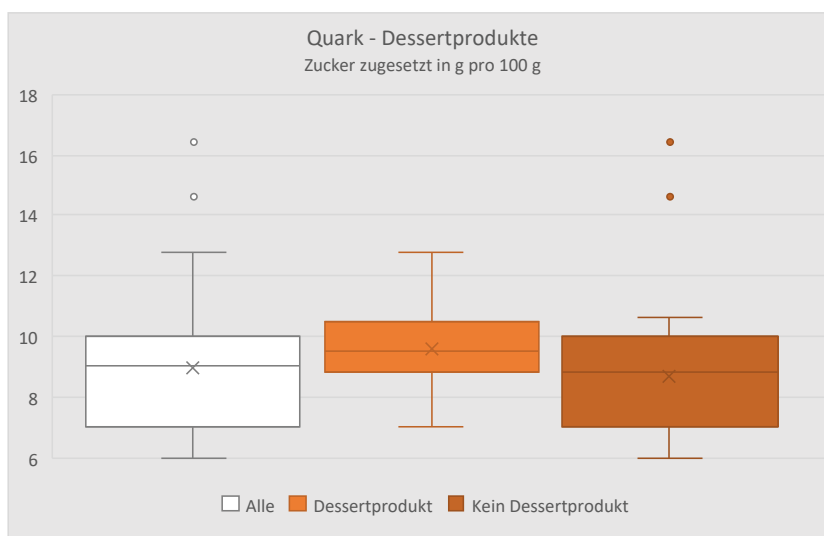


Abbildung 17: Gehalt an zugeseztem Zucker in Quarks, abhängig davon, ob die Produkte als Desserts vermarktet werden oder nicht

Tabelle 18: Zugesezter Zucker (in g/100 g) in Quarks, abhängig vom Fettgehalt

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard- abweichung	Minimum	Maximum
Alle Quarks	67	8.95	9.00	1.95	6.00	16.40
<0.5 g Fett/100 g	8	7.15	7.00	0.79	6.50	9.00
0.5 g bis und mit 4.4 g Fett/100 g	49	8.96	9.20	1.77	6.00	14.60
>=4.5 g Fett/100 g	10	10.36	9.56	2.37	8.74	16.40

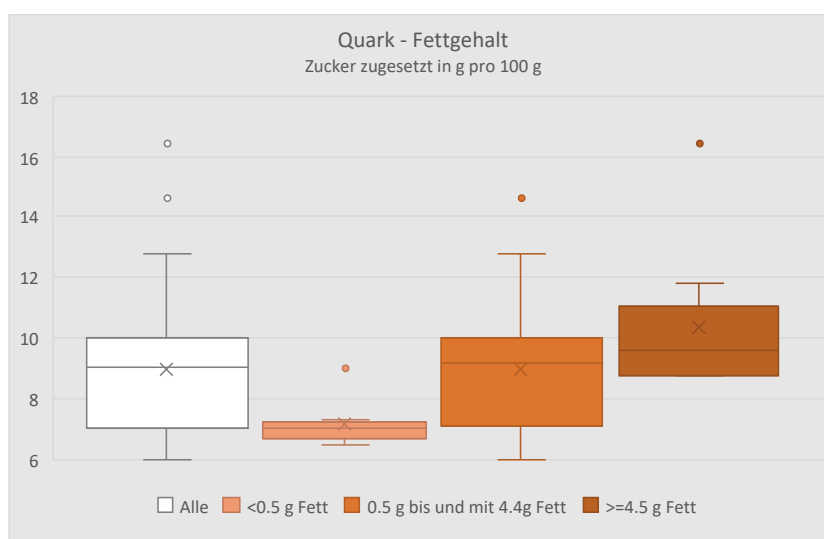


Abbildung 18: Gehalt an zugeseztem Zucker in Quarks, abhängig vom Fettgehalt

Tabelle 19: Zugesetzter Zucker (in g/100 g) in konventionell produzierten Quarks im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Quarks	67	8.95	9.00	1.95	6.00	16.40
Bio	3	8.83	8.74	0.16	8.74	9.01
Nicht Bio	64	8.96	9.00	2.00	6.00	16.40

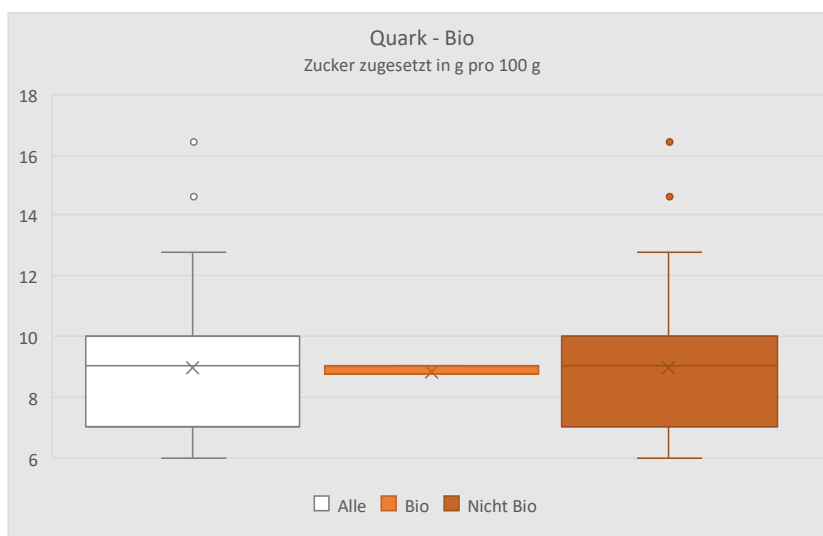


Abbildung 19: Gehalt an zugesetztem Zucker in konventionell produzierten Quarks im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten

Tabelle 20: Zugesetzter Zucker (in g/100 g) in Quarks, abhängig von der Produktbasis

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard- abweichung	Minimum	Maximum
Alle Quarks	67	8.95	9.00	1.95	6.00	16.40
Quark	40	8.44	8.80	1.82	6.00	14.60
Quarkmischung ¹⁹	27	9.71	9.20	1.93	7.00	16.40

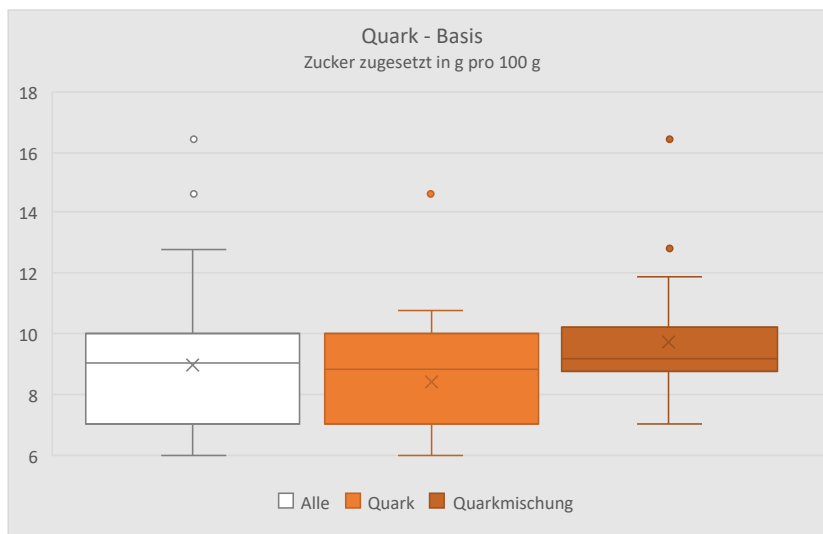


Abbildung 20: Gehalt an zugesetztem Zucker in Quarks, abhängig von der Produktbasis

¹⁹ Mischungen aus Quark mit Joghurt oder Molke.

6. Suppen

6.1. Definition Suppen

Für den Zweck dieser Erhebung wurde der Salzgehalt von Suppen aus dem Detailhandel wie auch für den Gastronomiebedarf erhoben und basierend auf ihrer Zusammensetzung in Sorten gruppiert (siehe Tab. 21). Es wurden sowohl verzehrfertige Produkte wie auch solche, welche zubereitet werden müssen (Pulver, Pasten, Konzentrate), in die Erhebung aufgenommen. Fertiggerichte wie z.B. «Cup Noodles» wurden ausgeschlossen.

Tabelle 21: Suppen-Sorten

Sorten	Definition
Bouillon	Bouillons (bzw. Brühen, Fonds oder klare Suppen) ohne Einlagen Beispiele: Gemüse, Pilz, Geflügel, Rind, Kalb, Fisch
Bouillon mit Einlage	Bouillons (bzw. Brühen, Fonds oder klare Suppen) mit Einlagen Beispiele für Einlagen: Flädli, Ribeli, Buchstaben, Tierli, Fideli, Croûtons, Fleischkügeli
Stärke	Stärkebasierte Suppen Beispiele: Mehl, Nudeln, Haferkern, Gerste, Quinoa, Mais (Polenta), Goldcrème, Linsen, Grünerbs, Kartoffel, Süsskartoffel, Marroni
Gemüse	Suppen, deren geschmacksgebende Hauptzutut Gemüse (zerkleinert sowie püriert) ist. Beispiele: Minestrone, Gazpacho, Tomate, Kürbis, Süssmais, Lauch, Tom-Kha
Pilz	Suppen, deren geschmacksgebende Hauptzutut Pilze sind. Beispiele: Waldpilz, Champignon, Steinpilz, Pfifferling, Eierschwämme
Kräuter und Gewürze	Suppen, deren geschmacksgebende Hauptzutaten Kräuter oder Gewürze sind. Beispiele: Bärlauch, Kresse, Liebstöckel, Kresse, Curry, Safran, Weinsuppe
Fleisch	Suppen, deren geschmacksgebende Hauptzutut Fleisch und tierische Fette sind. Beispiele: Gulasch, Oxtail, Geflügelcrème, Kalbfleischcrème, Meatballs
Fisch	Suppen, deren geschmacksgebende Hauptzutut Fisch oder Meeresfrüchte sind. Beispiele: Unter den erhobenen Suppen fanden sich nur Hummersuppen.
Käse	Suppen, deren geschmacksgebende Hauptzutut Käse ist. Beispiele: Fondue

Bei allen Suppen wurde ausserdem erfasst, ob/wie sie zubereitet werden müssen, welcher Salztyp und welche geschmacksverstärkenden²⁰ Zutaten bei der Herstellung eingesetzt wurden, ob sie biologisch oder konventionell produziert wurden und ob sie für Vegetarier geeignet sind.

²⁰ Unter diesem Begriff werden neben den geschmacksverstärkenden Zusatzstoffen (z.B. Glutamat) auch Zutaten wie Hefeextrakt, Proteinhydrolysate, Sojasauce, Würzen und Aromen zusammengefasst.

6.2. Standortbestimmung Suppen

Insgesamt wurden Angaben zu 357 Suppen von 7 Unternehmen ausgewertet.

Der durchschnittliche Salzgehalt (Median) der Suppen betrug 0,9 g/100 ml, wobei sich der Gehalt je nach Produkt zwischen 0,5 g bis 1,6 g bewegte.

Der Salzgehalt von Suppen auf Basis von Konzentrat (1,0 g/100 ml) war höher als jener der Suppen, die verzehrfertig verkauft (0,94 g/100 ml), instant angerührt (0,93 g/100ml) oder mehrere Minuten lang gekocht (0,88 g/100ml) werden. Entsprechend wurde auch in Bouillons, vor allem solchen ohne Einlagen, ein höherer Salzgehalt als in den sonstigen Suppen festgestellt. Der tiefere Gehalt bei den noch selbst zu kochenden Suppen könnte jedoch eine Folge der Art der Berechnung des Salzgehaltes sein. Von mindestens zwei Unternehmen ist bekannt, dass diese nicht berücksichtigt haben, dass und wie viel Flüssigkeit beim Kochen verdampft. Von weiteren zwei Unternehmen wurde der Salzgehalt durch die Autorin ebenso berechnet. Der effektive Salzgehalt pro 100 ml könnte daher aufgrund des «Einkochen» höher und näher bei den anderen Suppen-Sorten liegen, als es die Zahlen aktuell ausweisen.

Suppen mit ovo-lacto-vegetarischer Zusammensetzung enthielten einen leicht tieferen Salzgehalt (0,9 g/100 ml) als nicht-vegetarische Suppen (0,92 g/100 ml). Bio-Suppen hingegen wiesen einen deutlich höheren Salzgehalt (0,96 g/100 ml) als konventionell produzierte Suppen (0,9 g/100 ml) auf. Dieser höhere Salzgehalt fällt noch stärker ins Gewicht, wenn man bedenkt, dass es unter den Bio-Suppen deutlich weniger Bouillons (ca. 10%) als unter den konventionellen Suppen (35%) gab.

Bio-Suppen schnitten auch bezüglich Verwendung von jodiertem Salz schlechter ab. Von den 27 Bio-Suppen enthielten nur vier (15%) ausschliesslich jodiertes Salz und zwei weitere eine Mischung aus Jod- und Meersalz. 78% der Bio-Suppen enthielten keine Jod-Zugabe. Bei den konventionell produzierten Suppen enthielten über die Hälfte (56%) ausschliesslich Jodsalz und nur gut ein Drittel (35%) kein jodiertes Salz.

Vereinzelte Suppen (darunter keine Bio-Suppen) enthielten neben Natrium-Chlorid auch Kalium-Chlorid. Entsprechend besaßen die Suppen mit Kaliumsalz-Anteil einen geringeren Salzgehalt (0,86 g vs. 0,9 g/100 ml), da der deklarierte Salzgehalt gemäss Schweizer Lebensmittelrecht²¹ basierend auf den Natriumgehalt ($\text{Natrium} \times 2,5 = \text{Salz}$) berechnet wird.

Die meisten Suppen (83%) enthielten geschmacksverstärkende Zutaten wie Geschmacksverstärker, Aromen, Hefeextrakte, Würzen und weitere. Suppen mit einem geschmacksverstärkenden Zusatzstoff (z.B. Glutamat) enthielten gemäss Angaben des Herstellers mehr Salz (1,02 g/100 ml) als solche ohne derartige Zusatzstoffe (0,9 g/100 ml). Einige dieser Zusatzstoffe sind zwar ebenfalls natriumhaltig und der Natriumgehalt muss in die Deklaration des Salzgehaltes miteinberechnet werden. Sie enthalten jedoch deutlich weniger Natrium als das klassische Natriumchlorid. Der höhere Salzgehalt in diesen Suppen ist daher erstaunlich. Bezüglich der weiteren geschmacksverstärkenden Zutaten liess sich kein eindeutiges Muster erkennen.

²¹ Anhang 1 der Verordnung des EDI betreffend die Information über Lebensmittel LIV, SR 817.022.16 (www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2017/158/de)

6.3. Salzgehalte in Suppen – Tabellen und Diagramme

Tabelle 22: Salzgehalt in Suppen

	g Salz / 100 ml (n = 357)
Mittelwert	0.92
Median	0.90
Standardabweichung	0.16
Minimum	0.50
Maximum	1.60

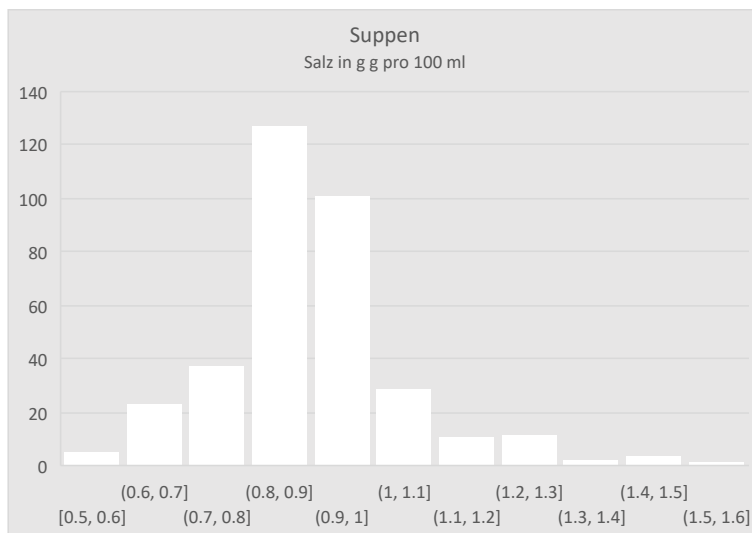


Abbildung 21: Verteilung der Salzgehalte in Suppen

Tabelle 23: Salzgehalt (in g/100 ml) in den verschiedenen Suppen-Sorten

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard-abweichung	Minimum	Maximum
Alle Suppen	357	0.92	0.90	0.16	0.50	1.60
Bouillon	91	0.94	0.94	0.17	0.50	1.46
Bouillon mit Einlage	29	0.98	0.92	0.23	0.66	1.57
Stärke	57	0.89	0.90	0.12	0.61	1.37
Gemüse	130	0.91	0.90	0.16	0.58	1.60
Pilz	24	0.93	0.90	0.16	0.67	1.30
Kräuter/Gewürze	9	0.88	0.88	0.08	0.73	1.00
Fleisch	12	0.98	0.91	0.18	0.83	1.37
Fisch	3	0.89	0.90	0.04	0.84	0.92
Käse	2	0.81	0.81	0.11	0.73	0.88

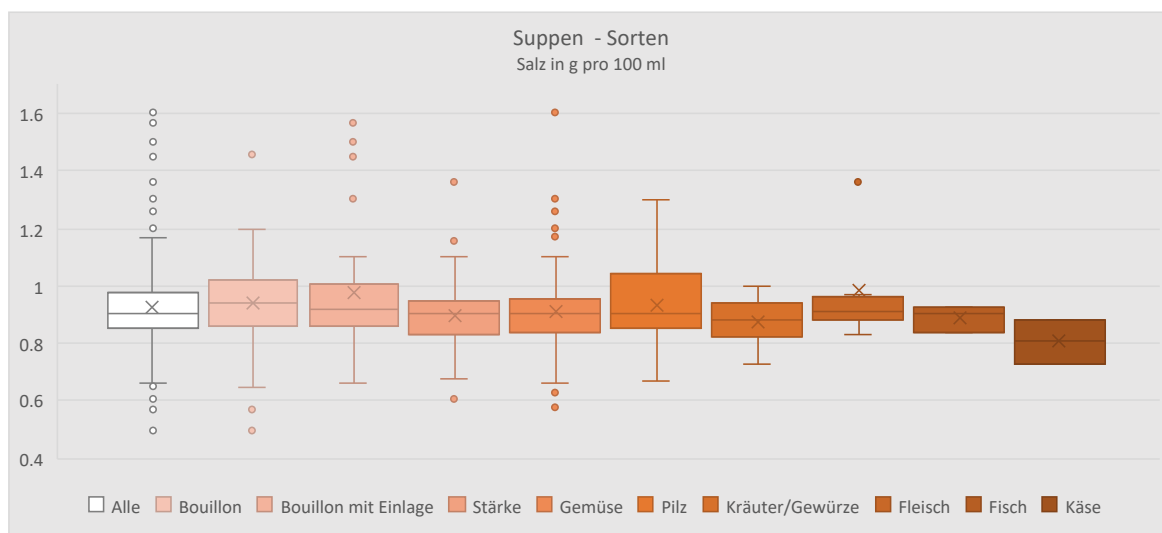


Abbildung 22: Salzgehalt in den verschiedenen Suppen-Sorten

Tabelle 24: Salzgehalt (in g/100 ml) in den Suppen der verschiedenen Unternehmen

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard- abweichung	Minimum	Maximum
Alle Suppen	357	0.92	0.90	0.16	0.50	1.60
Unternehmen A	13	0.84	0.80	0.20	0.50	1.20
Unternehmen B	47	0.91	0.88	0.16	0.66	1.46
Unternehmen C	37	0.95	0.90	0.11	0.76	1.30
Unternehmen D	107	0.89	0.90	0.09	0.57	1.10
Unternehmen E	46	1.03	0.97	0.16	0.84	1.57
Unternehmen F	18	1.15	1.16	0.24	0.76	1.60
Unternehmen G	89	0.86	0.88	0.17	0.58	1.30

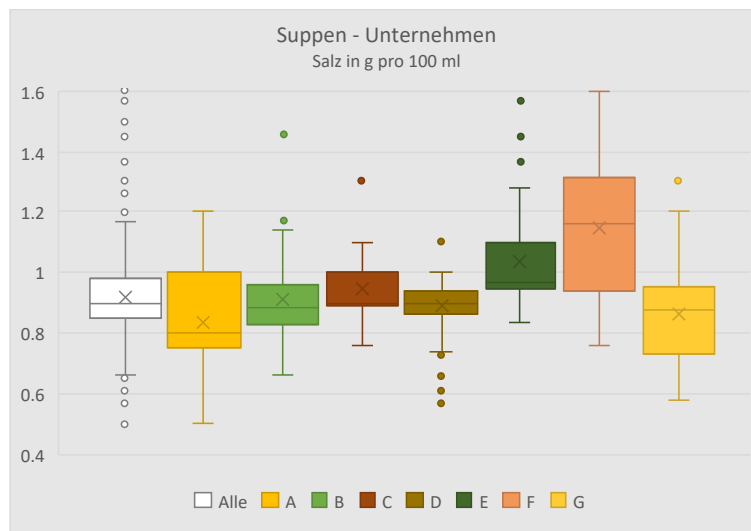


Abbildung 23: Salzgehalt in den Suppen der verschiedenen Unternehmen (A-G)

Tabelle 25: Salzgehalt (in g/100 ml) in den Suppen, abhängig von der Zubereitungsart

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard-abweichung	Minimum	Maximum
Alle Suppen	357	0.92	0.90	0.16	0.50	1.60
	266	0.92	0.90	0.16	0.58	1.60
	91	0.94	0.94	0.17	0.50	1.46
Verzehrsfertig	81	0.94	0.94	0.18	0.58	1.60
	79	0.94	0.94	0.18	0.58	1.60
	2	0.96	0.96	0.01	0.95	0.96
Instant ²²	120	0.96	0.93	0.19	0.50	1.57
	52	1.01	0.95	0.21	0.58	1.57
	68	0.93	0.92	0.17	0.50	1.46
Kochen ²³	135	0.87	0.88	0.11	0.61	1.30
	135	0.87	0.88	0.11	0.61	1.30
	0	-	-	-	-	-
Konzentrat ²⁴	21	0.97	1.00	0.18	0.50	1.20
	0	-	-	-	-	-
	21	0.97	1.00	0.18	0.50	1.20

Obere Werte: Salzgehalt der Suppen insgesamt

Mittlere Werte: Salzgehalt der Suppen exkl. Bouillons ohne Einlagen

Untere Werte: Salzgehalt der Bouillons ohne Einlagen

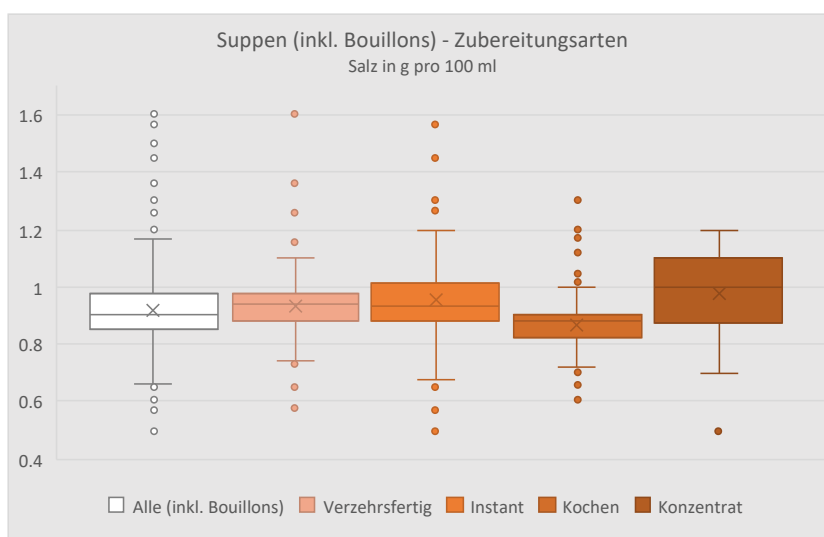


Abbildung 24: Salzgehalt in Suppen (inkl. Bouillons), abhängig von der Zubereitungsart

²² Instant-Suppen sind Pulver-Produkte, welche durch Aufgiessen mit heissem Wasser zubereitet werden.

²³ Koch-Suppen sind Pulver-Produkte, welche in Wasser angerührt und danach für mehrere Minuten gekocht werden müssen.

²⁴ Zu den Konzentraten zählen Pasten, Würfel und sogenannte «Töpfl». Alle Konzentrate sind ausschliesslich Bouillons.

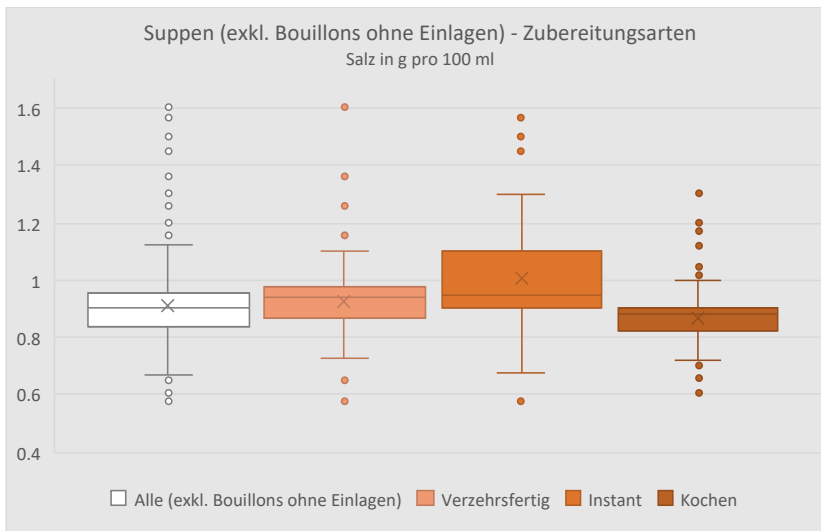


Abbildung 25: Salzgehalt in Suppen (exkl. Bouillons ohne Einlagen), abhängig von der Zubereitungsart

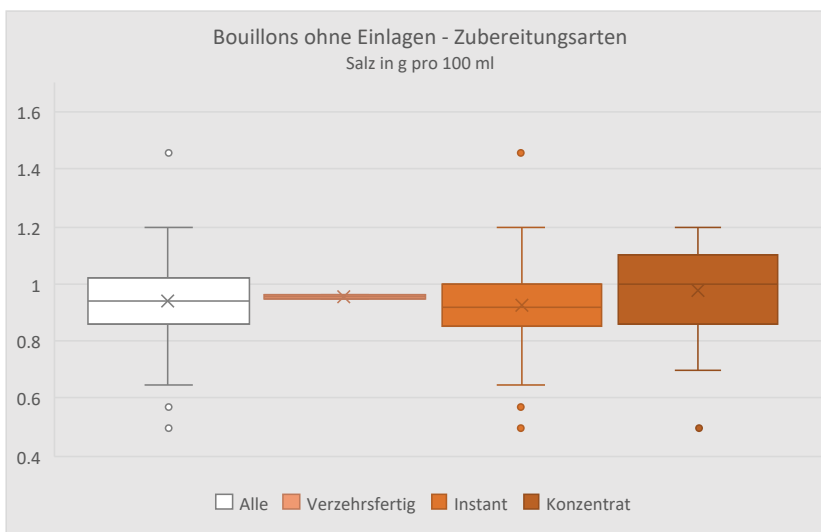


Abbildung 26: Salzgehalt in Bouillons ohne Einlagen, abhängig von der Zubereitungsart

Tabelle 26: Salzgehalt (in g/100 ml) in Suppen, abhängig von verwendetem Salztyp

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard- abweichung	Minimum	Maximum
Alle Suppen	357	0.92	0.90	0.16	0.50	1.60
Jodiert	190	0.93	0.90	0.13	0.50	1.46
Unjodiert	88	0.94	0.93	0.23	0.50	1.60
Meersalz	44	0.86	0.88	0.12	0.58	1.10
Mischung	35	0.89	0.88	0.13	0.68	1.26
Mischung mit Kaliumsalz	14	0.81	0.86	0.13	0.50	0.95

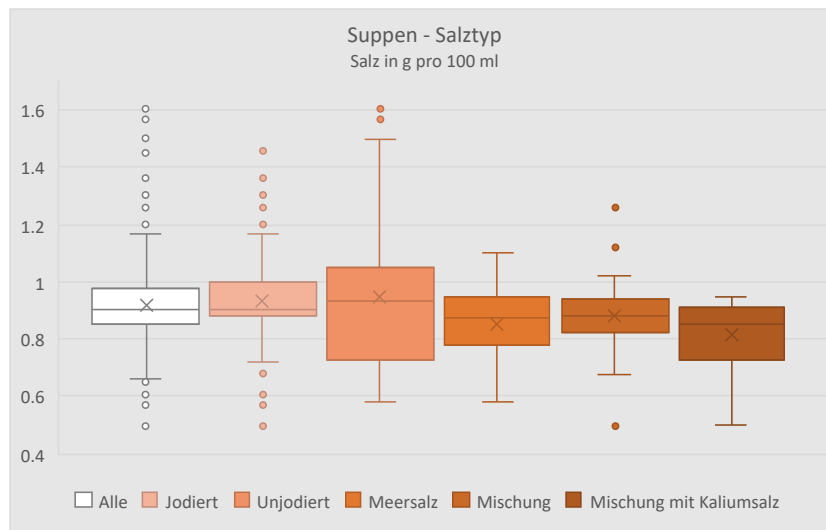


Abbildung 27: Salzgehalt in Suppen, abhängig von verwendetem Salztyp

Tabelle 27: Salzgehalt (in g/100 ml) in Suppen, abhängig vom Einsatz von geschmacksverstärkenden Zutaten²⁵

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Suppen	357	0.92	0.90	0.16	0.50	1.60
Ohne geschmacksverstärkende Zutaten	59	0.89	0.93	0.17	0.58	1.37
Mit geschmacksverstärkenden Zutaten	298	0.93	0.90	0.16	0.50	1.60
Ohne Geschmacksverstärker	299	0.90	0.90	0.14	0.58	1.60
Mit Geschmacksverstärker	58	1.05	1.02	0.22	0.50	1.57
Ohne Aromen	117	0.90	0.91	0.18	0.50	1.46
Mit Aromen	240	0.93	0.90	0.16	0.50	1.60

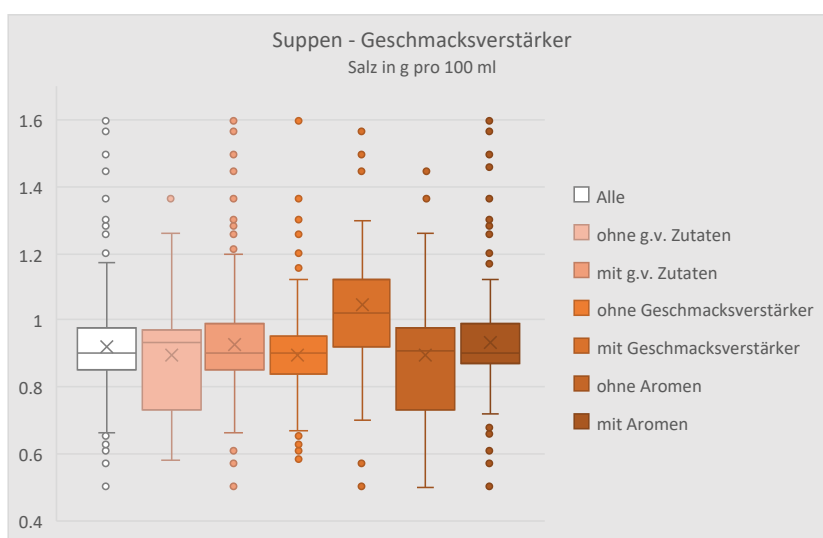


Abbildung 28: Salzgehalt in Suppen, abhängig vom Einsatz von geschmacksverstärkenden Zutaten

²⁵ Unter geschmacksverstärkenden Zutaten werden neben den geschmacksverstärkenden Zusatzstoffen auch Zutaten wie Hefeextrakt, Proteinhydrolysate, Sojasauce, Würzen und Aromen zusammengefasst. Als Geschmacksverstärker gelten nur die geschmacksverstärkenden Zusatzstoffe wie zum Beispiel Glutamat. In der Zutatenliste müssen diese explizit als Geschmacksverstärker bezeichnet werden.

Tabelle 28: Salzgehalt (in g/100 ml) in konventionell produzierten Suppen im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard-abweichung	Minimum	Maximum
Alle Suppen	357	0.92	0.90	0.16	0.50	1.60
Bio	27	0.97	0.96	0.13	0.66	1.26
Nicht Bio	330	0.92	0.90	0.17	0.50	1.60

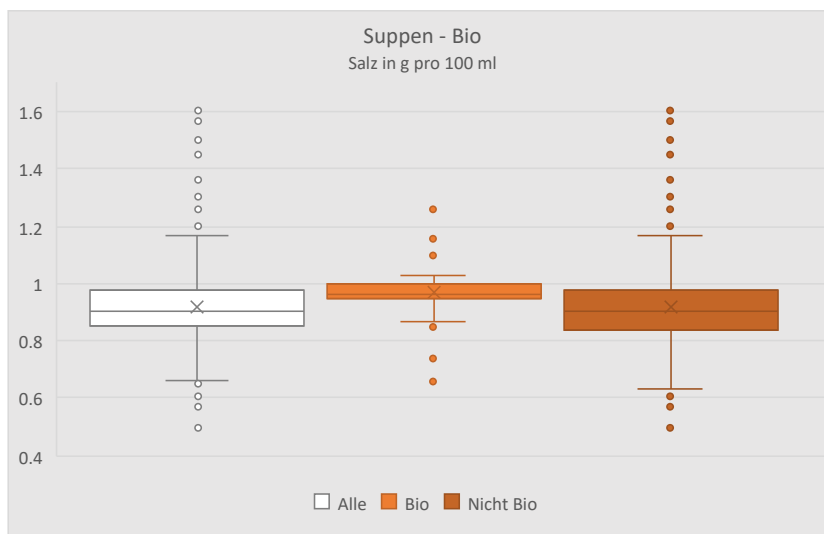


Abbildung 29: Salzgehalt in konventionell produzierten Suppen im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten

Tabelle 29: Salzgehalt (in g/100 ml) in Suppen, abhängig davon, ob geeignet für Vegetarier oder nicht

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Suppen	357	0.92	0.90	0.16	0.50	1.60
Ovo-lacto-vegetabil	254	0.92	0.90	0.16	0.50	1.60
Nicht ovo-lacto-vegetabil	103	0.94	0.92	0.16	0.50	1.46

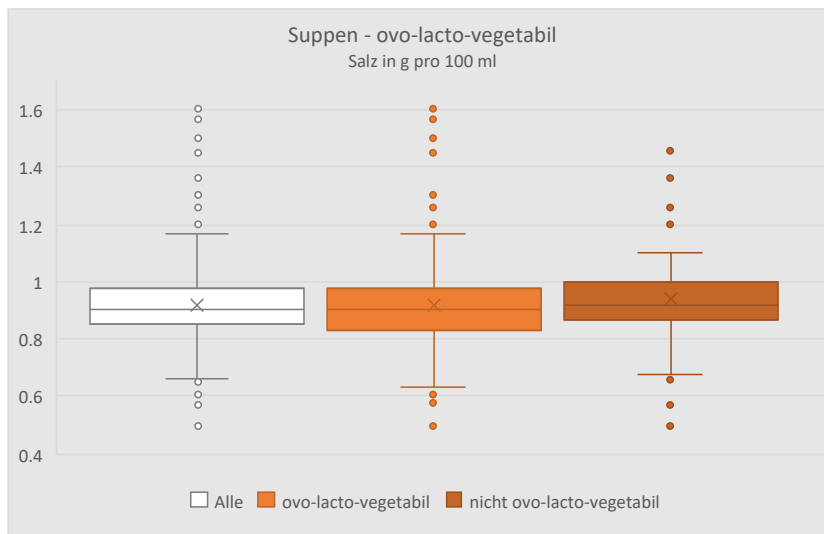


Abbildung 30: Salzgehalt in Suppen, abhängig davon, ob geeignet für Vegetarier oder nicht

7. Salatsaucen

7.1. Definition Salatsaucen

Für den Zweck dieser Erhebung wurde der Salzgehalt von verzehrfertigen Salatsaucen (Dressings) aus dem Detailhandel erhoben und basierend auf ihrer Zusammensetzung in Sorten gruppiert (siehe Tab. 30). Die Salatsaucen werden in Einzelportionen-Verpackungen (Beutel, Becher) sowie auch in grösseren Verpackungen (Flaschen) verkauft. Gewürzmischungen zur Zubereitung von Salatsaucen wurden nicht berücksichtigt.

Tabelle 30: Salatsaucen-Sorten

Sorten	Definition
Essig-Öl	Salatsaucen auf klassischer Essig-Öl-Basis. Beispiele: Vinaigrette, Italian, Balsamico, Spanisch
Emulgiert	Gebundene Salatsaucen mit einer cremigen Konsistenz durch Beigabe von z.B. Ei, Mayonnaise, Joghurt, Rahm. Beispiele: French, Caesar, Thousand Island, Joghurt
Asia	Salatsaucen mit typisch asiatischen geschmacksgebenden Zutaten und vermarktet mit asiatischen Bezeichnungen oder Markennamen. Beispiele: Sesam, Yuzu, Ingwer, Wasabi, Mango-Chili, Cashew-Limette

Bei allen Salatsaucen wurde ausserdem erfasst, welchen Fettgehalt sie aufweisen welcher Salztyp und welche geschmacksverstärkenden²⁶ Zutaten bei der Herstellung eingesetzt wurden, ob sie biologisch oder konventionell produziert wurden und ob sie für Vegetarier geeignet sind.

²⁶ Unter diesem Begriff werden neben den geschmacksverstärkenden Zusatzstoffen (z.B. Glutamat) auch Zutaten wie Hefeextrakt, Proteinhydrolysate, Sojasauce, Würzen und Aromen zusammengefasst.

7.2. Standortbestimmung Salatsaucen

Insgesamt wurden Angaben zu 136 Salatsaucen von 13 Unternehmen ausgewertet.

Der durchschnittliche Salzgehalt (Median) der Salatsaucen betrug 2,0 g/100 ml, wobei sich der Gehalt je nach Produkt zwischen 0,9 g bis 4,8 g bewegte.

Asia-Salatsaucen (2,5 g/100 ml) enthielten deutlich mehr Salz als emulgierte (1,96 g/100 ml) und Essig-Öl-Salatsaucen (1,9 g/100ml).

Bio-Salatsaucen (1,75 g/100 ml) waren weniger stark gesalzen als konventionell produzierte Salatsaucen (2,0 g/100 ml), jedoch ausschliesslich mit unjodiertem Salz. Bei den konventionell produzierten Salatsaucen enthielten immerhin 39% der Produkte jodiertes Salz.

Die meisten Salatsaucen (79%) enthielten geschmacksverstärkende Zutaten wie Geschmacksverstärker, Aromen, Hefeextrakte, Würzen und weitere. Salatsaucen mit einem geschmacksverstärkenden Zusatzstoff (z.B. Glutamat) enthielten weniger Salz (1,9 g/100 ml) als solche ohne derartige Zusatzstoffe (2,0 g/100 ml). Dasselbe Muster zeigte sich bei Salatsaucen mit versus ohne Aromen (1,9 g vs. 2,0 g/100 ml). Erstaunlicherweise enthielten jedoch Salatsaucen ohne jegliche geschmacksverstärkende Zutaten (1,85 g/100ml) einen niedrigeren Salzgehalt also solche mit einer geschmacksverstärkenden Zutat (2,0 g/100 ml). Der Fettgehalt schien keinen Einfluss auf Salzgehalt zu haben.

7.3. Salzgehalte in Salatsaucen – Tabellen und Diagramme

Tabelle 31: Salzgehalt in Salatsaucen

g Salz / 100 ml	
(n = 136)	
Mittelwert	2.08
Median	2.00
Standardabweichung	0.60
Minimum	0.90
Maximum	4.80

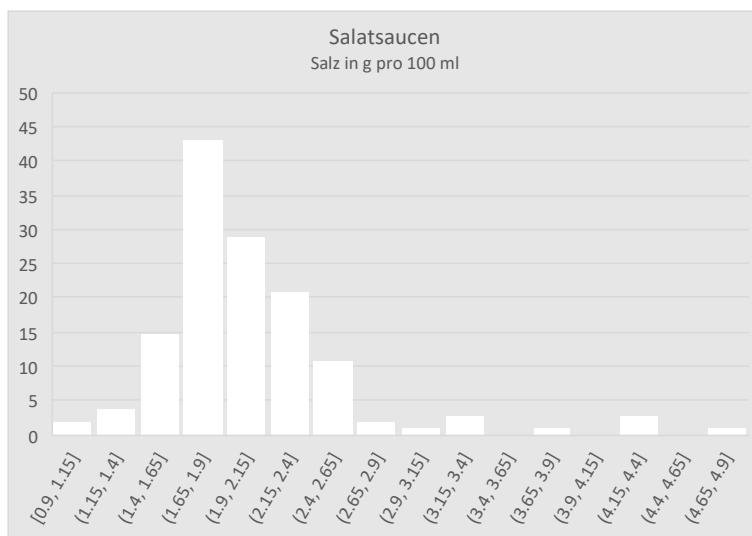


Abbildung 31: Verteilung der Salzgehalte in Salatsaucen

Tabelle 32: Salzgehalt (in g/100 ml) in den verschiedenen Salatsaucen-Sorten

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard-abweichung	Minimum	Maximum
Alle Salatsaucen	136	2.08	2.00	0.60	0.90	4.80
Essig-Öl	38	2.05	1.90	0.66	1.10	4.80
Emulgierte	86	1.99	1.96	0.43	0.90	4.40
Asia	12	2.86	2.50	0.93	1.80	4.40

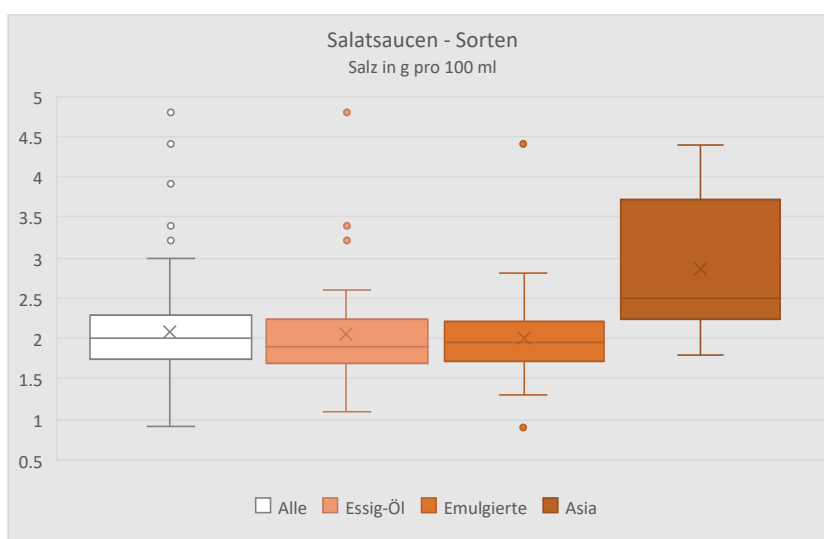


Abbildung 32: Salzgehalt in den verschiedenen Salatsaucen-Sorten

Tabelle 33: Salzgehalt (in g/100 ml) in den Salatsaucen der verschiedenen Unternehmen

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Salatsaucen	357	0.92	0.90	0.16	0.50	1.60
Unternehmen A	3	2.37	2.40	0.15	2.20	2.50
Unternehmen B	21	2.11	2.20	0.39	1.50	3.00
Unternehmen C	5	2.28	2.40	0.41	1.70	2.80
Unternehmen D	8	1.90	1.83	0.26	1.68	2.47
Unternehmen E	14	1.98	2.00	0.08	1.90	2.10
Unternehmen F	5	2.26	2.30	0.18	2.00	2.50
Unternehmen G	2	1.85	1.85	0.21	1.70	2.00
Unternehmen H	3	2.10	2.10	0.10	2.00	2.20
Unternehmen I	9	3.24	3.20	1.05	1.80	4.40
Unternehmen K	28	1.88	1.85	0.65	1.10	4.80
Unternehmen L	12	2.04	1.95	0.35	1.70	2.60
Unternehmen M	14	1.88	1.85	0.44	1.50	3.20
Unternehmen N	12	1.96	1.85	0.71	0.90	3.40

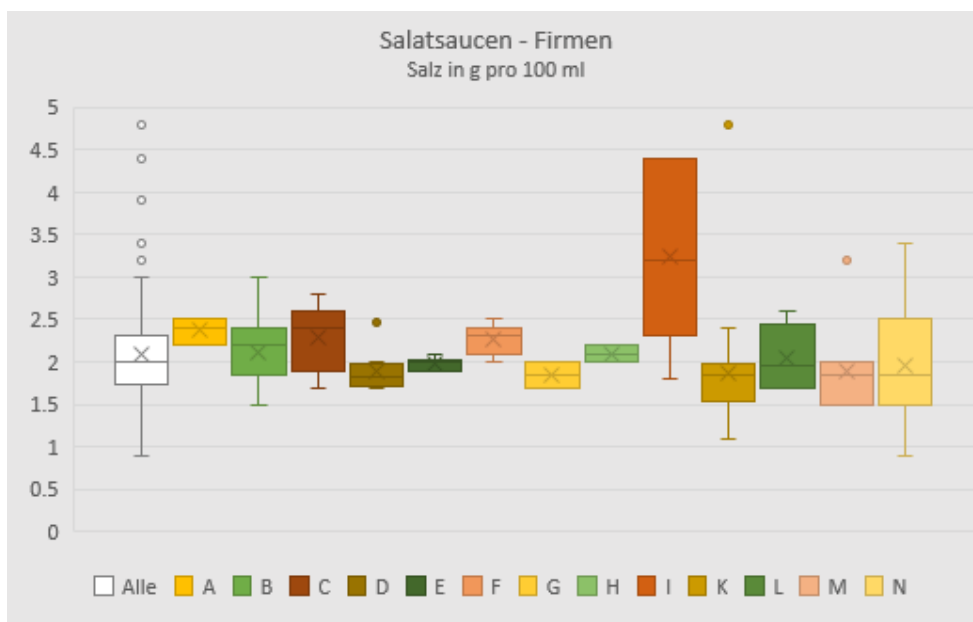


Abbildung 33: Salzgehalt in den Salatsaucen der verschiedenen Unternehmen (A-N)

Tabelle 34: Salzgehalt (in g/100 ml) in Salatsaucen, abhängig vom Fettgehalt

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Salatsaucen	136	2.08	2.00	0.60	0.90	4.80
<15 g Fett	10	2.28	1.95	0.93	1.50	4.80
15 g bis und mit 29.9 g Fett	56	2.13	1.95	0.66	1.20	4.40
>=30 g Fett	70	2.02	2.00	0.49	0.90	3.90

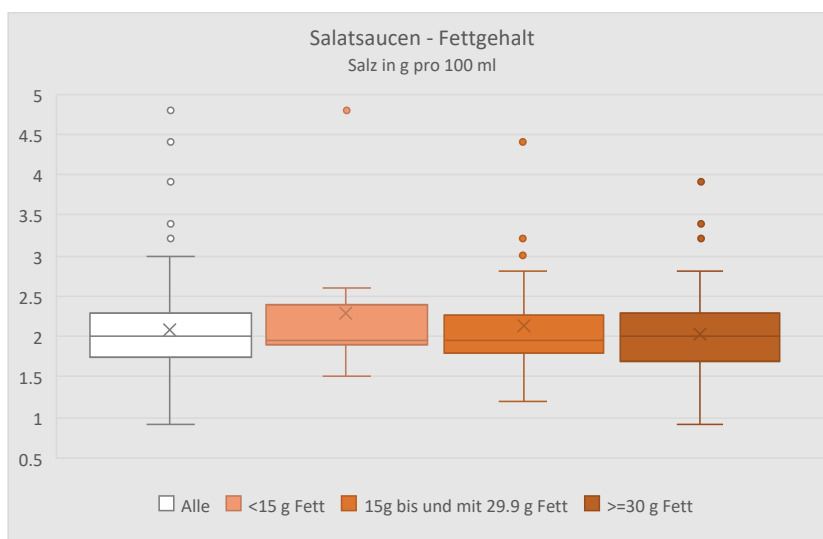


Abbildung 34: Salzgehalt in Salatsaucen, abhängig vom Fettgehalt

Tabelle 35: Salzgehalt (in g/100 ml) in Salatsaucen, abhängig vom verwendetem Salztyp

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Salatsaucen	136	2.08	2.00	0.60	0.90	4.80
Jodiert	48	1.99	1.95	0.43	0.90	3.40
Meersalz	18	2.10	2.00	0.73	1.10	4.40
Weder noch	70	2.14	2.00	0.67	1.20	4.80

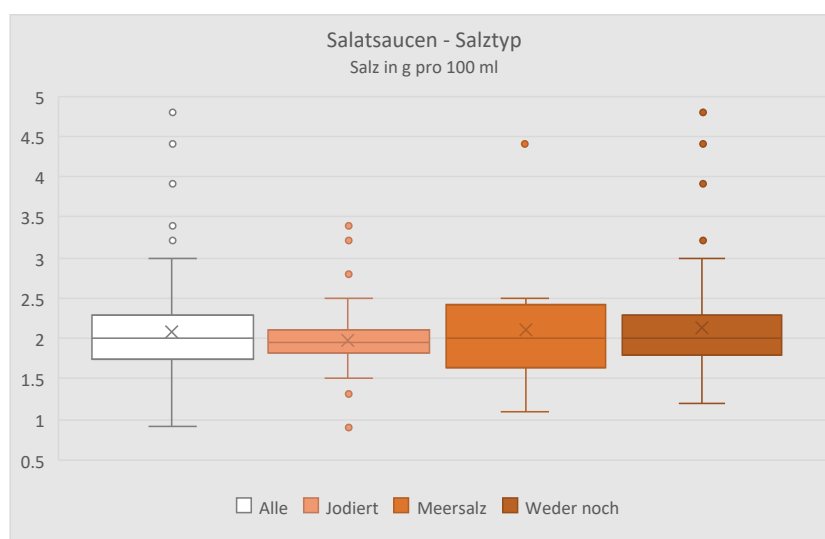


Abbildung 35: Salzgehalt in Salatsaucen, abhängig vom verwendeten Salztyp

Tabelle 36: Salzgehalt (in g/100 ml) in Salatsaucen, abhängig vom Einsatz von geschmacksverstärkenden Zutaten²⁷

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Salatsaucen	136	2.08	2.00	0.60	0.90	4.80
Ohne geschmacksverstärkende Zutaten	28	1.93	1.85	0.37	1.50	2.50
Mit geschmacksverstärkenden Zutaten	108	2.12	2.00	0.65	0.90	4.80
Ohne Geschmacksverstärker	95	2.13	2.00	0.67	1.10	4.80
Mit Geschmacksverstärker	41	1.97	1.90	0.39	0.90	3.20
Ohne Aromen	87	2.14	2.00	0.65	1.30	4.80
Mit Aromen	49	1.99	1.90	0.49	0.90	3.40

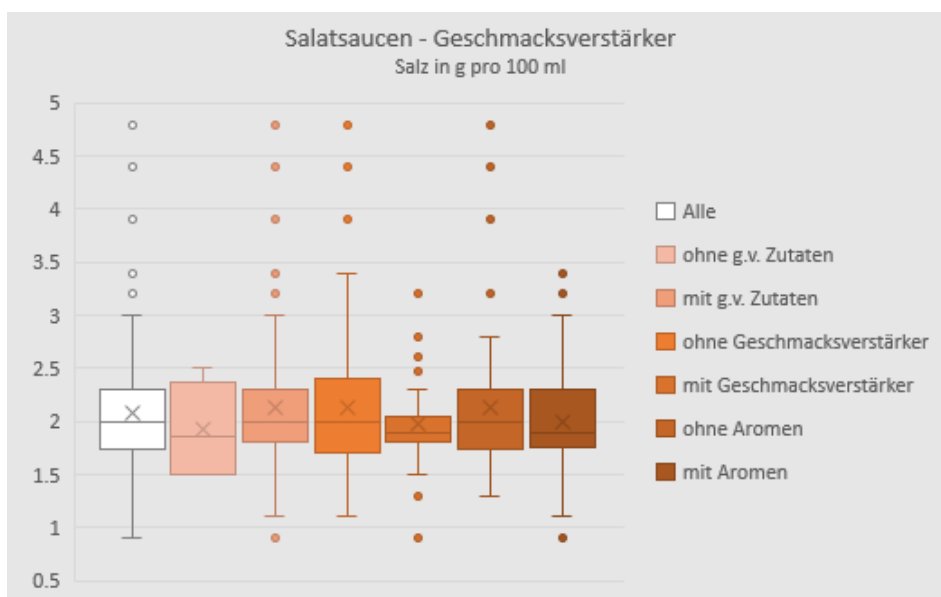


Abbildung 36: Salzgehalt in Salatsaucen, abhängig vom Einsatz von geschmacksverstärkenden Zutaten

²⁷ Unter geschmacksverstärkenden Zutaten werden neben den geschmacksverstärkenden Zusatzstoffen auch Zutaten wie Hefeextrakt, Proteinhydrolysate, Sojasauce, Würzen und Aromen zusammengefasst. Als Geschmacksverstärker gelten nur die geschmacksverstärkenden Zusatzstoffe wie zum Beispiel Glutamat. In der Zutatenliste müssen diese explizit als Geschmacksverstärker bezeichnet werden.

Tabelle 37: Salzgehalt (in g/100 ml) in Salatsaucen in konventionell produzierten Salatsaucen im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standard- abweichung	Minimum	Maximum
Alle Salatsaucen	136	2.08	2.00	0.60	0.90	4.80
Bio	12	1.90	1.75	0.47	1.10	2.50
Nicht Bio	124	2.10	2.00	0.61	0.90	4.80

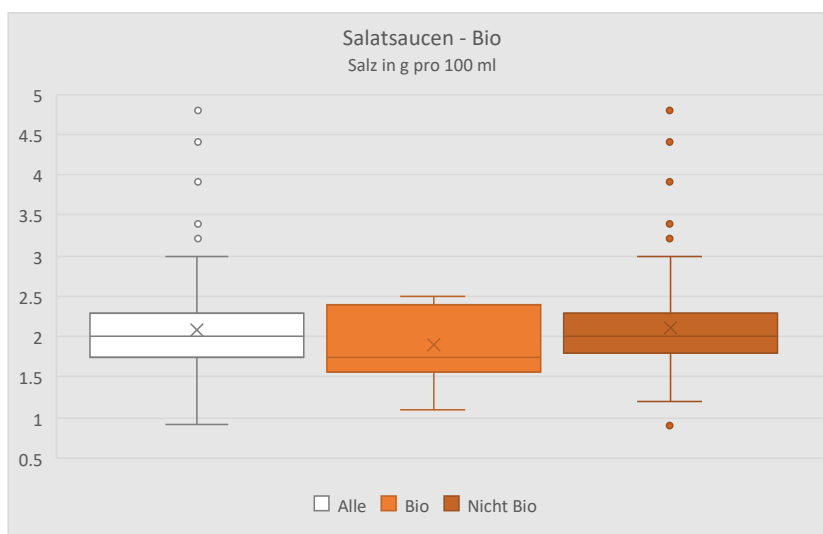


Abbildung 37: Salzgehalt in konventionell produzierten Salatsaucen im Vergleich zu biologisch produzierten Produkten

Tabelle 38: Salzgehalt (in g/100 ml) in Salatsaucen, abhängig davon, ob geeignet für Vegetarier oder nicht

	Anzahl (n)	Mittelwert	Median	Standardabweichung	Minimum	Maximum
Alle Salatsaucen	136	2.08	2.00	0.60	0.90	4.80
Ovo-lacto-vegetabil	131	2.10	2.00	0.61	0.90	4.80
Nicht ovo-lacto-vegetabil	5	1.72	1.90	0.30	0.90	2.00

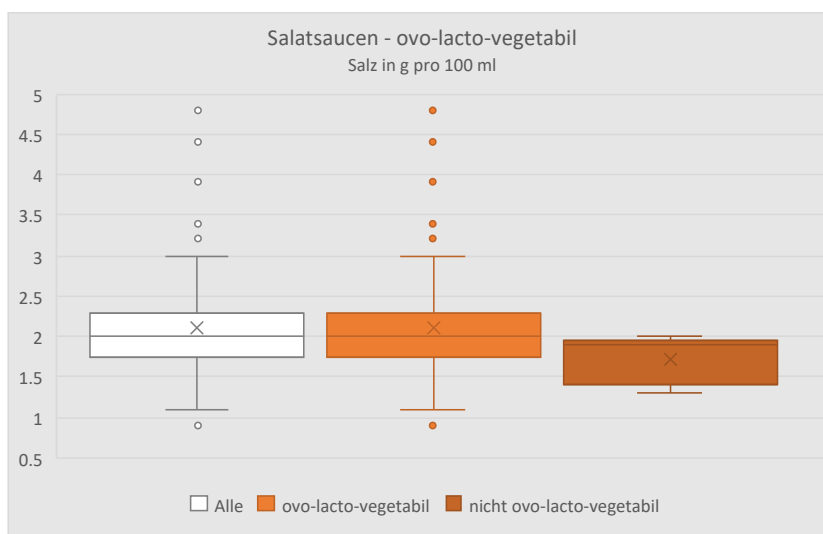


Abbildung 38: Salzgehalt in Salatsaucen, abhängig davon, ob geeignet für Vegetarier oder nicht

8. Weiteres Vorgehen

Durch die Erweiterung der Erklärung von Mailand im August 2019 wurden zusätzliche Produktgruppen in die Erklärung aufgenommen. Mit der vorliegenden Standortbestimmung stehen dem BLV nun Informationen zur Verfügung, um die Reduktionsziele für die Zuckerreduktion in Milchmischgetränken und ähnlichen Produkten sowie Quark und quarkähnlichen Produkten wie auch für die Salzreduktion in Suppen und Salatsaucen zu definieren und die Verhandlungen mit den entsprechenden Unternehmen zu führen. Weitere Standortbestimmungen sind bereits geplant. Diese sollen es dem BLV erlauben, die Fortschritte hinsichtlich der gesetzten Ziele zu überprüfen und die Reduktion der zu hohen Zucker- und Salzgehalte weiter voranzutreiben.