

ALDI SÜD ERNÄHRUNGSREPORT 2025



Gutes für alle.



ERNÄHRUNG DER ZUKUNFT

INHALT

ERNÄHRUNG DER ZUKUNFT 3

#ERNÄHRUNGSWECHSEL 4

UNSERE ERNÄHRUNGSSTRATEGIE 5

UNSER NUTRITION-TEAM 8

EXPERT:INNENGREMIUM ERNÄHRUNG 9

GUT FÜR DICH 10

UNSERE REZEPTUREN 11

SALZ UND ZUCKER REDUZIEREN 12

FETTE UND ÖLE GUT WÄHLEN 14

UNSERE ERNÄHRUNGSTIPPS 16

FÜR EIN GUTES BAUCHGEFÜHL 20

PFLANZENBASIERTE ERNÄHRUNG 22

ERNÄHRUNG FÜR KINDER 24

GUT FÜR ALLE 26

ERNÄHRUNGSBILDUNG 27

UNSERE BIO-VIELFALT 28

FÜR MEHR TIERWOHL 30

REGIONALE PRODUKTE 31

AKTIV GEGEN FOOD WASTE 32

UNSERE ZIELE 33

QUELLEN 35

IMPRESSUM 36



„Als Grundversorger möchten wir es unseren Kund:innen mit unserem #Ernährungswechsel einfach machen, sich ausgewogen und nachhaltiger zu ernähren – und das zum besten Preis.“

Erik Döbele, Mitglied des Verwaltungsrates bei ALDI SÜD

ERNÄHRUNG DER ZUKUNFT

Als großer Lebensmitteleinzelhändler wissen wir, dass die Ernährung entscheidend für unser Wohlbefinden und unseren Planeten ist. Wir setzen uns aktiv dafür ein, Ernährungsgewohnheiten gesundheitsbewusster und nachhaltiger zu gestalten. In 2023 haben wir den ersten ALDI SÜD Ernährungsreport veröffentlicht, um unsere Strategie, unsere Maßnahmen und unsere Ziele transparent zu machen. Seither veröffentlichen wir jährlich unseren Ernährungsreport mit interessanten Fakten und Tipps rund um das Thema bewusste und nachhaltigere Ernährung sowie unsere erzielten Fortschritte.

Wir freuen uns, euch auf diese Reise mitzunehmen! Werdet Teil unserer Vision und erfahrt, wie wir zusammen die Ernährung der Zukunft gestalten können. Gemeinsam für den #Ernährungswechsel!

DEFINITION NACHHALTIGE(RE) ERNÄHRUNGSWEISE

Wir bei ALDI SÜD verstehen unter einer nachhaltigen bzw. nachhaltigeren Ernährungsweise eine überwiegend pflanzenbasierte Ernährung, die der wissenschaftlich fundierten Planetary Health Diet (PHD) entspricht oder sich ihr annähert. Im Vergleich zur durchschnittlichen Ernährungsweise führt eine Ernährung nach PHD zu einer verringerten Belastung von natürlichen Ressourcen in den Bereichen Treibhausgasausstoß, Wasserverbrauch, Biodiversität, Landnutzung und Eutrophierung.^{1,2}

#ERNÄHRUNGSWECHSEL



ALDI SÜD
macht gutes Essen
für alle einfacher.

UNSERE ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

Nachhaltigkeit ist ein fester Bestandteil unserer Unternehmensstrategie – besonders dort, wo sie den größten Unterschied macht: im täglichen Einkauf. Als großer Lebensmitteleinzelhändler tragen wir Verantwortung für die Art und Weise, wie sich Menschen ernähren – heute und in Zukunft. Der **#Ernährungswechsel** ist daher ein zentraler Baustein der **ALDI SÜD Nachhaltigkeitsstrategie**. Wir setzen uns für eine ausgewogene und nachhaltigere Ernährung ein. Hierbei wollen wir nicht nur unsere Kund:innen für eine bewusste Ernährung begeistern, sondern auch Impulse für die gesamte Branche und Gesellschaft setzen. Für unseren **#Ernährungswechsel** orientieren wir uns an der **Planetary Health Diet** (PHD), einem wissenschaftlich fundierten Modell, das die Gesundheitsförderung von Menschen und den Schutz unseres Planeten miteinander verbindet.

ERNÄHRUNG ALS GESUNDHEITSFAKTOR

Eine ausgewogene Ernährung kann die eigene Gesundheit positiv beeinflussen und vielen Krankheiten wie Bluthochdruck, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen.³ Wer sich ausgewogen und pflanzenbasiert ernährt,

profitiert daher von großen Health-Benefits: Laut Studien¹ könnten so ca. 11 Millionen Todesfälle (ca. 19–24 % aller Todesfälle unter Erwachsenen) pro Jahr verhindert werden. Zugleich ist eine bewusste Ernährung laut EAT-Lancet-Commission auch ein wichtiger Faktor für die planetare Gesundheit. Viele Studien^{4,5} kommen zu dem Schluss, dass eine Ernährung, die reich an pflanzlichen Lebensmitteln ist, im Vergleich zu einer omnivoren Ernährungsweise sowohl dem menschlichen Organismus als auch dem Klima und der Umwelt zugute kommt.

ERNÄHRUNG ALS UMWELTFAKTOR

Der Ernährungssektor ist für bis zu 37 % der menschengemachten Emissionen an Treibhausgasen (THG) verantwortlich.⁶ Die Produktion pflanzlicher Lebensmittel belastet die Umwelt wesentlich geringer als die von tierischen Produkten. Tierische Lebensmittel beanspruchen zum Beispiel über 80 % der globalen landwirtschaftlichen Nutzfläche, bspw. für Futtermittelanbau, und sind für über die Hälfte der THG-Emissionen von Lebensmitteln verantwortlich, obwohl sie nur gut ein Drittel der Proteine und etwa 18 % der Kalorien liefern.²



Da die derzeitige durchschnittliche Ernährungsweise unsere natürlichen Ressourcen belasten und zu Gesundheitsschäden führen kann, hat die EAT-Lancet-Kommission 2019 die Planetary Health Diet (PHD) entwickelt. Die PHD definiert den Referenzrahmen für eine gesundheitsfördernde und umweltverträgliche Ernährungsweise, die bis zum Jahr 2050 etwa 10 Milliarden Menschen auf der Erde gesundheitsbewusster ernähren kann, ohne die planetaren Grenzen zu überschreiten. Bei der PHD handelt es sich um eine flexitarische Ernährungsweise, die überwiegend pflanzenbasiert ist. Moderate Mengen an Fleisch, Fisch, Eiern und Milchprodukten sind jedoch vorgesehen. Die EAT-Lancet-Kommission definiert je Lebensmittelgruppe Spannbreiten für die empfohlene Verzehrmenge pro Tag. So bietet die PHD mehr Flexibilität und ist (bis zu einem gewissen Grad) individuell an die Ernährungsvorlieben anpassbar. Auch eine vegetarische oder vegane Ernährung ist im Sinne der PHD möglich.¹

ZU WENIG HIERVON, ZU VIEL DAVON

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt eine nachhaltigere und umweltschonendere Ernährung. Die in 2024 aktualisierten Empfehlungen stimmen mit denen der Planetary

ERMÄSSIGTE MEHRWERTSTEUER FÜR PFLANZLICHES

In Deutschland gilt für Fleisch- und Milchprodukte 7 % Mehrwertsteuer, pflanzliche Alternativen werden oft mit 19 % besteuert. Pflanzliche Produkte sind für viele fester Bestandteil ihrer Ernährung und sollten steuerlich nicht benachteiligt werden. Eine Steuersatzsenkung für pflanzliche Alternativen stärkt zudem ihre Wettbewerbsfähigkeit. ALDI SÜD unterstützt daher den Vorschlag, pflanzliche Alternativprodukte zukünftig mit dem ermäßigten Mehrwertsteuersatz von 7 % zu besteuern.



Eine gesundheits- und umweltbewusste Ernährung ist zu mehr als $\frac{3}{4}$ pflanzlich und knapp $\frac{1}{4}$ tierisch.

Health Diet weitestgehend überein.⁷ Doch wie sieht die Ernährung in Deutschland aktuell aus? Betrachten wir die Ergebnisse der Nationalen Verzehrstudie⁸ (NVS II), deren Daten repräsentativ für die Verzehrsmengen in der deutschen Bevölkerung sind, weichen diese stark von den Empfehlungen ab. Während vor allem Produktgruppen wie Hülsenfrüchte, Vollkornprodukte, Nüsse und Samen, Obst und Gemüse deutlich zu wenig verzehrt werden, liegt der Verzehr insbesondere von Fleisch und Wurstwaren sowie von Zucker und Salz weit über der empfohlenen Zufuhr.

PFLANZLICHE LEBENSMITTEL BEVORZUGEN

Der Planetary Health Diet zufolge sollten wir unseren Konsum von Obst, Gemüse, Hülsenfrüchten und Nüssen ungefähr verdoppeln. Fleisch und Zucker hingegen sollten maximal halb so viel verzehrt werden, um Ressourcen und Klima zu schonen. Pflanzliche Lebensmittel stellen die Basis der Planetary Health Diet dar. Rotes Fleisch, Zucker und gesättigte Fettsäuren spielen eine untergeordnete bis keine Rolle.¹

HOW TO: ERNÄHRUNG NACH PLANETARY HEALTH DIET

● 25 g Zucker

Fette & Öle

- 9 g gesättigte Fettsäuren
- 32 g ungesättigte Fettsäuren

Pflanzliche Proteinquellen

- 40 g Nüsse & Saaten
- 60 g Hülsenfrüchte

Tierische Proteinquellen

- 10 g Eier
- 11 g rotes Fleisch (z.B. Schwein und Rind)
- 22 g Fisch
- 23 g Geflügel

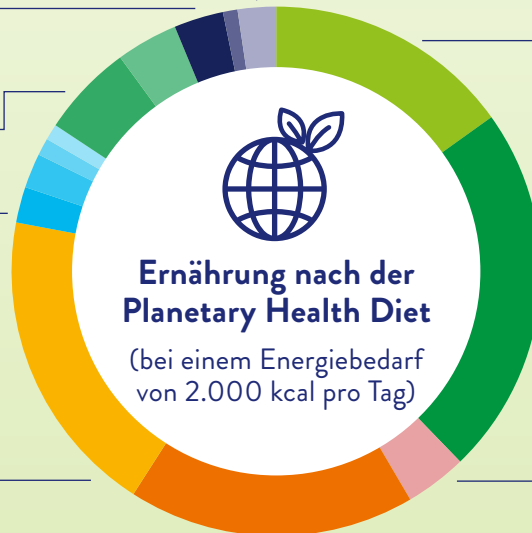
● 200 g Milchprodukte

● 160 g Obst

● 240 g Gemüse

● 40 g stärkehaltiges Gemüse

● 186 g Vollkorngetreide



IM VERGLEICH: DAS WICHTIGSTE AUF EINEN BLICK

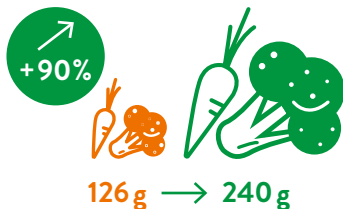
■ Derzeitige Ernährung in Deutschland

(bezogen auf 2.000 kcal pro Tag)

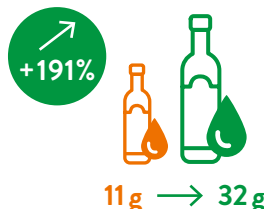
■ Ernährung nach der Planetary Health Diet

(bezogen auf 2.000 kcal pro Tag)

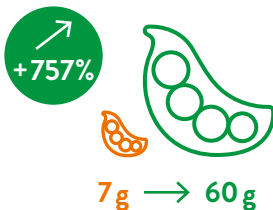
GEMÜSE



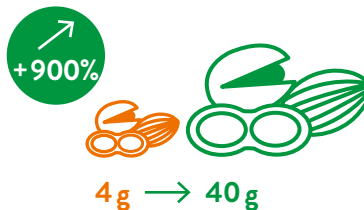
UNGESÄTTIGTE FETTSÄUREN



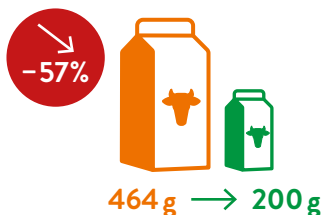
HÜLSENFRÜCHTE



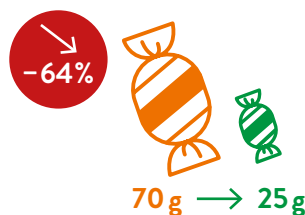
NÜSSE & SAATEN



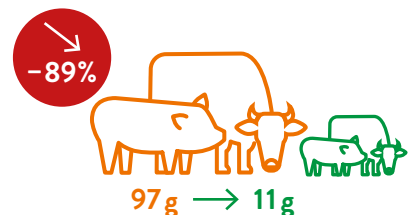
MILCHPRODUKTE



ZUCKER



ROTES FLEISCH



Bei diesen Lebensmittelkategorien sind die größten Veränderungen für eine nachhaltigere und ausgewogenere Ernährung erforderlich.

UNSER NUTRITION-TEAM

Wie bringen wir den **#Ernährungswechsel** schnell und wirksam voran? Wodurch fördern wir eine ausgewogene, flexitarische Ernährungsweise, die sowohl der Gesundheit des Einzelnen als auch der Umwelt und dem Klima zugutekommt? Um diese Fragen zu beantworten, haben wir 2022 das ALDI SÜD Nutrition-Team gegründet, welches sich mit allen Aufgaben rund um die Förderung einer gesünderen und nachhaltigeren Ernährung im Sinne der Planetary Health Diet beschäftigt.

Unser Nutrition-Team bündelt verschiedenste Kompetenzen aus den Bereichen Ernährungs-, Agrar- und Lebensmittelwissenschaften, Ernährungsberatung und Lebensmitteltechnologie, um ALDI SÜD zum Vorreiter für eine zukunftsfähige Ernährungsweise zu machen. Wir möchten ein gesamtgesellschaftliches Umdenken in puncto Ernährung anregen, unsere Kund:innen für eine pflanzenbasierte Ernährung gewinnen und zugleich unsere Eigenmarken-Produkte optimieren.

Wir machen eine pflanzenbasierte Ernährung für alle leistbar und zugänglich.



„Nachhaltigkeit und bewusste Ernährung sind nicht nur Trends, sondern Teil unserer Verantwortung als Grundversorger. Wir setzen uns dafür ein, unseren Kund:innen eine große Auswahl an Produkten zu bieten, die eine ausgewogene und nachhaltigere Ernährung erleichtern. Indem wir transparente Informationen über unsere Produkte bereitstellen, möchten wir das Vertrauen unserer Kund:innen stärken und sie bei ihrer Auswahl unterstützen.“

Ingo Hoffmann, Director Quality Assurance bei ALDI SÜD



EXPERT:INNENGREMIUM ERNÄHRUNG

Begleitend zum unternehmenseigenen Nutrition-Team hat ALDI SÜD bereits im Januar 2023 ein unabhängiges Expert:innengremium für Ernährung ins Leben gerufen. Ziel ist es, fundiertes Fachwissen zu bündeln und kompetente Beratung zu finden. Das Gremium besteht aus drei erfahrenen Fachleuten aus unterschiedlichen Bereichen wie Wissenschaft, Wirtschaft und Innovation. Diese interdisziplinäre Zusammensetzung gewährleistet eine vielfältige Perspektive auf die Ernährungsthemen der Zukunft. Denn wenn es um die Ernährung der Zukunft geht, verfolgen wir bei ALDI SÜD eine klare Mission: Wir möchten unser Sortiment sowie die Rezepturen unserer Eigenmarken kontinuierlich verbessern – zum Wohl unseres Planeten und im Einklang mit den Wünschen und Vorlieben unserer Kund:innen. Damit wir dabei stets am Puls der Zeit bleiben, Trends aufgreifen und Synergien entwickeln können, stehen unser ALDI SÜD Nutrition-Team und unsere Ernährungsexpert:innen im regelmäßigen Austausch.



MARIE THERESE REICHERT

Vertreterin unseres
Bio-Markenpartners
Naturland

„Der Schutz der Artenvielfalt liegt uns bei Naturland besonders am Herzen – und mit ALDI SÜD haben wir einen starken Partner, der dieses Anliegen teilt. Gemeinsam setzen wir verschiedene Maßnahmen im Rahmen des Naturland-Förderprogramms „Für mehr Artenvielfalt“ um, die Lebensräume für Vögel und Insekten erhalten und fördern. Gleichzeitig bringen wir mit dem vielfältigen Sortiment an Naturland-zertifizierten Lebensmitteln mehr Nachhaltigkeit und Bewusstsein in den Alltag vieler Menschen. Über 25 % des Bio-Standortsortiments von ALDI SÜD sind Naturland-zertifiziert – ein starkes Zeichen für mehr Nachhaltigkeit im Alltag. So leisten wir gemeinsam einen wichtigen Beitrag, ökologische Lebensmittel für alle zugänglich zu machen.“



DR. STEPHAN LÜCK

Lebensmitteltechnologe
mit Medienerfahrung

„Der Einzelhandel – und damit auch ALDI SÜD – trägt eine große Verantwortung: Er muss allen Menschen die Möglichkeit bieten, sich gesundheitsförderlich, ökologisch verantwortungsvoll und mit Genuss zu ernähren. ALDI SÜD ist sich dieser Aufgabe sehr bewusst und optimiert nicht nur kontinuierlich das Angebot, sondern informiert auch seine Kund:innen und unterstützt Projekte mit diesem wichtigen Ziel. Ich weiß, welchen großen Einfluss ALDI SÜD auf das Ernährungsverhalten von Millionen Menschen in Deutschland hat. Da es meine Aufgabe ist, eine gesundheitsbewusste, ökologisch verträgliche und zugleich genussvolle Ernährung zu fördern, stelle ich meine Expertise gerne beratend zur Verfügung. Nur gemeinsam mit der gesamten Ernährungswirtschaft gelingt uns der notwendige Ernährungswandel.“



PROF. GUNTER ECKERT

Lebensmittelchemiker und
Professor für Ernährung in
Prävention und Therapie

„ALDI SÜD begleitet mich seit meiner Kindheit – damals vor allem für günstige Alltagsprodukte, heute ein Ort, an dem ich immer wieder spannende Innovationen entdecke. Besonders wichtig sind mir dabei hochwertige Produkte, Tierwohl und die qualitativ überzeugenden Eigenmarken. Als Experte unterstütze ich ALDI SÜD mit meiner wissenschaftlichen Expertise: Mein Schwerpunkt liegt auf gesunder Ernährung im Sinne der Planetary Health Diet – für mehr Gesundheit, Klimaschutz und verantwortungsvolle Tierhaltung.“

GUT FÜR DICH

Ausgewogene
Ernährung



UNSERE REZEPTUREN

Wir bei ALDI SÜD erleichtern eine ausgewogene Ernährung nicht nur durch unser großes Angebot an täglich frischem Obst und Gemüse. Regelmäßig überprüfen wir auch unsere Eigenmarken-Produkte, um diese stetig zu verbessern und so natürlich wie möglich zu gestalten. Um dieses Ziel zu erreichen, haben wir Richtlinien entwickelt, in denen Anforderungen z. B. an Nährwertprofile, Rezepturen und Zusatzstoffe festgehalten sind. Die Umsetzung dieser Richtlinien erfolgt sukzessive. Rezepturanpassungen nehmen allerdings viel Zeit in Anspruch. Dies liegt daran, dass auf dem Weg zum optimierten Produkt diverse Herausforderungen zu bewältigen sind, wie z. B. die technologische Machbarkeit und der gleichbleibend gute Geschmack. Hierfür sind zahlreiche Tests erforderlich und es muss sichergestellt sein, dass die Produktqualität hochwertig bleibt.

✓ Es existieren bereits Richtlinien für Salz- und Zuckerzielwerte, pflanzenbasierte Alternativprodukte, Tiefkühl-Fertiggerichte, Kinderlebensmittel und für unsere Bio-Eigenmarke NUR NUR NATUR, auf die wir in den jeweiligen Kapiteln noch näher eingehen.

Allgemein gilt bei ALDI SÜD, dass wir auf Lebensmittelzusatzstoffe und Aromen verzichten, sofern

dies im Hinblick auf die Qualität des Lebensmittels vertretbar ist. Für die Herstellung bestimmter Produkte sind Zusatzstoffe jedoch notwendig, damit das Produkt haltbar und sicher ist und/oder die gewünschte Konsistenz und Sensorik erreicht wird.

Gemeinsam mit unserem Expert:innengremium haben wir nach wissenschaftlichen Kriterien eine Bewertung aller zugelassenen Lebensmittelzusatzstoffe mithilfe eines Ampelsystems vorgenommen. Das Bewertungssystem wird kontinuierlich auf Basis von neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen aktualisiert. Dies nutzen wir dann für die Rezepturoptimierung unserer Eigenmarken-Produkte. Zudem schaffen wir Transparenz durch eine verbraucher:innenfreundliche Kennzeichnung: Statt einer verschlüsselten E-Nummer nennen wir auf unseren Produktverpackungen den Zusatzstoffnamen. Der Nutri-Score bietet uns einen weiteren Anreiz unsere Rezepturen zu optimieren.

✓ Wir haben auf allen Eigenmarken*, bei denen es möglich ist, die Nutri-Score-Kennzeichnung aufgebracht.

🔄 Wir streben außerdem an, immer den besten Nutri-Score zu vergleichbaren Marken- und Eigenmarken-Produkten im Wettbewerb zu haben.

TOP-WERTE

Unsere Rezeptoptimierungen zeigen sich im Nutri-Score-Ergebnis. Die optimierten Produkte erhalten eine weitaus bessere Bewertung.



Verbesserung von D auf B



Verbesserung von C auf A



Durch Optimierung das bestmögliche Ergebnis im Nutri-Score!



* Bei neu registrierten Eigenmarken gilt eine Umsetzungsfrist von 2 Jahren.

SALZ UND ZUCKER REDUZIEREN

Ob mit dem Wurstbrot oder der Tiefkühlpizza: Die meisten von uns nehmen deutlich mehr Salz zu sich, als sie bemerken. Denn der Großteil unseres täglichen Salzkonsums stammt nicht direkt aus dem Salzstreuer, sondern aus verarbeiteten Lebensmitteln wie Backwaren, Käse, Aufschnitt, Fertiggerichten und Snacks. Wie viel Salz bei der Verarbeitung eines Lebensmittels hinzugefügt wurde, lässt sich auch nicht immer am Geschmack festmachen.

Dabei ist es empfehlenswert, möglichst wenig Salz zu sich zu nehmen. Denn ein zu hoher täglicher Salzkonsum stellt einen Risikofaktor für Bluthochdruck dar und begünstigt in der Folge die Entstehung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen.¹⁰

WIE VIEL SALZ AM TAG?

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt, **nicht mehr als 6 g Salz täglich** zu sich zu nehmen.¹¹ Laut Robert-Koch-Institut essen Männer jedoch durchschnittlich 10 g und Frauen 8,4 g am Tag.¹²



Mehr Salz drin
als gedacht!

SALZ IN LEBENSMITTELN



6,0 g

<

3,8 g

+

2,7 g

+

0,8 g

Empfohlene Tagesmenge

1 Pizza Margherita
(300 g)

2 Scheiben Salami
(50 g)

2 Scheiben
Weizentost
(60 g)

¹³ Salzgehalte typischer Produkte, die aus Daten der Sammlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. stammen.

ZUCKER IN LEBENSMITTELN



50 g <

Empfohlene Tagesmenge

37,5 g

1 Glas Limonade
(250 ml)

+

22,5 g

1 Becher
Fruchtjoghurt
(150 g)

+

3,5 g

1 Portion
Tomaten-
ketchup
(15 g)Schneller erreicht
als du denkst!

Zuckergehalte typischer Produkte, die aus Daten der Sammlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. stammen.¹³

WELCHE ROLLE SPIELT ZUCKER?

Auch Zucker sollten wir nur in Maßen zu uns nehmen. Wer zu viel Zucker konsumiert, riskiert ebenfalls ernährungsbedingte Krankheiten, z. B. Diabetes Typ 2, Herz-Kreislauferkrankungen, Übergewicht und Karies.¹⁴

Laut WHO und DGE sollten „freie Zucker“ besonders sparsam konsumiert werden. Hierzu zählen zugesetzte Zucker, sowie in Honig, Sirupen, Fruchtsäften und Fruchtsaftkonzentraten natürlich vorkommende Zucker.¹⁵

WIR OPTIMIEREN FERTIGPRODUKTE

Weil wir das Problem der „versteckten“ Zucker- und Salzanteile in Lebensmitteln sehr ernst nehmen, arbeiten wir seit 2014 daran, die Salz- und Zuckergehalte in unseren Eigenmarken-Produkten zu reduzieren. Die Reduzierungen erfolgten stufenweise, aber kontinuierlich, damit sich unser Geschmack an geringere Zucker- und Salzgehalte gewöhnen kann.

So wurden beispielsweise bei Frühstückprodukten, Fertiggerichten, Brot, Joghurts und einigen unserer Getränke die Zucker- und Salzgehalte optimiert.



Wir setzen die in unseren Rezepturleitlinien festgelegten Zielwerte für Salz und Zucker sukzessive für alle relevanten Warengruppen um.

WIE VIEL ZUCKER AM TAG?

Für Zucker orientiert sich die DGE an der Empfehlung der World Health Organization (WHO), nach der bei einer Energieaufnahme von 2000 kcal/ Tag maximal 50 g freier Zucker pro Tag aufgenommen werden sollte.¹⁴ In Deutschland lag der Pro-Kopf-Verbrauch im Jahr 2023/24 jedoch bei durchschnittlich über 80 g Zucker pro Tag.¹⁶



Bei unserem Cerealiensortiment konnten wir z. B. im Vergleich zum Jahr 2014 bereits mehr als 400 Tonnen Zucker reduzieren.* Das entspricht etwa 17 LKW-Ladungen mit jeweils etwa 25 Tonnen.



Bei unserem TK-Pizzasortiment konnten wir im Vergleich zum Jahr 2014 21,8 Tonnen Salz reduzieren.** Das entspricht dem Gewicht von ca. 11 Pkw.



Durch unsere Rezeptoptimierungen unterstützen wir die Nationale Reduktions- und Innovationsstrategie für Zucker, Fette und Salz in Fertigprodukten des Bundesministeriums für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) und leisten damit einen weiteren Beitrag für eine ausgewogenere Ernährung.

*Verglichen wurden alle Cerealienprodukte unseres Eigenmarken-Standardsortiments in den Jahren 2014 und 2024. Für alle vergleichbaren Produkte wurde die Differenz der Zuckergehalte ermittelt und die eingesparte Menge Zucker basierend auf der Absatzmenge 2024 hochgerechnet. **Verglichen wurden alle TK Pizzaprodukte unseres Eigenmarken-Standardsortiments in den Jahren 2014 und 2024. Für alle vergleichbaren Produkte wurde die Differenz der Salzgehalte ermittelt und die eingesparte Menge Salz basierend auf der Absatzmenge 2024 hochgerechnet.

FETTE UND ÖLE GUT WÄHLEN

Fette und Öle sind nicht nur Träger von Geschmacks- und Aromastoffen, sondern auch wichtige Energie- und Nährstofflieferanten.¹⁷ Ein übermäßiger Verzehr stellt jedoch ein Risiko für Übergewicht dar. Einige weitere Krankheiten wie z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes Typ 2 können durch eine ungünstige Fettsäurezusammensetzung begünstigt werden.¹⁸

UNGESÄTTIGT ODER GESÄTTIGT?

Ein genauerer Blick macht hier also Sinn, denn es gibt auch „gute“ Fette, die sich sogar positiv auf die Gesundheit auswirken und z. B. das Immunsystem stärken, den Cholesterinspiegel senken oder den Blutdruck regulieren.¹⁸ Es ist deshalb umso wichtiger, dass wir die „richtigen“ Fettsäuren auf unseren Speiseplan setzen.

Eine Hilfestellung bietet diese Unterscheidung: Generell wird der Verzehr von ungesättigten Fettsäuren empfohlen. Gesättigte Fettsäuren sollten hingegen nur in Maßen verzehrt werden.¹⁹

GUT GEWÄHLT

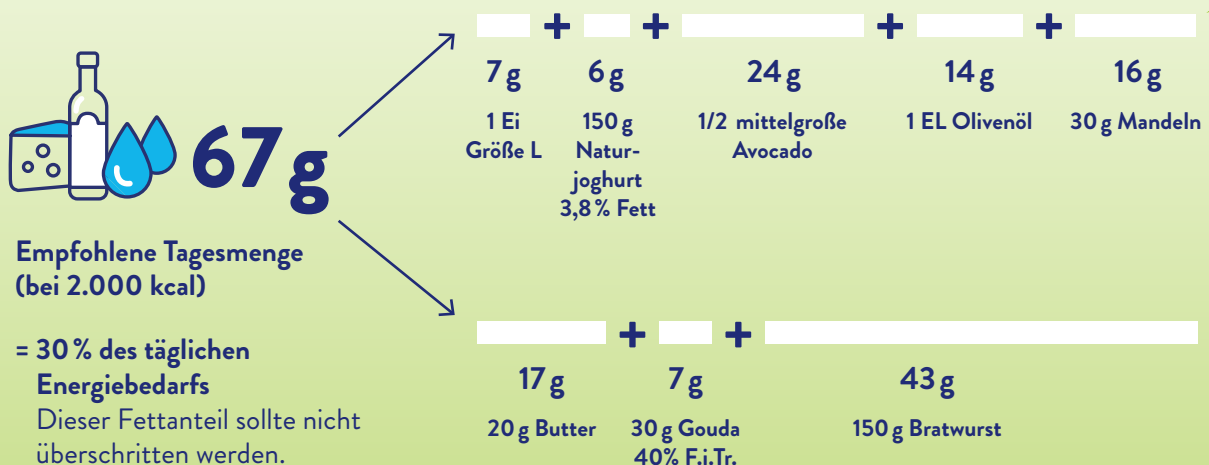
In pflanzlichen Ölen, Lachs und Nüssen sind wertvolle ungesättigte Fettsäuren enthalten, die Energie spenden.



Insgesamt sollten wir nicht mehr als 30 % der täglich benötigten Energie in Form von Fett zu uns nehmen, wenn wir einer körperlich leichten bis mittelschweren Arbeit nachgehen. Bei einer täglichen Kalorienzufuhr von 2.000 kcal entsprechen 30 % etwa 67 g Fett.²⁰ Ungesättigte Fettsäuren sind vor allem in pflanzlichen Ölen und bestimmten fettreichen Fischarten vorhanden. Gesättigte Fettsäuren sind insbesondere in tierischen Fetten wie Sahne, Butter und Fleisch zu finden.¹⁸

Die bessere Wahl sind vielfältige, überwiegend pflanzliche Fettlieferanten.

FETTE IN LEBENSMITTELN



WENIG TRANSFETTE

Der Anteil an industriellen Transfettsäuren in der Nahrung sollte möglichst niedrig sein.²¹ Denn Transfette erfüllen keine positiven Funktionen im menschlichen Stoffwechsel und wirken sich insbesondere auf das Herz-Kreislauf-System negativ aus.²²



In unseren Rezepturleitlinien haben wir bereits Anforderungen an den Einsatz von Ölen und Fetten festgelegt. Und auch im Hinblick auf den Nutri-Score möchten wir das Fettsäureprofil unserer Eigenmarken-Produkte kontinuierlich verbessern.

→ Erfahre mehr zum Thema Fette und Öle auf unserer Website.

Bevorzuge Fette und Öle aus pflanzlichen Quellen und nativ gepresst, z. B. Rapsöl, Leinöl, Olivenöl oder Nussöle. Nutze diese am besten für die Zubereitung von Salaten.

AUFPASSEN BEIM BRATEN

Um die Entstehung von Transfetten zu vermeiden, sollten beim Braten hitzestabile Fette und Öle, z. B. Rapsöl, Sonnenblumenöl oder Erdnussöl verwendet werden. Zudem raten Ernährungswissenschaftler:innen dazu, Öl und Fett nicht zu stark zu erhitzen.²²

Auf vielen Ölflaschen gibt es Hinweise für den Gebrauch:



SALATE



KOCHEN



BRATEN



BACKEN



DEIN BEWUSSTER EINKAUF



Der Nutri-Score bietet dir Orientierung beim Einkauf.

IST NUTRI-SCORE E IMMER SCHLECHT?

Nein, in Maßen können auch D- und E-Lebensmittel zu einer ausgewogenen Ernährung beitragen.

LÄSST SICH ALLES MIT- EINANDER VERGLEICHEN?

Nein, es können nur Lebensmittel der gleichen Produktgruppe (z. B. Müslis) oder Alternativen für die gleiche Verzehrgelageheit (z. B. Brotaufstriche) miteinander verglichen werden.

Erfahre mehr zum [Nutri-Score](#).



1.

Hol dir **frisches** – oder tiefgekühltes – **Obst und Gemüse**.

2.

Bevorzuge **Vollkornprodukte**, z. B. Vollkornnudeln.

3.

Schau nach Lebensmitteln mit **hohem Ballaststoffgehalt**. Hülsenfrüchte sind eine gute Wahl.

4.

Achte bei Fertigprodukten auf eine möglichst kurze **Zutatenliste**.

5.

Geh nie hungrig und am besten mit einem **Einkaufszettel** einkaufen.

6.

Siegel und Zeichen wie z.B. **V-Label, Nutri-Score, Bio, Naturland** und **Haltungsform** helfen dir bei der Lebensmittelwahl.

BEWUSSTE ERNÄHRUNG MIT PFLANZENPOWER

Da steckt drin, was du brauchst

Gestalte etwa **drei Viertel** deines **Speiseplans** pflanzlich. So nimmst du jede Menge Nährstoffe wie Vitamine, Mineralstoffe und Ballaststoffe zu dir.



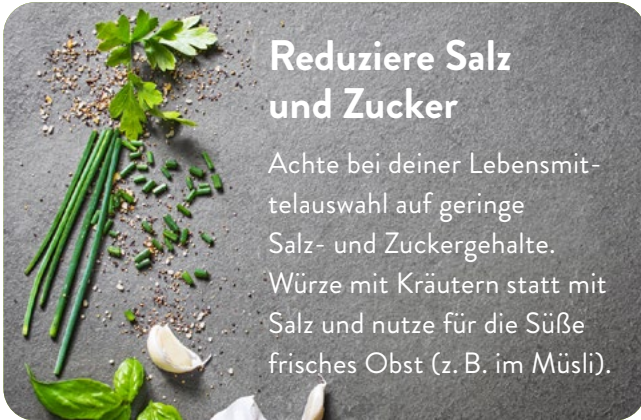
≥ 30 g Ballaststoffe

auf den Tag verteilt sind perfekt. Ballaststoffe kommen fast ausschließlich in pflanzlicher Nahrung vor.



Reduziere Salz und Zucker

Achte bei deiner Lebensmittelauswahl auf geringe Salz- und Zuckergehalte. Würze mit Kräutern statt mit Salz und nutze für die Süße frisches Obst (z. B. im Müsli).



≥ 60 %

Pflanzliche Proteine

Hülsenfrüchte und daraus gewonnene Produkte (z. B. Tofu, Tempeh) wie auch **Saaten** und **Nüsse** sind gute Eiweißlieferanten. Nur maximal 40 % des täglichen Eiweißbedarfes soll durch tierische Proteine gedeckt werden.



Kohlenhydrate

Kohlenhydrate aus Kartoffeln und Vollkornprodukten sind nährstoffreicher als solche aus Weißmehlprodukten. Sie **halten dich länger satt** und helfen, Heißhunger zu vermeiden.

Fette und Öle

GUT FÜR DICH

Einfach ungesättigte Fettsäuren
z. B. Avocado, Olivenöl, Mandeln

Mehrfach ungesättigte Fettsäuren
z. B. Leinöl, Rapsöl, Walnussöl, Chiasamen, Lachs



BESSER NICHT SO OFT

Gesättigte Fettsäuren
z. B. Wurst, Käse, Kokosmilch

Transfettsäuren
z. B. frittierte Erzeugnisse, Backwaren und Fertigprodukte

WAS KOMMT AUF DEN TELLER?

$\frac{1}{4}$

Kohlenhydrate aus Vollkorn

(z. B. Nudeln, Reis, Brot, Kartoffeln)



$\frac{1}{4}$

Proteinquellen

(möglichst pflanzlich, z. B. Erbsen, Bohnen, Tofu, Tempeh, Hummus, Nüsse)



Nutze pflanzliche Fette und Öle

für Salate und zum Kochen: z. B. Olivenöl, Rapsöl oder Leinöl



$\frac{1}{2}$

Gemüse oder Obst

(möglichst frisch oder tiefgefroren)

HOW TO: BEWUSSTE ERNÄHRUNG

Plane deine Kochwoche! Lass dich auch mal von neuen Rezepten inspirieren.



Je bunter dein Essen, desto besser!



Mache deine Lieblingsrezepte mit wenigen Kniffen gesünder!



Mehr Infos für deine bewusste Ernährung



FÜR DICH GETESTET – TIPPS FÜR DEN ALLTAG



5 Portionen*

Gemüse und Obst

täglich sind ideal für dich.

* 1 Portion = 1 Handvoll



Pflanzlicher Energiekick

Täglich eine Handvoll Nüsse oder Saaten.

Starte klein! Nicht zu viel auf einmal.

Pflanzenpower pur

Hülsenfrüchte sind wahre Multitalente:

- hochwertige Proteine
- viele Nährstoffe (z. B. B-Vitamine, Calcium, Eisen, Magnesium)
- viele Ballaststoffe

Easy Start: Ersetze anfangs ein tierisches Produkt oder steigere den Verzehr von Vollkornprodukten und Hülsenfrüchten.

Ca. 2 Monate²³

dauert es, bis eine neue (Ess-)Gewohnheit zur Selbstverständlichkeit wird.

HÜLSENFRÜCHTE – VON SLOW BIS READY

Eingeweicht und gekocht

Bohnen und Erbsen über Nacht (mind. 12 Std.) einweichen und etwa 45–60 Min. kochen. Linsen kannst du direkt garen (ca. 15–30 Min.).



Fertig und schnell zubereitet

Lecker und schnell aufgetischt: Hülsenfruchtgerichte mit kurzer Kochzeit.



8–10 Minuten 12 Minuten

Vorgegart und Zeit gespart

Auch als Zutat kannst du vorgegarte Hülsenfrüchte nutzen und so Zeit sparen.



Hülsenfrüchte mal anders

Falafel, Tofu und Co. sind eine Top-Wahl für die bewusste Ernährung und schnell serviert.



FÜR EIN GUTES BAUCHGEFÜHL

Welche Bedeutung unserer Ernährungsweise zukommt, zeigt sich auch beim Blick auf unsere Verdauungsorgane: Ein gesunder Darm wirkt sich nachweislich positiv auf unser Wohlbefinden aus. Denn der Darm kann weitaus mehr als nur Lebensmittel abzubauen. Wie weitreichend er unseren gesamten Körper beeinflusst, ist eines der wichtigsten Forschungsfelder unserer Zeit. Für viele positive gesundheitliche Effekte werden Bakterien im Darm verantwortlich gemacht – die sogenannte „Darmflora“. Man geht nach heutigem Forschungsstand davon aus, dass eine gesunde Darmflora Adipositas, Bluthochdruck und koronaren Herzkrankheiten vorbeugen und vor Krebserkrankungen schützen kann.²⁴ Zudem besteht ein Zusammenhang zwischen der Darmflora und unserer Psyche („Darm-Hirn-Achse“).²⁵ Auch wenn hier noch viel Forschungsbedarf besteht, machen diese Erkenntnisse Hoffnung, Krankheiten besser zu verstehen und behandeln zu können.



Die Umstellung auf eine ballaststoffreichere Ernährung sollte behutsam erfolgen. Das schont den Darm.

BALLASTSTOFFE SIND WICHTIG

Anders als der Name vermuten lässt, handelt es sich bei Ballaststoffen nicht um nutzlosen Ballast. Für eine gesunde Darmflora sind diese Nahrungsfasern sehr wichtig. Ballaststoffe sind überwiegend Kohlenhydrate, die durch den menschlichen

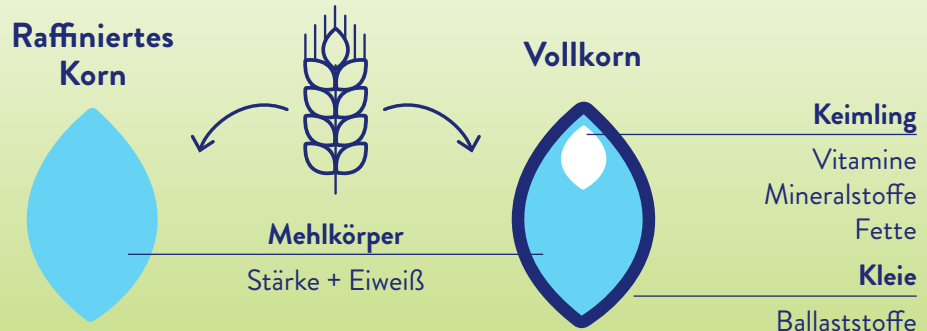
Magen-Darm-Trakt nicht abgebaut werden können und unverdaut im Dickdarm landen. Hier dienen sie den Darmbakterien als Nahrung. Wenn den Bakterien genügend Pflanzenfasern zur Verfügung stehen, nimmt ihre Menge und Vielfalt zu, was sich positiv auf die menschliche Gesundheit auswirken kann.²⁶ Laut DGE fördern Ballaststoffe das Sättigungsgefühl und einen normalen Stuhlgang. Zudem können sie die Cholesterinwerte im Blut verbessern und das Risiko für Diabetes, Bluthochdruck, Herzinfarkt, Schlaganfall sowie das Gesamt-Sterblichkeitsrisiko senken. Die Empfehlung der DGE lautet, täglich mindestens 30g Ballaststoffe aufzunehmen.²⁷ In Deutschland wird die empfohlene Menge an Faserstoffen jedoch oft nicht erreicht. Die tägliche Aufnahmemenge liegt im Schnitt bei 18 g pro Tag bei Frauen und bei 19 g pro Tag bei Männern.²⁸

TIPPS FÜR EINE AUSREICHENDE BALLASTSTOFFZUFUHR

- Getreide(-produkte) in **Vollkornvariante** wählen
- Reichlich **Obst** und **Gemüse**
- Eine Handvoll **Nüsse und Kerne** täglich
- **Hülsenfrüchte** regelmäßig verzehren

RAFFINIERTES KORN VERSUS VOLLKORN

Im Vollkorn stecken wertvolle Inhaltsstoffe, die in Weißmehl fehlen.



Obst, Gemüse, Hülsenfrüchte, Kartoffeln und Vollkornprodukte eignen sich hervorragend, um die tägliche Ballaststoffzufuhr zu steigern. Da Getreideprodukte in unserer Ernährung eine große Rolle spielen, bietet sich hier ein guter Ansatzpunkt, den Ballaststoffgehalt durch die Umstellung auf Vollkornprodukte zu erhöhen. Wer regelmäßig Vollkornprodukte für die Zubereitung seiner Speisen nutzt, hat die von der DGE empfohlene tägliche Menge Ballaststoffe schnell erreicht.²⁷

ERHÖHUNG DES BALLASTSTOFFGEHALTS

✓ In unserem Sortiment haben wir 270 Produkte*, die einen hohen Ballaststoffgehalt (mindestens 6 g Ballaststoffe pro 100 g) aufweisen. Insgesamt bieten wir 630 Produkte* an, die als Ballaststoffquelle (mindestens 3 g Ballaststoffe pro 100 g) dienen. Diese Anzahl wollen wir weiter steigern, auch indem wir den Anteil an Vollkornprodukten und Produkten mit einem relevanten Vollkornanteil im Sortiment erhöhen.

🔄 Wir loben freiwillig den Ballaststoffgehalt auf Verpackungen von Lebensmitteln aus, die einen relevanten Ballaststoffgehalt von mehr als 1 g Ballaststoffe pro 100 g aufweisen. Damit möchten wir mehr Transparenz in Hinblick auf die Nährwerte unserer Produkte schaffen.

Neben Ballaststoffen sind laut dem Bundeszentrum für Ernährung auch fermentierte Lebensmittel förderlich für die Darmflora. Sie sind häufig besser

verdaulich als nicht fermentierte Lebensmittel.²⁹ Laut verschiedener Studien können fermentierte Produkte für eine erhöhte Vielfalt in der Darmflora sorgen, da bei der Fermentation durch Milchsäurebakterien wertvolle Inhaltsstoffe entstehen, die wichtig für unseren Darm sind.^{30; 31}

🔄 Um unser Sortiment abwechslungsreicher zu gestalten, überprüfen wir kontinuierlich, inwiefern das Eigenmarken-Sortiment um fermentierte und ballaststoffreiche Produkte erweitert werden kann.

PROBIER MAL!

Ob Vollkornbrot oder Milchprodukt:
Wir bieten eine Vielzahl von ballaststoffreichen bzw. fermentierten Lebensmitteln an.

* Gezählt wurden Artikel, die im Zeitraum Mai-Juni 2025 in unserem Standard- und Saisonsortiment verfügbar waren.

PFLANZENBASIERTE ERNÄHRUNG

1.400 vegan gekennzeichnete Produkte machen deine pflanzenbasierte Ernährung einfach und lecker.

Wir als ALDI SÜD sind davon überzeugt, dass zur Verbesserung der menschlichen und der planetaren Gesundheit eine Transformation der Ernährungssysteme notwendig ist. Die **Planetary Health Diet** ist hierbei wegweisend für uns, da sie verdeutlicht, welchen Einfluss Essgewohnheiten auf Gesundheit und Klima haben. → [Mehr Infos auf S. 5 + 6](#)

Es besteht ein wissenschaftlicher Konsens darüber, dass die Umstellung auf eine vorwiegend pflanzliche Ernährung die Reduktion von Emissionen unterstützen kann.^{2,5} Daher ist die Erweiterung des pflanzenbasierten Sortiments Teil unserer umfassenden Strategie zur Erreichung unserer ehrgeizigen Net-Zero-Klimaziele, die durch die Science Based Targets initiative (SBTi) als wissenschaftsbasiert validiert wurden: Bis 2050 verringern wir die Treibhausgasemissionen der ALDI SÜD Gruppe um 90 %.*

Doch wie unterstützen wir eine Ernährungsumstellung am effektivsten? Wir bei ALDI SÜD machen pflanzliche Produkte für alle leistbar und fördern damit eine bewusste und nachhaltigere Ernährung. Dies gelingt uns durch ein großes und vielfältiges pflanzenbasiertes Sortiment. Damit möchten wir unsere Kund:innen zu einer pflanzenbasierten



Ernährung motivieren und es ihnen erleichtern, sich bewusst zu ernähren. Neben unserem täglich frischen Obst und Gemüse bieten wir unter einer Vielzahl an Eigenmarken wie z. B. MyVay, bio, NUR NUR NATUR, King's Crown, Sweetland, All Seasons und vielen weiteren für jeden Geschmack pflanzliche Produkte an. Diese sind bei uns auch mit dem V-Label gekennzeichnet, damit unsere Kund:innen einfach und gezielt pflanzenbasierte Lebensmittel finden können.



Über das Jahr verteilt führen wir mehr als **1.400 vegan gekennzeichnete Produkte**.^{*2}

Dies sind mehr als doppelt so viele wie noch im Jahr 2021.



Um den Ernährungswechsel zu einer stärker pflanzenbasierten Ernährung voranzutreiben und die ALDI SÜD Fortschritte transparent aufzuzeigen, verwenden wir die weiterentwickelte Methodik des WWF zur Einteilung unseres Food-Sortiments. Wir haben die Methode gewählt, da sie die Möglichkeit einer detaillierteren Sortimenteinteilung für relevante Produktkategorien der PHD bietet. Darüber hinaus befürworten wir eine gemeinsame Nutzung und Weiterentwicklung der Methode innerhalb der Branche, um unseren



AUSGEZEICHNET

Wie erfolgreich unser **#Ernährungswechsel** ist, bestätigen unsere Auszeichnungen. So wurden wir 2024 als Vegan-Händler Nr. 1 bei Eigenmarken ausgezeichnet^{*3} und gewannen den PETA Vegan Award 2024^{*4} in der Kategorie „Beste vegane Vielfalt“.

^{*1}–90 % in Scope 1 & 2 im Vergleich zum Basisjahr 2021 bis 2035 und –90 % in Scope 3 im Vergleich zum Basisjahr 2022 bis 2050 bezogen auf die ALDI SÜD Gruppe; Die Zielvorgabe inkludiert landnutzungsbezogene Emissionen und die Entnahme von Emissionen aus der Atmosphäre durch Herstellung von Bioenergieträgern, gewonnen aus natürlichen Rohstoffen. Mehr Informationen: <https://www.aldi-sued.de/de/nachhaltigkeit/klimaschutz-umwelt/klima.html> ^{*2} Gezählt wurden mit dem V-Label vegan oder der Veganblume gekennzeichnete Food- und Kosmetik-Produktsorten (Standard-, Aktions- und Saisonware) über das Jahr 2024 verteilt bei ALDI SÜD im Sortiment. ^{*3} Quelle: NielsenIQ Homescan, Eigenmarken Vegan, MAT August 2024, Umsatz und Absatz Pack, LEH+DM im ALDI SÜD-Vertriebsgebiet Deutschland. ^{*4} Gewinner PETA Award 2024: <https://www.peta.de/neuigkeiten/vegan-award-food-2024/>

#Ernährungswechsel voranzutreiben. Die für unser Sortiment ermittelte Verteilung ist in der unten stehenden Grafik dargestellt.*

 Wir haben es uns zum Ziel gesetzt, den pflanzenbasierten Anteil des Sortiments mit besonderem Fokus auf den Kategorien Obst und Gemüse, Vollkorngetreide und pflanzlichen Proteinquellen kontinuierlich auszubauen.

 Mit unserer Zielsetzung die Planetary Health Diet in unserem Sortiment umzusetzen, wollen wir auch eine Versorgung mit pflanzlichen Proteinquellen erreichen. Auf dem Weg unseres Ernährungswechsels ist ein konkretes Proteinziel ein nächster Schritt, idealerweise im Gleichschritt aller deutschen Lebensmitteleinzelhändler.

PFLANZENBASIERTE ALTERNATIVPRODUKTE

Mehr als ein Trend: Der Anteil an Flexitarien:innen hierzulande liegt laut [BMLEH Ernährungsreport 2024](#) bei 41%. Oft erleichtern pflanzenbasierte Alternativprodukte den (teilweisen) Verzicht auf tierische Produkte. Uns als ALDI SÜD ist hierbei insbesondere ein ausgewogenes Nährstoffprofil wichtig, das sich u. a. durch geeignete Zucker-, Salz-, Eiweiß- und Fettgehalte auszeichnet. Außerdem sollen unsere Alternativprodukte so wenig verarbeitet wie möglich sein und nur unbedingt nötige Zusatzstoffe enthalten.

GUTEN APPETIT!

Unsere MyVay-Produkte sind leckere und bewussthafte Alternativen zu tierischen Erzeugnissen. Probier's doch mal aus!



All dies berücksichtigt unsere ALDI SÜD Richtlinie für pflanzenbasierte Alternativprodukte.

 Wir setzen die Rezepturleitlinie für pflanzenbasierte Alternativprodukte sukzessive um.

 Ende 2023 haben wir unsere Eigenmarke MyVay gelauncht, die pflanzenbasierte Alternativprodukte umfasst und unser bereits pflanzenbasiertes Sortiment bei ALDI ergänzt. Darüber hinaus erleichtert die Eigenmarke den Einkauf für Kund:innen, die gezielt auf der Suche nach Alternativen für tierische Produkte sind – und sie ist selbstverständlich mit dem V-Label Vegan gekennzeichnet.

DAS ALDI SÜD SORTIMENT WIRD PFLANZLICHER*

2,2% Fette und Öle

(1,3% pflanzenbasiert; 0,9% tierbasiert)

10,8% Zucker-, salz- und fettreiche Lebensmittel

(3,6% pflanzenbasiert; 7,2% tierbasiert)

21,5% Milchprodukte

(1,1% pflanzenbasiert; 20,4% tierbasiert)

12,0% Proteinquellen

(1,6% pflanzenbasiert; 10,4% tierbasiert)

9,5% Getreide/-produkte

(1,3% Vollkorngetreide; 8,2% raffiniertes Getreide)

33,5% Obst und Gemüse

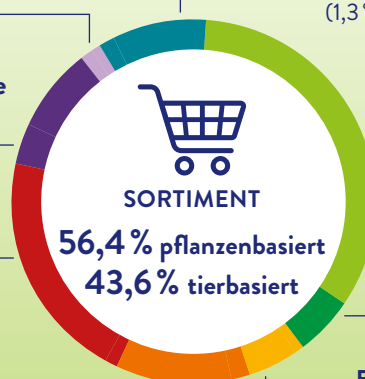
(33,5% pflanzenbasiert)

5,1% stärkehaltiges Gemüse

(5,1% pflanzenbasiert)

5,4% Zusammengesetzte Lebensmittel

(0,8% pflanzenbasiert; 4,6% tierbasiert)



* Quelle: ALDI SÜD 2025: Bezogen auf die verkaufte Menge pflanzen- und tierbasierter Food-Marken- und Eigenmarkenprodukte im Standard-, Saison und Aktionssortiment für das Geschäftsjahr 2024; berechnet nach [WWF-Methodik](#).

ERNÄHRUNG FÜR KINDER

Eine ausgewogene Ernährung ist für Kinder und Jugendliche besonders wichtig, denn ihr Körper befindet sich noch im Wachstum. In dieser Lebensphase entwickeln sie zudem Vorlieben und Essgewohnheiten, die im Erwachsenenalter möglicherweise schwer abzulegen sind. Eine Studie des Robert Koch-Instituts zeigt, wie groß die Defizite bei der richtigen Ernährung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland sind: Aktuell sind 15,4 % der drei- bis 17-jährigen Kinder und Jugendlichen übergewichtig.³²

Bei ALDI SÜD gelten strenge Vorgaben für Lebensmittel, die für Kinder gedacht sind: Die enthaltenen Nährstoffe (insbesondere Salz, Zucker und Fett) und die Zutaten (z. B. Zusatzstoffe) sollten niemals schlechter sein als in den vergleichbaren, für Erwachsene bestimmten Erzeugnissen. Im Gegenteil: Produkte für Kinder sollten tendenziell sogar immer ein besseres Nährstoffprofil aufweisen. Soweit möglich, folgen wir den Empfehlungen der WHO für Kinderlebensmittel. Ist die WHO-Konformität nicht erreichbar, passen wir das Verpackungsdesign derart an, dass es Kinder nicht mehr gezielt anspricht.

! WAS SOLLTEN KINDER MEHR, WAS WENIGER ESSEN?

Die EsKiMo-II-Studie³³ des Robert Koch-Instituts hat 2015 und 2017 das Essverhalten von Kindern und Jugendlichen im Alter von 6 bis 17 Jahren untersucht und folgende Erkenntnisse erbracht:

- Die meisten Kinder essen **zu wenig Obst und Gemüse**
- Der **Anteil von Vollkornprodukten** in der Ernährung ist **zu gering**
- Der **Verzehr von Fleisch und Wurstwaren** ist **zu hoch**
- Der Konsum von (ungesüßten) **Milchprodukten** sollte **in Maßen** gesteigert werden
- Ein **Großteil der Kinder trinkt weniger** als empfohlen
- Kinder und Jugendliche haben einen **zu hohen Zuckerverzehr**, der vor allem über Kuchen, Süßigkeiten und Limonade erfolgt



Eine wichtige Erfahrung: Ausgewogene Ernährung macht Spaß und ist lecker!

 Für Kinderprodukte werden die Nährwerte der Eigenmarken-Produkte sukzessive an das **Nährstoffprofil-Modell der WHO** sowie an unsere ALDI Richtlinie mit strengen Anforderungen für Kinderlebensmittel angepasst.

 ALDI SÜD setzt sich aktiv für eine bewusste Ernährung ein und fördert gesundheitsbewusstes Marketing gegenüber Kindern. Konkret verpflichtet sich ALDI SÜD bei Werbeaktivitäten im Fernsehen, Radio, Social Media und dem Handzettel, eine ausgewogene Ernährung für Kinder zu bewerben.*

Doch nicht nur mit unserer Sortimentsgestaltung, unserem differenzierten Marketing und unseren Nährstoffanforderungen an Kinderprodukte setzen wir uns für eine bewusste Ernährung bei Kindern ein. Wir unterstützen auch in vielen Projekten die Ernährungsbildung für Kinder und Jugendliche.

→ Mehr zu unserem Engagement für Ernährungsbildung im nächsten Kapitel.



WHO-KONFORME ARTIKEL IM ALDI SÜD SORTIMENT

Mit diesen ALDI SÜD Kinderprodukten macht das Knabbern und Mittagessen noch mehr Spaß – ohne zu viel Zucker oder Salz.



ANGEPASSTE PACKUNGSDESIGNS

Die neuen Cerealien-Verpackungen sind nur eines von vielen Beispielen: Wir gestalten Produktverpackungen neutraler, um Kinder nicht gezielt anzusprechen.



* Ausnahmen stellen lediglich Ostern, Weihnachten und Halloween dar.

GUT FÜR ALLE



Umwelt- und
sozialbewusstere
Ernährung

ERNÄHRUNGSBILDUNG

Wir sind auf **vielfältige Weise aktiv**, um das Bewusstsein für eine ausgewogene Ernährung möglichst früh zu wecken. Unter anderem fördern wir die Entwicklung der innovativen **App PowerKids**. Sie unterstützt übergewichtige Kinder von 8 bis 12 Jahren spielerisch dabei, gesünder zu leben. Die App begleitet die Kinder 12 Wochen lang und gibt täglich wertvolle Impulse zu den Themen Ernährung, Bewegung und Selbstwert.



 PowerKids soll eine nachhaltige Veränderung des Verhaltens hin zu einem gesunden Lebensstil bewirken und das Selbstwertgefühl der Kinder stärken!

Die PowerKids App ist seit September 2025 im Google Play Store und App Store erhältlich. Wir unterstützen die Arbeit des Trägers **Stiftung Kindergesundheit** bereits seit 2022. Die Stiftung ist ein perfekter Partner für ALDI SÜD, denn sie stellt die Gesundheitsförderung im Kinder- und Jugendalter in den Fokus.

Spendensumme: über 100.000 € pro Jahr

GEMÜSEACKERDEMIE



Bereits seit 2016 fördern wir das Bildungsprogramm **GemüseAckerdemie** des Sozialunternehmens Acker

e. V. In der GemüseAckerdemie pflanzen, hegen und ernten Schulkinder ihr eigenes Gemüse – und lernen so pflanzliche Lebensmittel zu wertschätzen.

 521 Schulen und 15.630 Schüler:innen haben 2024 im ALDI SÜD Gebiet mit der GemüseAckerdemie geackert.

 27.092 Tüten Saatgut und 127.124 Jungpflanzen wurden 2024 im ALDI SÜD Gebiet mit der GemüseAckerdemie in die Erde gebracht.



 Im September 2025 fanden ein Acker-Festival und eine begleitende Kampagne statt, während ein Teil des Erlöses beim Kauf eines Bio-Obst- oder Gemüseproduktes von ALDI SÜD in die Förderung der GemüseAckerdemie floß.

Spendensumme: über 250.000 € pro Jahr

SOS-KINDERDORF E. V.



2020 startete die Gesundheitsoffensive **Gesund aufwachsen**

im SOS-Kinderdorf e. V. Seither unterstützen wir die vielfältigen Projekte für eine frühe Gesundheitsbildung. Seit 2024 legen wir den Förderfokus bei unserem Partner SOS-Kinderdorf verstärkt auf die Ernährungsbildung.

 Die geförderten Angebote reichen von Ernährungs- bis zu Bewegungsprojekten, sind bewusst niedrigschwellig und richten sich gezielt an Kinder und Familien in schwierigen Lebenssituationen.

Spendensumme: über 100.000 € pro Jahr

UNSERE BIO-VIELFALT

Wir bei ALDI SÜD halten die Förderung der ökologischen Landwirtschaft für ein besonders wirksames Instrument, um Ernährungssysteme nachhaltiger zu gestalten. Deshalb bieten wir unseren Kund:innen bereits seit 2004 Bio-Produkte an. Unser Kernanliegen ist es, dass biologisch erzeugte Lebensmittel für alle leistbar sind und eine nachhaltigere Einkaufswahl für alle Kund:innen zur Selbstverständlichkeit wird.

WIR BIETEN BIO FÜR JEDEN ANSPRUCH

Alle unsere Bio-Produkte entsprechen mindestens den Anforderungen der EU-Öko-Basisverordnung. Sie sind mit dem EU-Bio-Logo und teilweise zusätzlich mit dem deutschen Bio-Siegel gekennzeichnet. Unsere Bio-Eigenmarken **bio**, **NUR NUR NATUR** und **MAMIA BIO** bieten eine komplette Produktpalette für den Bio-Wocheneinkauf.



NATURLAND-PARTNERSCHAFT

2023 startete unsere **Partnerschaft mit der Naturland Zeichen GmbH**. Seither führen wir Bio-Produkte, die nach den strengen Richtlinien des größten internationalen Bio-Verbands zertifiziert wurden: Schon heute sind über 25 % unseres Bio-Standardsortiments nach den **Naturland-Richtlinien** zertifiziert. Diese Richtlinien übertreffen in vielen Bereichen die Vorgaben der EU-Öko-Basisverordnung. ALDI SÜD unterstützt auch das Naturland-Förderprogramm **Für mehr Artenvielfalt** – 2024 wurden über 100 Betriebe gefördert und insgesamt 540 Maßnahmen auf gut 900 Hektar umgesetzt. 650 Naturlandbetriebe haben sich für 2025 zur Teilnahme angemeldet. Alle Naturland-zertifizierten Produkte bei ALDI SÜD zählen in das Förderprogramm ein. Unsere Kund:innen können also mit jedem Naturland-zertifizierten Produkt einen Beitrag zum Schutz der Artenvielfalt leisten.



„Über 25 % des Bio-Standard-sortiments bei ALDI SÜD sind Naturland-zertifiziert – ein starkes Zeichen für mehr Nachhaltigkeit im Alltag. So leisten wir gemeinsam einen wichtigen Beitrag, ökologische Lebensmittel für alle zugänglich zu machen.“

Marie Therese Reichert,
Ernährungsexpertin von Naturland



„Als Sportler weiß ich, wie wichtig die richtige Ernährung ist. NUR NUR NATUR hat eine tolle Auswahl an Produkten mit natürlichen Zutaten, die einfach perfekt zu den Bedürfnissen meiner Familie und mir passen.“

Felix Neureuther

NUR NUR NATUR

Seit 2023 bieten wir mit NUR NUR NATUR „Bio, das weiter geht“. NUR NUR NATUR entstand aus der Idee, Bio-Produkte auf Fachhandelsniveau für möglichst viele Menschen verfügbar und leistbar zu machen. Unsere Bio-Eigenmarke steht für höchste Rezepturansprüche und hohe Bio-Qualität zum Original ALDI Preis.



Die **Werte und Inhalte** unserer Eigenmarke NUR NUR NATUR gehen bewusst über die Ansprüche gängiger Bio-Angebote hinaus.

Doch was bedeutet „Bio, das weiter geht“ konkret?

Rezepturen

Wir verzichten auf Zusatzstoffe, wann immer möglich. Bei unserer NUR NUR NATUR Salami kommt beispielsweise kein Nitritpökelsalz zum Einsatz. Wir verwenden ausschließlich hochwertige Rohstoffe, unter anderem natives Olivenöl extra anstelle von Sonnenblumenöl. Die hochwertigen Rohstoffe gehen Hand in Hand mit den Rezepturen, die sich an traditionell hergestellten Produkten orientieren. Beispielsweise enthält unser NUR NUR NATUR Pesto ausschließlich Zutaten, die man in einem traditionellen Pesto erwarten würde: Basilikum, natives Olivenöl extra, Parmigiano Reggiano g. U., Pinienkerne, Steinsalz, Knoblauch und Zitronensaft.

Schonende Herstellungsverfahren

Bei NUR NUR NATUR kommen möglichst schonende Herstellungsverfahren zum Einsatz. So wird unsere NUR NUR NATUR Frischmilch traditionell pasteurisiert und nicht homogenisiert, damit sie so unverfälscht wie möglich genossen werden kann. Die natürliche Aufrahmung ist ein Zeichen der besonderen Qualität. Unser NUR NUR NATUR Bio-Roggenvollkornbrot reift über 72 Stunden. Der darin verwendete 3-Stufen-Natursauerteig lässt das Brot optimal aufgehen und seine Aromen entfalten. Unser NUR NUR NATUR Kimchi ist milchsauer fermentiert und wird nicht pasteurisiert – so bleiben die aktiven Kulturen erhalten. Mehr Informationen über fermentierte Produkte und was sie dir nützen, erfährst du auf [Seite 21](#) des Ernährungsreports.

Naturland-Zertifizierung

Darüber hinaus sind unsere NUR NUR NATUR Produkte überwiegend **Naturland-zertifiziert**. Die Naturland-Zertifizierung gilt entlang der gesamten Lieferkette – für echte Nachhaltigkeit von Anfang bis Ende. Mittels QR-Code kann zudem die Herkunft ausgewählter Naturland-zertifizierter Produkte eingesehen werden. Darüber hinaus stellen sich auf unserer Website einige unserer **Naturland-Landwirt:innen** mit einem Porträt vor.

ANGEBOTSFÜLLE

Unsere NUR NUR NATUR Produkte decken bereits eine vielfältige Produktpalette ab – vom Orangensaft bis zur Tiefkühlpizza.



FÜR MEHR TIERWOHL

Unsere Frischfleischkühlung ist nach Haltungform geordnet.

Ein Umdenken bei der Ernährung geht für uns bei ALDI SÜD mit einer tiergerechteren Nutztierhaltung einher. Unser [#Haltungswechsel](#) setzt mit seiner klaren Zielsetzung für 2030 ein Zeichen für die gesamte Lebensmittelbranche. Viele Meilensteine unseres #Haltungswechsels haben wir bereits früher erreicht als geplant. Schon heute stammen 50 % des Frischfleischs, 100 % der Trinkmilch und über 33 % der gekühlten Fleisch- und Wurstwaren aus den höheren [Haltungsformen](#) 3, 4 und 5.^{*1} Zudem führen wir bereits keine gekühlten Fleisch- und Wurstwaren aus Haltungform 1 mehr^{*1c)} – bis Ende 2025 gilt das auch für unser gesamtes Frischfleischsortiment.^{*1a)}

Um der Landwirtschaft verlässliche Perspektiven für den #Haltungswechsel zu bieten, schließen wir mit unseren Lieferant:innen unter anderem langfristige Verträge mit Laufzeiten von bis zu sieben Jahren ab. Als erster großer Lebensmittelhändler in Deutschland haben wir die Frischfleischkühlung

Als zusätzliche Nährstoffquelle ist Fleisch ein relevanter Bestandteil unserer Ernährung, denn es liefert gut verfügbare Proteine sowie viele Vitamine, etwa Vitamin B12, und Mineralstoffe wie Eisen, Zink und Selen.³⁴ In angemessenen Mengen kann Fleisch Bestandteil einer Ernährung nach Planetary Health Diet sein. Mehr dazu findest du [hier](#). Achte beim Kauf von Fleisch- und Wurstartikeln zusätzlich auf die höheren Haltungformen.



neu geordnet: Seit Juli werden die Artikel nicht mehr – wie im Lebensmittelhandel üblich – nach Tierart, sondern nach Haltungform angeordnet. Das neue Farbleitsystem hilft dabei, Produkte aus tierwohlgerechteren Haltungformen schneller zu erkennen. Im grünen Tierwohl-Bereich finden sich neben Hackfleisch ausschließlich Produkte aus den Haltungformen 3, 4 und 5. Der Haltungswechsel geht mit der Herkunft Hand in Hand. Seit Ende 2022 wenden wir z.B. das 5-D-Prinzip bei konventionellem Schweinefleisch^{*2} an: Die Tiere werden in Deutschland geboren, aufgezogen, gemästet, geschlachtet und verarbeitet. Auch bei anderen Fleischsorten setzen wir auf die heimische Landwirtschaft. Darüber hinaus kommen auch 100 % unserer Eigenmarken-Trinkmilch aus Deutschland.^{*3}

Unser Engagement zahlt sich aus: Im [Tierschutz-Ranking 2024 der Albert Schweitzer Stiftung](#) haben wir gemeinsam mit ALDI Nord mit 36 % den ersten Rang belegt und auch im [Greenpeace Supermarkt Check 2024](#) landeten wir aufgrund unseres Tierwohl-Engagements auf Platz 1.

✓ Unsere Eigenmarken-Trinkmilch stammt bereits zu 100 % aus deutscher Landwirtschaft^{*3} und aus den Haltungformen 3, 4 und 5.

✓ Unser Rind-^{*4} und Putenfrischfleisch^{*5} stammen bereits zu 100 % aus den Haltungformen 3, 4 und 5.

🔄 2030 sollen 100 % unseres Frischfleischs^{*1a)} und unserer gekühlten Fleisch- und Wurstwaren^{*1c)} aus den Haltungformen 3, 4 und 5 stammen.

^{*1} Bezogen auf den Umsatz bei ALDI SÜD in Deutschland mit a) Frischfleisch der größten Nutztiergruppen Rind, Schwein, Hähnchen und Pute; ausgenommen Markenartikel und (internationale) Spezialitäten; mit b) Trinkmilch der Eigenmarken bzw. mit c) unseren Eigenmarken aus den Bereichen gekühlte Fleisch-, Wurst- und Schinkenwaren sowie Frikadellen der größten Nutztiergruppen Rind, Schwein, Hähnchen und Pute; ausgenommen sind (internationale) Spezialitäten sowie Convenience- und Fertiggerichte. ^{*2} Ausgenommen sind internationale Spezialitäten, Filet und Markenartikel. ^{*3} Ausgenommen sind internationale Spezialitäten. ^{*4} Ausgenommen sind (internationale) Spezialitäten, Marken- und Aktionsartikel sowie gemischtes Hackfleisch. ^{*5} Ausgenommen sind (internationale) Spezialitäten und Aktionsartikel.

REGIONALE PRODUKTE

Regionale Erzeugnisse stärken zum einen die heimische Landwirtschaft und Lebensmittelproduktion. Zum anderen punkten sie beim **#Ernährungswechsel**: Täglich frisches Obst und Gemüse ist ein wichtiger Bestandteil einer ausgewogeneren Ernährung.

HILFREICHE LABELS

Unseren Kund:innen machen wir die Wahl eines heimischen Produkts ganz einfach. 2024 haben wir das Herkunftskennzeichen Deutschland „Gutes aus deutscher Landwirtschaft“ der Zentralen Koordination Handel-Landwirtschaft e.V. eingeführt, das immer mehr Erzeugnisse in unseren Regalen kennzeichnet.



Unser **Saisonkalender** macht den regionalen Einkauf das ganze Jahr über leicht.



TRANSPARENTE HERKUNFT

Das Regionalfenster auf mehr als 350** unserer Produkte sorgt für möglichst viel Transparenz über Herkunft der Rohstoffe und Verarbeitungsort.



Insgesamt bieten wir rund 500*^{1,2} Produkte an, die das Herkunftskennzeichen Deutschland, das Label „Qualität aus Deutschland“ oder das Kennzeichen „Ernte aus Deutschland“ tragen. Mit „Qualität aus Deutschland“ werden Produkte ausgelobt, bei denen die Hauptzutat und mindestens 51 % des Gesamtgewichts aus Deutschland stammen. Zudem sind die Produkte in Deutschland verarbeitet und verpackt. Mit dem Zeichen „Ernte aus Deutschland“ kennzeichnen wir frisches und weiterverarbeitetes Obst und Gemüse, das in Deutschland geerntet wird.



HOCHGESCHÄTZTE QUALITÄT

Unser vielfältiges, frisches Angebot saisonaler und regionaler Erzeugnisse kommt bei unseren Kund:innen so gut an, dass sich der Umsatzanteil regionaler Produkte stetig erhöht.

✓ Unser **#Haltungswechsel** (siehe S. 30)

geht mit einem starken Fokus auf die regionale bzw. deutsche Landwirtschaft einher, denn Herkunft und #Haltungswechsel werden bei ALDI SÜD zusammengedacht.

🔄 Unser Sortiment regionaler Produkte und Erzeugnisse aus Deutschland soll kontinuierlich weiter wachsen.

* Über das Jahr 2024 verteilt im Standard-, Aktions- und Saisonsortiment. ** Über das Jahr 2024 und die Regionen verteilt. Verfügbarkeit kann abweichen.

AKTIV GEGEN FOOD WASTE

Für uns bei ALDI SÜD ist die Wertschätzung von Lebensmitteln von zentraler Bedeutung. Seit langem engagieren wir uns mit einer Maßnahmenpalette gegen **Food Waste** und holen unsere Lieferant:innen und Kund:innen mit ins Boot.

Als Unterzeichner des **Pakts gegen Lebensmittelverschwendung** haben wir uns zur Verringerung der Lebensmittelabfälle um 30 % bis 2025 und 50 % bis 2030 verpflichtet (Basisjahr 2019).



Unser Einsatz gegen Food Waste beginnt schon bei der Planung: Durch intelligente Bestellsysteme können wir passgenau ordern und vermeiden dadurch ein Überangebot. Gemeinsam mit unseren Obst- und Gemüse-Lieferant:innen arbeiten

Neu: In 2025 haben wir die flächendeckende Möglichkeit zur Spende von unverpackten Backwaren geschaffen!



KRUMME DINGER

Unsere Eigenmarke **KRUMME DINGER** bringt seit 2017 Obst und Gemüse in den Handel, das sonst allein aufgrund kleiner Makel aussortiert würde. Seit 2021 bieten wir auch Wurstwaren unter der Eigenmarke an. 2025 haben wir einen regionalen Test mit Zitronen als neuem Artikel durchgeführt.

wir zudem an ganzheitlichen Abnahmekonzepten und passen unsere Produkthanforderungen flexibel an die Marktsituation, z. B. Schlechtwetterereignisse, an. Wir führen auch weitere Maßnahmen durch, um einen Großteil der Ernte abzunehmen. In diesem Rahmen finden sich in unserem Sortiment nicht nur das Obst und Gemüse, welches sich zum direkten Verzehr eignet, sondern auch Obst und Gemüse, das sich qualitativ nicht für den unverarbeiteten Verzehr eignet. Dieses bieten wir dann in verarbeiteter Form an, z. B. in Form von Kartoffeln und Kartoffelsalat. Den Preis von Waren, deren Mindesthaltbarkeitsdatum näher rückt, reduzieren wir und kennzeichnen das z. B. mit einem 30 %-Sticker. Zudem spenden über 98 % unserer Filialen Lebensmittel, die nicht mehr verkaufsfähig, aber noch verzehrfähig sind, an Organisationen wie die Tafel oder foodsharing.

Parallel dazu unterstützen wir unsere Kund:innen bei der Reduzierung von Food Waste. Bereits 2018 haben wir als erster Lebensmittelhändler in

Deutschland flächendeckend einen Hinweis zum Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) auf ausgewählten Produktverpackungen eingeführt. Der plakative Hinweis ruft dazu auf, Lebensmittel erst zu testen, bevor sie weggeworfen werden. Außerdem geben wir online **Tipps**, wie Lebensmittelrettung auch zu Hause klappt.

OFT LÄNGER HALTBAR

UNSERE ZIELE

ZIEL – GUT FÜR DICH	REALISIERUNG	STATUS
UNSERE REZEPTUREN		
Wir optimieren die Nährwertprofile unserer Produkte anhand unserer Rezepturleitlinien für pflanzenbasierte Alternativprodukte, TK-Fertiggerichte, Kinderlebensmittel sowie an anhand unserer Salz- und Zuckerzielwerte für ausgewählte Warengruppen	fortlaufend	∞
Wir weiten unsere bestehenden Rezepturleitlinien auf unsere Produkte aus (gilt für alle Food-Warengruppen)	fortlaufend	∞
Wir sorgen für Transparenz und erleichtern den Zugang zu bewusster Ernährung durch Aufbringung des Ballaststoffgehalts und des Nutri-Scores auf allen Eigenmarken-Produkten, bei denen es möglich ist	fortlaufend	∞
Wir streben an, den besten Nutri-Score zu vergleichbaren Marken- und Eigenmarkenartikeln im Wettbewerb zu haben	fortlaufend	∞
Wir weiten unser Eigenmarken-Sortiments hinsichtlich fermentierter und ballaststoffreicher Produkte aus	fortlaufend	∞
PFLANZENBASIERTES SORTIMENT		
Wir erweitern das pflanzenbasierte Sortiment auf 1.400 vegan gekennzeichnete Produkte* ¹ im Standard-, Saison- und Aktionssortiment über das Jahr verteilt	2025	■■■
Wir bauen unseren pflanzenbasierten Sortimentsanteil insbesondere in den Kategorien Obst und Gemüse, Vollkorngetreide und pflanzliche Proteinquellen aus	kontinuierlich	∞
Mit unserer Zielsetzung, die Planetary Health Diet in unserem Sortiment umzusetzen, wollen wir auch eine Versorgung mit pflanzlichen Proteinquellen erreichen. Auf unserem Weg des Ernährungswechsels ist ein konkretes Proteinziel ein nächster Schritt, idealerweise zusammen mit allen deutschen Lebensmitteleinzelhändlern	kontinuierlich	∞
KINDERLEBENSMITTEL		
Wir fördern ein gesundheitsbewusstes Marketing gegenüber Kindern: ALDI SÜD verpflichtet sich, bei Werbeaktivitäten im Fernsehen, im Radio, in den sozialen Medien und im Handzettel eine ausgewogene Ernährung gegenüber Kindern zu bewerben* ²	fortlaufend	∞
Wir erfüllen die WHO-Anforderungen* ³ bei unseren Eigenmarken-Kinderprodukten	fortlaufend	∞



Wir erweitern unser pflanzenbasiertes Sortiment!

*¹ Lebensmittel und Kosmetik.

*² Ausnahmen betreffen unsere Aktionsware zu Ostern, Halloween und Weihnachten.

*³ [WHO-Nährstoffprofil-Modell](#); 2023.

UNSERE ZIELE

ZIEL – GUT FÜR ALLE	REALISIERUNG	STATUS
BIO		
Wir bieten derzeit mehr als 1.000 Bio-Produkte* ¹ an und setzen weiterhin auf ein starkes Bio-Sortiment	fortlaufend	∞
Wir sind Bio-Händler Nr. 1* ² in unserem Vertriebsgebiet	2020	■■■
#HALTUNGSWECHSEL		
Wir stellen 100 % unseres Frischfleischs, unserer Trinkmilch und unserer gekühlten Fleisch- und Wurstwaren auf die höheren Haltungsformen 3, 4 und 5 um* ³	2030	■■■□
REGIONALITÄT		
Wir steigern die Anzahl von Artikeln mit Rohstoffen aus deutscher Landwirtschaft, z. B. mit dem Herkunftskennzeichen Deutschland oder dem Regionalfenster	fortlaufend	∞
FOOD WASTE		
Wir reduzieren unsere Lebensmittelabfälle bis Ende 2025 um 30%* ⁴ und bis Ende 2030 um 50 %* ⁴	30 % bis 2025 50 % bis 2030	■■■□
KLIMA UND UMWELT		
Wir streben Net-Zero gem. Science Based Targets initiative (SBTi) entlang der gesamten Wertschöpfungskette an* ⁵	2050	■■■□
Wir haben uns zum Ausschluss von Entwaldung und Umwandlung in unseren hochpriorisierten Lieferketten verpflichtet	Ende 2025	■■■□

Eine umfassende Übersicht unserer Nachhaltigkeitsziele findest du im ALDI SÜD Fortschrittsbericht.



*¹ Über das Jahr 2024 verteilt im Standard-, Saison- und Aktionsassortiment, bezogen auf Produktsorten.

*² Quelle: NielsenIQ Homescan, Food Bio inkl. Frische Bio O&G, MAT Oktober 2019, Absatz Pack, LEH+DM im ALDI SÜD-Vertriebsgebiet Deutschland.

*³ Bezogen auf den Umsatz bei ALDI SÜD in Deutschland mit a) Frischfleisch der größten Nutztiergruppen Rind, Schwein, Hähnchen und Pute; ausgenommen Markenartikel und (internationale) Spezialitäten; mit b) Trinkmilch der Eigenmarken bzw. mit c) unseren Eigenmarken aus den Bereichen gekühlte Fleisch-, Wurst- und Schinkenwaren sowie Frikadellen der größten Nutztiergruppen Rind, Schwein, Hähnchen und Pute; ausgenommen sind (internationale) Spezialitäten sowie Convenience- und Fertiggerichte.

*⁴ Basisjahr 2019.

*⁵ -90 % in Scope 1 & 2 im Vergleich zum Basisjahr 2021 bis 2035 und -90 % in Scope 3 im Vergleich zum Basisjahr 2022 bis 2050 bezogen auf die ALDI SÜD Gruppe; Die Zielvorgabe inkludiert landnutzungsbezogene Emissionen und die Entnahme von Emissionen aus der Atmosphäre durch Herstellung von Bioenergieträgern, gewonnen aus natürlichen Rohstoffen. Mehr Informationen: <https://www.aldi-sued.de/de/nachhaltigkeit/klimaschutz-umwelt/klima.html>

QUELLEN

- 1 Eat Lancet Commission, 2019: Healthy Diets from Sustainable Food System: Food Planet Health. https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet_Commission_Summary_Report.pdf
- 2 Poore, J. & Nemecek, T., 2018: Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. Science. 360. 987-992. https://www.researchgate.net/publication/325532198_Reducing_food's_environmental_impacts_through_producers_and_consumers
- 3 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE), 2024: Pflanzenbasierte Ernährung. <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/faq/pflanzenbasierte-ernaehrung/#c5239>
- 4 Fresan, U. & Sabate, J., 2019: Vegetarian Diets: Planetary Health and its Alignment with Human Health. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2161831322002253>
- 5 Rabès, A., Seconda, L., Langevin, B., Allès, B., Touvier, M., Hercberg, S., Lairon, D., Baundry, J., Pointereau, P. Kesse-Guyot, E., 2020: Greenhouse gas emissions, energy demand and land use associated with omnivorous, pesco-vegetarian, vegetarian, and vegan diets accounting for farming practices. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2352550919304920>
- 6 Mbow, C., C. Rosenzweig, L.G. Barioni, T.G. Benton, M. Herrero, M. Krishnapillai, E. Liwenga, P. Pradhan, M.G. Rivera-Ferre, T. Sapkota, F.N. Tubiello, Y. Xu, 2019: Food Security. In: Climate Change and Land: an IPCC special report on climate change, desertification, land degradation, sustainable land management, food security, and greenhouse gas fluxes in terrestrial ecosystems [P.R. Shukla, J. Skea, E. Calvo Buendia, V. Masson-Delmotte, H.-O. Pörtner, D.C. Roberts, P. Zhai, R. Slade, S. Connors, R. van Diemen, M. Ferrat, E. Haughey, S. Luz, S. Neogi, M. Pathak, J. Petzold, J. Portugal Pereira, P. Vyas, E. Huntley, K. Kissick, M. Belkacemi, J. Malley, (eds.)]. <https://doi.org/10.1017/9781009157988.007>
- 7 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE), 2024: Gut Essen und Trinken: DGE-Ernährungskreis. <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gut-essen-und-trinken/dge-ernaehrungskreis/>
- 8 Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH), 2024: Nationale Verzehrsstudie II: Wie sich Verbraucherinnen und Verbraucher in Deutschland ernähren. <https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/nationale-verzehrsstudie-zusammenfassung.html>
- 9 Breidenassel et al., 2022: Einordnung der Planetary Health Diet anhand einer Gegenüberstellung mit den lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen der DGE. https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2022/05_22/EU05_2022_M252_M268.pdf
- 10 Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH), 2024: Salzzufuhr in Deutschland: Ergebnisse der DEGS- und KiGGS-Studie. <https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/degs-salzstudie.html>
- 11 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), 2020: Ausgewählte Fragen und Antworten zu Speisesalz. <https://www.dge.de/fileadmin/dok/gesunde-ernaehrung/faq/DGE-FAQ-Speisesalz-2020.pdf>
- 12 Robert Koch-Institut (RKI), 2012: Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (DEGS). https://www.rki.de/DE/Themen/Nichtuebertragbare-Krankheiten/Studien-und-Surveillance/Studien/DEGS/BGBl_2012_55_775-780.pdf?__blob=publicationFile&v=7
- 13 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), 2021/2022: Die Nährwerttabelle, aktualisierte 7. Auflage. https://www.dge.de/medien-service/media/productattach/n/_n_hrwerttabelle_web.pdf
- 14 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE); Deutsche Adipositas-Gesellschaft e.V. (DAG); Deutsche Diabetes Gesellschaft e.V. (DDG), 2018: Konsensuspapier: Quantitative Empfehlung zur Zuckerzufuhr in Deutschland. https://www.dge.de/fileadmin/dok/wissenschaft/stellungnahmen/Konsensuspapier_Zucker_DAG_DD_G_DGE_2018.pdf
- 15 Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA), 2022: Die Aufnahme von zugesetzten und freien Zuckern sollte so gering wie möglich sein. <https://www.efsa.europa.eu/de/news/added-and-free-sugars-should-be-low-possible>
- 16 Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH), 2025: Versorgungsbilanz: Zucker und Glucose. <https://www.bmel-statistik.de/ernaehrung/versorgungsbilanzen/zucker-glukose>
- 17 Bundeszentrum für Ernährung (BzFE), 2025: Fett - wichtiger Energie- und Nährstofflieferant: Pflanzlichen Fetten den Vorzug geben. <https://www.bzfe.de/essen-und-gesundheit/naehrstoffe/fette#:~:text=Fette%20sind%20wichtige%20Energie-%20und%20N%C3%A4hrstofflieferanten.%20Die%20DGE,Tag.%20Wichtig%20ist%20neben%20der%20Fettmenge%20die%20Fettqualit%C3%A4t>
- 18 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), 2015: DGE-FAQ-Fett-Leitlinie-2015. <https://www.dge.de/fileadmin/dok/gesunde-ernaehrung/faq/DGE-FAQ-Fett-Leitlinie-2015.pdf>
- 19 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), 2015: Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. <https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/fett-essenzielle-fettsauren/>
- 20 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), 2023: <https://www.dge.de/blog/2023/fett-in-der-ernaehrung-fakten-rund-um-die-bedeutung-von-fett-fuer-den-koerper>
- 21 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), 2015: Evidenzbasierte Leitlinie Fettzufuhr und Prävention ausgewählter ernährungsmitbedingter Krankheiten <https://www.dge.de/wissenschaft/dge-leitlinien/leitlinie-fett/>
- 22 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), 2016: Fachinformationen: <https://www.dge.de/wissenschaft/fachinformationen/trans-fettsauren-und-die-gesundheit/#c4286>
- 23 Lally et al., 2009: How are habits formed: Modelling habit formation in the real world. https://www.researchgate.net/publication/32898894_How_are_habits_formed_Modeling_habit_formation_in_the_real_world
- 24 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), 2011: Evidenzbasierte Leitlinie Kohlenhydratzufuhr und Prävention ausgewählter ernährungsmitbedingter Krankheiten. https://www.dge.de/medien-service/media/productattach/d/g/dge_leitlinie_kh_kompakt.pdf
- 25 Smith, P., 2015: The tantalizing links between gut microbes and the brain. Nature 526, 312 – 314. <https://www.nature.com/articles/526312a>
- 26 Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH), 2021: Kompass Ernährung, Ausgabe 3. https://www.bmleh.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/Kompassernaehrung/kompass-ernaehrung-3-2021.pdf?__blob=publicationFile&v=3
- 27 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), 2021: Ausgewählte Fragen und Antworten zu Ballaststoffen. <https://www.dge.de/fileadmin/dok/gesunde-ernaehrung/faq/DGE-FAQ-Ballaststoffe-2021.pdf>
- 28 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), 2021: D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr, 7. aktualisierte Ausgabe. <https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/>
- 29 Bundeszentrum für Ernährung, 2023: Foodtrend Fermentation. <https://www.bzfe.de/presse/presse-meldungen-archiv-2024-und-frueher/foodtrend-fermentation>
- 30 Marco, M.L., Sanders, M.E., Gänzle, M. et al., 2021: The International Scientific Association for Probiotics and Prebiotics (ISAPP) consensus statement on fermented foods. Nat Rev Gastroenterol Hepatol 18, 196–208. <https://www.nature.com/articles/s41575-020-00390-5>
- 31 Wastyk, H. C., Fragiadakis, G. K., Perelman, D. et al., 2021: Gut-microbiota-targeted diets modulate human immune status: 184 (16), 4137–4153. E14, 202. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34256014/>
- 32 Robert Koch-Institut (RKI), 2018: KiGGS Welle 2 (2014-2017) <https://edoc.rki.de/handle/176904/3050>
- 33 Mensink GBM; Haftenberger M, Brettschneider AK et al., 2017: EsKiMo II – die Ernährungsstudie als Modul in KiGGS Welle 2, Journal of Health Monitoring 2 (S3): 38–46. edoc.rki.de/bitstream/handle/176904/6887/EsKiMoll_Projektbericht_2814HS004.pdf
- 34 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) 2025: Gut essen und trinken – die DGE Empfehlungen. <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gut-essen-und-trinken/dge-empfehlungen/fleisch-und-wurst/>

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

ALDI SÜD Dienstleistungs-SE & Co. oHG
Unternehmensgruppe ALDI SÜD
Burgstraße 37, 45476 Mülheim an der Ruhr
Stand: September 2025

PRODUKTION

Raufeld Medien GmbH
Paul-Lincke-Ufer 42/43
10999 Berlin

BILDNACHWEISE

Getty Images (S. 4 pixelfit; S. 6 AleksandarGeorgiev;
S. 10 ingwervanille; S. 12 Alvarez; S. 15 Olga Kalacheva;
S. 17 Olga Buntovskih, Claudia Totir, Devenorr, Magone;
S. 19 eternalcreative; S. 20 Prostock-Studio;
S. 22 Kseniya Ovchinnikova; S. 24 Tom Werner;
S. 26 Tom Werner; S. 27 Emely; S. 28 pixdeluxe;
S. 32 EMS-FORSTER-PRODUCTIONS; S. 33 valio84sl)
Shutterstock (S. 17 years44)
Raufeld/ChatGPT (S. 18)



Gutes für alle.