
Von: [REDACTED]@innonature.eu>
Gesendet: Dienstag, 17. Juni 2025 13:53
An: Rebekka Siegmann | foodwatch
Cc: [REDACTED]
Betreff: Re: Ihre Kandidatur für den Goldenen Windbeutel 2025

Sie erhalten nicht häufig E-Mails von [REDACTED]@innonature.eu. [Erfahren Sie, warum dies wichtig ist](#)

Liebe Frau Siegmann,

vielen Dank für Ihre Mitteilung zur Nominierung unseres MENSTRU® CHOCBAR für den diesjährigen „Goldenen Windbeutel“.

Wir begrüßen Ihren Einsatz für gesunde und zukunftsfähige Lebensmittel, da er auch unser Verständnis einer gesunden Ernährungsweise widerspiegelt. Gerne möchten wir daher zu den von Ihnen geäußerten Kritikpunkten Stellung nehmen.

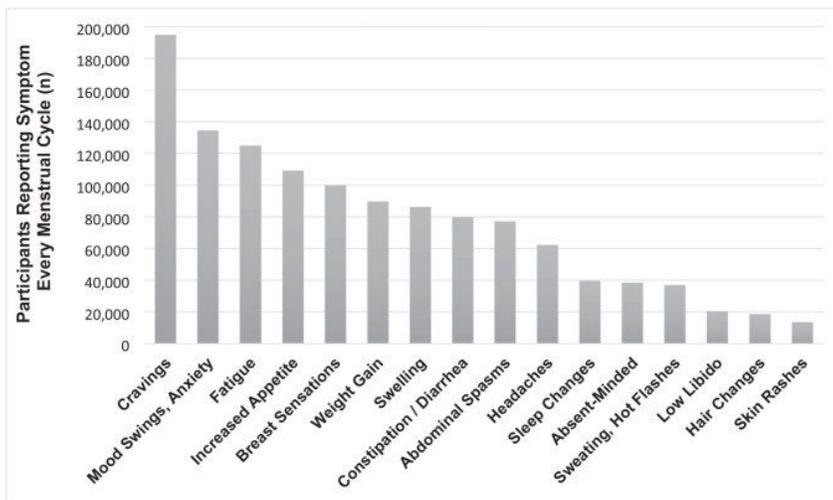
Den Menstru Choc Riegel haben wir bewusst als **Snack-Alternative** entwickelt, die keine Kompromisse beim Geschmack eingeht sowie zugleich die Bedürfnisse menstruierender Personen adressiert. Aus unserer eigenen Erfahrung hat ein derartiges Produkt am Markt bisher gefehlt. Dies bestätigt auch das positive Feedback unserer Kunden:innen, das uns gezeigt hat, wie wichtig auch anderen Frauen der Genussfaktor in dieser besonderen Phase ist. Hier ein Beispiel unserer aktuellen Kundenbewertung:

Der Riegel ist tatsächlich zu einem schönen Ritual während meinen Tagen geworden. Ich freue mich jeden Tag während meiner Periode darauf einen essen zu dürfen. Er ist nicht nur super lecker, sondern ich habe auch festgestellt, dass ich dadurch keine Lust mehr auf Süßes oder sonstige "Fressattacken" habe. Ich würde ihn am liebsten immer jeden Tag essen...

Gibt nicht viel mehr dazu zu sagen - ich LIEBE sie. Sie schmecken einfach richtig lecker, sind vegan und helfen mir, meinen Eisenwert easy im Zaum zu halten. Ein leckerer Snack, der auch noch richtig was kann. Wir definitiv immer wieder gekauft!

Unser MENSTRU® CHOCBAR ist daher bewusst als genussvoller, pflanzenbasierter Schokoladenriegel konzipiert und kein funktionelles Lebensmittel oder Nahrungsergänzungsmittel.

Cravings – insbesondere nach Schokolade – gehören zu den häufigsten Begleitsymptomen während der Menstruation. Zahlreiche Studien bestätigen dieses hormonell und kulturell geprägte Verzehrsmuster (vgl. [Chaparro, 2004](#)). Mit unserem Produkt adressieren wir dieses Bedürfnis ohne Heilsversprechen, sondern kombinieren Genuss mit durchdachten Mikronährstoffen.



Mit einem Zuckergehalt von 36 % liegt unser Riegel deutlich unter dem Durchschnitt marktüblicher Schokoriegel. Eine Untersuchung von 527 Produkten zeigt einen mittleren Zuckergehalt von 47,3% (47,3 g / 100 g (± 12,1 g)) – also rund ein Drittel mehr Zucker als in unserem Produkt (vgl. PMID: [34360187](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34360187/)). Zudem verzichten wir bewusst auf raffinierten Zucker und verwenden stattdessen Bio-Zartbitterschokolade, die mit Kokosblütenzucker gesüßt ist.

Basierend auf den offiziellen Health Claims der EFSA haben wir den Riegel um die potentiell kritischen Nährstoffe Eisen und Vitamin B6 mit relevantem gesundheitlichen Nutzen ergänzt.

Eisen trägt unter anderem zur Verringerung von Müdigkeit und zur normalen Bildung roter Blutkörperchen bei. Frauen im gebärfähigen Alter sind in Deutschland überdurchschnittlich häufig von Eisenmangel betroffen – nicht zuletzt durch die monatlichen Blutverluste während der Periode (vgl. [Onkopedia, o. J.](#)) Insbesondere bei einer pflanzenbasierten oder veganen Ernährung ist das Risiko erhöht (vgl. [DGE](#)). Daher ist es uns als Marke für vegane Produkte besonders wichtig, dabei zu unterstützen, diesen erhöhten Bedarf zu decken.

Vitamin B6 ergänzt unseren Riegel sinnvoll: Dieses essentielle Vitamin trägt nachweislich zur Regulierung der Hormontätigkeit sowie zu einer normalen psychischen Funktion bei – zentrale Faktoren für viele menstruierende Personen.

Hinsichtlich der Dosierung haben wir uns für folgende Nährstoffgehalte entschieden: Ein Riegel enthält 9,77 mg Eisen (70 % NRV*) und 1,30 mg Vitamin B6 (93 % NRV*).

Die Verwendung von **Maca** in unseren Produkten basiert auf fundierten toxikologischen Bewertungen, welche die Sicherheit dieser Zutat bestätigen. So zeigt etwa die im Journal *Toxicology Mechanisms and Methods* veröffentlichte Studie von Gonzales et al. (2006), dass Maca-Extrakte in üblichen Verzehrsmengen gut verträglich sind und keine gesundheitsschädlichen Wirkungen zeigen. Insbesondere werden Dosierungen von bis zu 3 g Maca-Pulver pro Tag über mehrere Wochen als sicher eingestuft. Der Maca-Gehalt pro Riegel beträgt dabei in unserem Produkt 0,87 g, was deutlich unterhalb der in Studien als unbedenklich eingestuften Tagesdosis liegt.

Darüber hinaus möchten wir betonen, dass jede Charge unserer Produkte einer umfassenden Qualitätskontrolle unterzogen wird. Dies umfasst unter anderem die Prüfung der botanischen Identität mittels HPLC-Analyse sowie umfassende Analysen auf Schwermetalle und Pestizidrückstände. So gewährleisten wir, dass sämtliche gesetzlich vorgeschriebenen Grenzwerte – beispielsweise für Blei oder Cadmium – zuverlässig eingehalten werden.

Wir hoffen, diese ausführlichen Antworten klären Ihre Fragen umfassend und nachvollziehbar. Für weitere Rückfragen stehen wir jederzeit gern zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Head of Product



InnoNature GmbH

Harkortstraße 79e
22765 Hamburg

E-Mail Adresse: [\[REDACTED\]@innonature.eu](mailto: [REDACTED]@innonature.eu)

Telefonnummer: +49 [REDACTED]

www.innonature.eu

Follow us on

[LinkedIn](#) / [Youtube](#) / [Instagram](#) / [Facebook](#)

Geschäftsführer: Dr. Sarah Müller

Handelsregister: Amtsgericht Hamburg, HRB 140877

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer Deutschland: DE305590177

Der Inhalt dieser E-Mail ist vertraulich und ausschließlich für den bezeichneten Adressaten oder dessen Vertreter bestimmt. Sollten Sie nicht der vorgesehene Adressat dieser E-Mail oder dessen Vertreter sein, so bitten wir Sie, sich mit dem Absender der E-Mail in Verbindung zu setzen. Beachten Sie bitte, dass jede Form der unautorisierten Nutzung, Veröffentlichung, Vervielfältigung oder Weitergabe des Inhaltes dieser E-Mail nicht gestattet ist.

This message contains confidential information and is exclusively for the person addressed or their representative. If you are not the intended recipient of this message and its contents, please notify the sender immediately. Any form of unauthorized use, publication, reproduction, copying or disclosure of the content of the e-mail is not permitted.

Von: Rebekka Siegmann | foodwatch [REDACTED]@foodwatch.de>

Datum: Mo, 16. Jun 2025 um 5:44

Sehr geehrte Damen und Herren,

am morgigen Dienstag werden wir die Online-Wahl zum Goldenen Windbeutel 2025 starten. Wir möchten Ihnen hiermit mitteilen, dass Ihr Produkt Menstru Chocbar einer der fünf Kandidaten für unseren Negativpreis sein wird.

In den kommenden Wochen können Verbraucher:innen unter www.goldener-windbeutel.de die aus ihrer Sicht dreisteste Werbelüge des Jahres wählen.

Der Grund für die Nominierung ist: Sie bewerben Ihren zuckrigen Schokoriegel mit Aussagen wie „mit allem, was dein Körper und deine Seele braucht“ und suggerieren positive Effekte während der Menstruation. Dabei existieren zugelassene Health-Claims für die Wirkung auf die Menstruation nicht. Für Ihre als „Wunderknolle“ beworbene Rotes Maca kann keine unbedenkliche Verzehrmenge abgeschätzt werden, und der hohe Zuckergehalt (36 %) konterkariert ihre sonstigen Gesundheitsversprechen. Die beworbenen Inhaltsstoffe können über eine ausgewogene Ernährung in ausreichender Menge aufgenommen werden.

Wir bitten hiermit um Ihre Stellungnahme zu der mit unserer Nominierung für den Goldenen Windbeutel 2025 verbundenen Kritik bis Freitag, den 20. Juni 2025.

Bei Rückfragen zum Goldenen Windbeutel und zur Nominierung Ihres Produkts stehe ich gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Rebekka Siegmann

PS: Wenn Sie planen, die Aufmachung und/oder Rezeptur Ihres nominierten Produkts derart zu ändern, dass der Täuschungsvorwurf hinfällig wird, geben Sie uns Bescheid. Sofern dies innerhalb des Wahlzeitraums geschieht, werden wir Ihre Ankündigung im Wahl-Tool für alle Abstimmenden kenntlich machen.

dr. rebekka siegmann (she/her)

campaignerin | foodwatch germany

e-mail [REDACTED]@foodwatch.de

foodwatch e.v. | brunnenstr. 181 | 10119 berlin | germany | www.foodwatch.de

eingetragener verein | sitz berlin | vr 21908 nz ag charlottenburg | vorstand: dr. chris methmann, jörg rohwedder
