



Presseinformation

Aktuelle Studie belegt:

Positiver Einfluss von Schulmilch auf die mentale Leistungsfähigkeit

Täglicher Konsum des nährstoffreichen Lebensmittels schafft gute Voraussetzungen für verbesserte Reaktion, Konzentration und Erinnerungsleistung

Bremen, September 2014. Die gesunde Ernährung von Kindern und Schulkindern ist heute eines der zentralen Themen von Ernährungswissenschaftlern und Politikern. Spezielle Förderprogramme, u. a. das [EU Schulmilchprogramm](#), sollen Kindern zu einer ausgewogenen Ernährung verhelfen und sie fit machen für den Schulalltag. Eine aktuelle Studie des renommierten Instituts für Sporternährung e.V./Bad Nauheim im Auftrag der DMK Deutsches Milchkontor GmbH für „MILRAM Milch-Mix Kakao“ (ehemals Ravensberger Milch-Mix Schoko) zeigt nun die vorteilhafte Wirkung von Milch und Milchlunchgetränken auf die Lernleistung. Dazu wurden die biochemischen Werte GI (Glykämischer Index) und GL (Glykämische Last) des Produkts anhand eines standardisierten Verfahrens* festgestellt. Nach neusten Forschungserkenntnissen sind sie Indikatoren für die Wirkung eines Lebensmittels auf den Blutzuckerspiegel und zeigen, wie schnell und lang anhaltend ein kohlenhydrathaltiges Lebensmittel dem Körper Energie bereitstellt. Die Studienergebnisse, die jetzt anlässlich des [Weltschulmilchtages](#) am 25. September 2014 veröffentlicht werden, erteilen „MILRAM Schulmilch Schoko“ erfreuliche Noten: Mit einem mittleren GI von 32,3 und einem niedrigen bis mittleren GL-Wert schafft der Verzehr des Produktes eine optimale Basis für konzentriertes Lernen: Wachsamkeit, Erinnerungsleistungen und Reaktionszeiten werden gesteigert. Anders bei einem hohen GI: Erfolgt ein schneller und starker Anstieg des Blutzuckerspiegels und steigt als Folge der Insulinspiegel rasch an – wie z. B. bei der Einnahme von Traubenzucker – wirkt sich dies eher ungünstig auf das Leistungsvermögen aus.

Die Studienergebnisse unterstützen die Empfehlung von Experten und der EU: Seit 1977 begünstigt die Europäische Union die Abgabe von Milch und Milcherzeugnissen an deutschen Schulen, Kindergärten und weiteren



Bildungseinrichtungen. Ziel ist es, gute Ess- und Ernährungsgewohnheiten zu fördern und Fehlernährung vorzubeugen.

Günter Wagner, Studienleiter und Vorstandsmitglied des Instituts für Sporternährung e.V. in Bad Nauheim unterstreicht: „Denkprozesse erfordern nachhaltige Energie, die mit dem ersten oder zweiten Frühstück aufgenommen werden sollte, da sich über Nacht die körpereigenen Energiespeicher leeren. Die Studienergebnisse zeigen, dass die getestete Milch als Pausenmahlzeit dem Kind während der Schulzeit die notwendige Energie so zur Verfügung stellt, dass sich seine geistige Leistungsfähigkeit, wie z. B. Konzentrationsfähigkeit oder die Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit, im Unterricht messbar verbessern könnte.“

In Auftrag gegeben hatte die Studie die DMK Deutsches Milchkontor GmbH für ihr Markenprodukt „MILRAM Milch-Mix Kakao“. Anfang des Jahres hatte das Unternehmen – einer der führenden Anbieter hochwertiger Milch- und Käseprodukte – seine beliebte Schulumilch-Produktpalette aus der Marke Ravensberger herausgelöst und unter das Dach der Traditionsmarke MILRAM gestellt.

Weitere Informationen unter: www.milram-food-service.de/schulumilch

Weiterführende Links (Auswahl):

- <http://www.spiegel.de/gesundheit/ernaehrung/milch-ist-gesund-liefert-kalzium-und-staerkt-die-knochen-a-985750.html> (Interview mit Gerhard Rechkemmer, Ernährungswissenschaftler, u. a. Präsident des Max Rubner-Instituts (MRI), des Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel sowie Chef-Herausgeber des "European Journal of Nutrition", der europaweit führenden wissenschaftlichen Zeitschrift für Ernährungswissenschaft)
- Studie HBSC Deutschland „Health behaviour in School-aged Children“ <http://hbsc-germany.de>,
- Eissing, G.: Einfluss der Frühstücksqualität auf die mentale Leistung. Ernährung & Medizin 26 (2011) H. 1
- Eissing, G.: Eine Packung Energie. Schulverpflegung 9 (2014) H. 3
- http://www.aid.de/lernen/zwischenmahlzeiten_milch.php
- www.genius-milch-nrw.de



- www.meine-milch.de/artikel/schulmilch
- www.schulmilch-bw.de
- <http://www.proplanta.de/Agrar-News/Schulmilch>

***Über die Studie**

Die Wirkung eines kohlenhydrathaltigen Lebensmittels auf den Blutzuckerspiegel wird anhand des Glykämischen Index (GI) und der Glykämischen Last (GL) gemessen. Lebensmittel mit einem mittleren bis geringen GI und GL bewirken eine physiologisch günstige Bereitstellung der aufgenommenen Energie aus Kohlenhydraten, so dass Erinnerungsleistungen, Reaktionszeit und Wachsamkeit gesteigert werden können. Die aktuelle Studie wurde vom renommierten Institut für Sporternährung e.V. in Bad Nauheim nach der von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) vorgegebenen, weltweit standardisierten Untersuchungsmethode durchgeführt. Das aussagekräftige Ergebnis zeigt, dass beide Werte für „MILRAM Milch-Mix Kakao“ im Bereich der empfohlenen Vergleichswerte lagen und damit als günstig für die Leistungsfähigkeit einzustufen sind.

Über MILRAM Food-Service

Als Marktführer und Vollsortimenter ist MILRAM Food-Service erster Ansprechpartner für Profiköche aus den Bereichen HoReCa, Betriebsgastronomie und Sozialverpflegung. Das Produkt-Portfolio umfasst Milch- und Käseprodukte, die gezielt auf die Ansprüche der Großverbraucher zugeschnitten sind. Die Produkte eignen sich für vielfältige Anwendungen und werden in passenden Gebindegrößen angeboten – vom 15-kg-Käseblock bis zur Einzelportion Kaffeesahne. So bietet MILRAM neben zuverlässigen Lösungen für die kalte und warme Küche ebenfalls eine starke Marke für den Tischgast.

Über DMK

DMK Deutsches Milchkontor ist mit 6,7 Milliarden verarbeiteten Kilogramm Milch Deutschlands größtes Molkereiunternehmen. Hinter DMK stehen rund 9.400 aktive Milcherzeuger. Die Milch wird an 28 Standorten mithilfe von 7.158 Mitarbeitern zu hochwertigen Qualitätsprodukten verarbeitet – von Milchbasisprodukten und Käse über milchbasierte Ingredients zur Lebensmittelherstellung bis hin zu Babynahrung, Eiskrem und Gesundheitsprodukten. Mit Marken wie MILRAM, Ravensberger, Osterland, Oldenburger, Humana, intact, Leben's, Biolabor, hansal und NORMI ist DMK in Deutschland und rund 100 weiteren Ländern der Welt eine feste Größe für Handel und Verbraucher. Das Unternehmen erzielt einen Umsatz von 5,3 Mrd. Euro und gehört damit europaweit zu den führenden Unternehmen der Milchwirtschaft.

Bei Presseanfragen wenden Sie sich bitte an:

Karoline Bialon
Havas PR Hamburg GmbH
Tel.: +49 40 4 31 75-136
Fax: +49 40 4 31 75-110
Mail : Karoline.Bialon@havaspr.com

Daniela Dethmann
DMK Deutsches Milchkontor GmbH
Tel.: +49 421 243-2217
Fax: +49 421 243-2452
Mail: daniela.dethmann@dmk.de