

Das Ernährungsverhalten von Jugendlichen in Österreich

HBSC Factsheet 09 aus Erhebung 2021/22



Impressum

Medieninhaber:in und Herausgeber:in:

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMASGPK), Stubenring 1, 1010 Wien

Verlagsort: Wien

Herstellungsort: Gesundheit Österreich GmbH (GÖG)

Druck: BMASGPK

Fotonachweis Cover: istock

ISBN Nr.: 978-3-85010-729-7

Wien, 2025. Stand: 22. April 2025

Copyright und Haftung:

Ein auszugsweiser Abdruck ist nur mit Quellenangabe gestattet, alle sonstigen Rechte sind ohne schriftliche Zustimmung des Medieninhabers unzulässig. Dies gilt insbesondere für jede Art der Vervielfältigung, der Übersetzung, der Speicherung auf Datenträgern zu kommerziellen Zwecken, sowie für die Verbreitung und Einspeicherung in elektronische Medien wie z. B. Internet oder CD Rom.

Im Falle von Zitierungen ist als Quellenangabe anzugeben: Felder-Puig R. & Teufl L. (2025): Das Ernährungsverhalten von Jugendlichen in Österreich. HBSC-Factsheet 09 aus Erhebung 2021/22. Wien: BMASGPK.

Alle Abbildungen und Tabellen in diesem Factsheet wurden von den Autor:innen erstellt.

Es wird darauf verwiesen, dass alle Angaben in dieser Publikation trotz sorgfältiger Bearbeitung ohne Gewähr erfolgen und eine Haftung des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMASGPK) und der Autor:innen ausgeschlossen ist. Rechtsausführungen stellen die unverbindliche Meinung der Autor:innen dar und können der Rechtsprechung der unabhängigen Gerichte keinesfalls vorgehen.

Bestellinfos: Diese und weitere Publikationen sind kostenlos über das Broschürenservice des Sozialministeriums unter www.sozialministerium.at/broschuerenservice sowie unter der Telefonnummer 01 711 00-86 25 25 zu beziehen.

Ernährungsverhalten

Eine gesunde Ernährung trägt entscheidend zu Gesundheit und Wohlbefinden bei. Dies ist besonders für Kinder und Jugendliche von großer Bedeutung. Lebensmittelbasierte Ernährungsempfehlungen helfen, eine gesunde und nachhaltige Ernährung zu gestalten und im Alltag umzusetzen (Neue Ernährungsempfehlungen). Bestimmte Nahrungsmittel sind auf Grund der in ihnen enthaltenen Nährstoffe besonders wertvoll für Gesundheit und Wohlbefinden (z.B. Gemüse, Obst, Hülsenfrüchte, Vollkorngetreide), andere dagegen können langfristig die Gesundheit beeinträchtigen, weil sie zu viel Fett und/oder Zucker, aber kaum Vitamine und Ballaststoffe enthalten (z.B. Chips, Schokolade, Limonade).

Ernährung hat einen wichtigen Einfluss auf unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. Wie sich Kinder und Jugendliche ernähren, wird vom sozialen Umfeld, verfügbaren ökonomischen Ressourcen, Marketing und Werbung, Angebot und Bereitsstellung, persönlichen Vorlieben, die erlernt und beeinflusst werden können, gesellschaftlichen Verhaltensnormen und Gebräuchen bestimmt. Eine gesunde Ernährungsweise ist ein wichtiger Ansatzpunkt für Gesundheitsförderung und Krankheitsprävention (modifiziert nach RKI - Themenschwerpunkt Ernährung).

In der österreichischen Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) Studie und der Lehrlingsgesundheitsbefragung (Felder-Puig et al., 2023a, 2023b) wurde einerseits nach der Häufigkeit des Verzehrs von Obst und Gemüse, die besonders gesundheitsfördernd sind, und andererseits nach der Häufigkeit des Konsums von hochkalorischen Nahrungsmitteln mit niedrigem Mikronährstoffgehalt gefragt. Frühere Ernährungsstudien haben gezeigt, dass Kinder und Jugendliche zu wenig Obst und Gemüse und zu viele Süßigkeiten, zuckerhaltige Getränke, Knabbereien u.Ä. zu sich nehmen (Mensik et al., 2020).

Wie und mit welchen Beispielen diese Nahrungsmittel für die befragten Jugendlichen in den beiden österreichischen Studien formuliert wurden, ist in folgender Liste nachzulesen:

- Obst, Früchte
- Gemüse, Salat
- Süßigkeiten, Schokolade
- Cola oder andere Softdrinks, die Zucker enthalten
- „Fast Food“ Speisen (Leberkäsemmel, Kebab, Burger, Würstel, Pizza etc.)
- Energy Drinks (Red Bull, Monster, Power Horse, Clever etc.)
- Salzige Knabbereien (Chips, Salzstangen, Crisps, Crackers etc.)

Da in der HBSC- und der Lehrlingsgesundheitsstudie das Ernährungsverhalten nur eine von vielen gesundheitsrelevanten Variablen, die erhoben werden, ist, kann die Befragung nicht so detailliert und spezifisch sein, wie sie es in klassischen Ernährungsstudien ist (z.B. Rust et al., 2017). Als Indikator für Gruppenvergleiche und Trendanalysen hat sich in der HBSC-Studie der „mindestens einmal tägliche“ Verzehr der abgefragten Nahrungsmittel als brauchbar erwiesen (Inchley et al., 2023).

In diesem Factsheet sind die Ergebnisse zum Ernährungsverhalten von Schüler:innen der Schulstufen 5, 7, 9 und 11 dargestellt. Außerdem werden altersstandardisierte Vergleiche von Schüler:innen und Lehrlingen, für die die Daten der 17- und 18-Jährigen herangezogen wurden, präsentiert.

Soziodemografische und -ökonomische Einflussfaktoren

In Tabelle 1 ist dargestellt, wie viele Schüler:innen verschiedener Altersgruppen die abgefragten Nahrungsmittel jeweils mindestens einmal täglich zu sich nehmen.

Der tägliche Obst- und/oder Gemüsekonsum weist hier die höchsten Fallzahlen auf, sinkt mit zunehmendem Alter der Schüler:innen und ist bei Mädchen in allen Altersgruppen häufiger zu beobachten als bei Burschen. Der tägliche Konsum von Süßigkeiten ist ebenfalls weit verbreitet, und zwar mehr bei Mädchen bzw. jüngeren Schüler:innen als bei Burschen bzw. älteren Schüler:innen. Beim täglichen Konsum von zuckerhaltigen Softdrinks gibt es kaum Unterschiede zwischen den Geschlechtern und einen leichten Rückgang der Fallzahlen mit zunehmendem Alter. Der tägliche Verzehr von „Fast Food“ Speisen und/oder salzigen Knabbereien geht mit zunehmendem Alter leicht zurück. Der

relative Anteil an Schüler:innen, die täglich einen oder mehrere Energy Drinks zu sich nehmen, ist am höchsten in Schulstufe 9. Die Hälfte der Schüler:innen aller Altersgruppen greift übrigens nie zu Energy Drinks (ohne Darstellung, Teutsch et al., 2023).

Tabelle 1: Wie viele Schüler:innen bestimmte Nahrungsmittel einmal täglich oder öfter zu sich nehmen, nach Geschlecht und Schulstufe

Schulstufe	Mädchen				Burschen			
	5	7	9	11	5	7	9	11
Obst	62 %	50 %	44 %	41 %	55 %	43 %	36 %	29 %
Gemüse	49 %	46 %	44 %	43 %	42 %	32 %	29 %	29 %
Süßigkeiten	44 %	36 %	34 %	31 %	34 %	27 %	23 %	17 %
Softdrinks	16 %	18 %	16 %	13 %	20 %	19 %	19 %	11 %
„Fast Food“	7 %	7 %	5 %	2 %	11 %	7 %	6 %	3 %
Energy Drinks	2 %	9 %	11 %	8 %	6 %	7 %	10 %	5 %
Salzige Knabbereien	15 %	12 %	9 %	6 %	17 %	9 %	8 %	3 %

Abbildung 1 zeigt das Konsumverhalten der Schüler:innen in Abhängigkeit vom Familienwohlstand. Dies ist ein Indikator für den ökonomischen Status der Familien, in denen die jungen Menschen aufwachsen, und der in drei Kategorien (niedrig, mittel, hoch) angegeben wird.

Für beide Geschlechter steigt die Wahrscheinlichkeit für den täglichen Verzehr von Obst und/oder Gemüse mit zunehmendem Familienwohlstand (Abbildung 1). Wie viele Mädchen täglich zu Süßigkeiten greifen, ist unabhängig von der ökonomischen Situation ihrer Familien. Bei Burschen ist der tägliche Süßigkeitenkonsum in der untersten Wohlstandsgruppe am seltensten anzutreffen. Bei allen anderen, als nicht-gesundheitsfördernd geltenden Nahrungsmitteln (Softdrinks, „Fast Food“ Speisen, Energy Drinks und salzigen Knabbereien) zeigen sich die höchsten täglichen Konsumraten in der untersten Wohlstandsgruppe.

Abbildung 1: Wie viele Schüler:innen der 5. bis 11. Schulstufe bestimmte Nahrungsmittel einmal täglich oder öfter zu sich nehmen, nach Geschlecht und Familienwohlstand (FW)

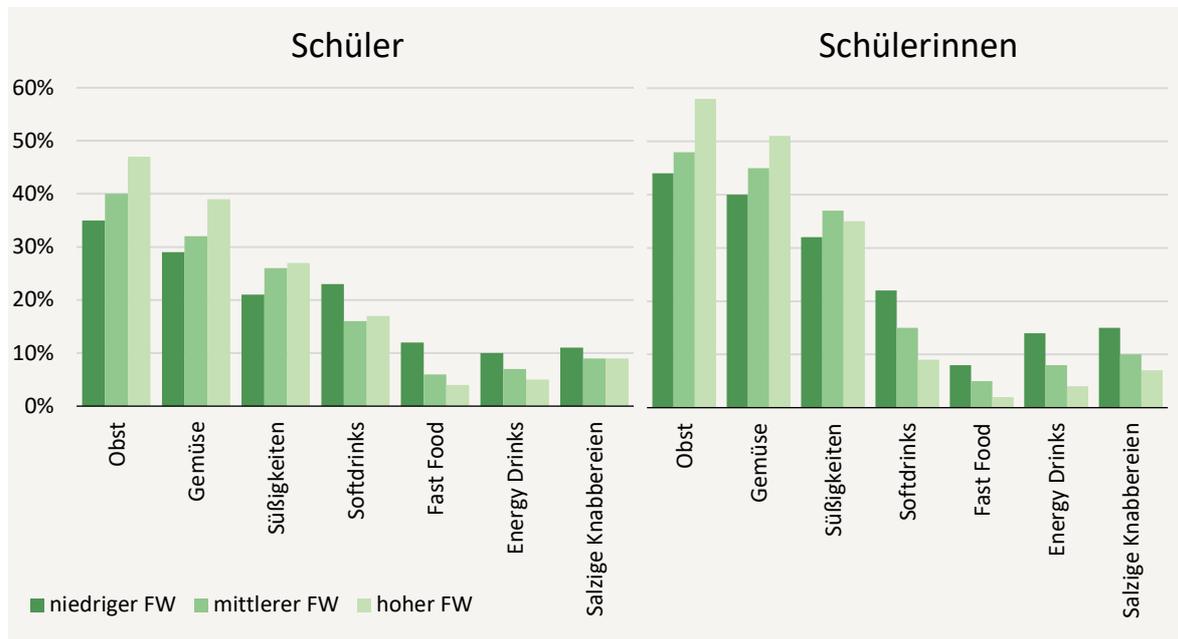
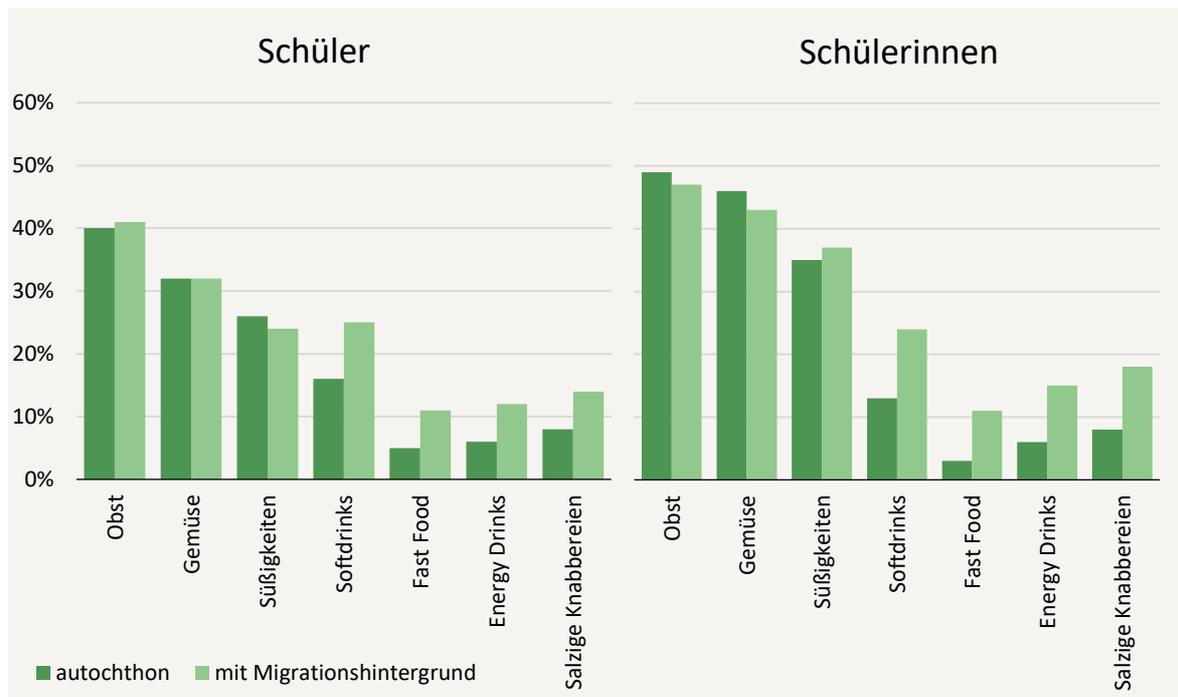


Abbildung 2: Wie viele Schüler:innen der 5. bis 11. Schulstufe bestimmte Nahrungsmittel einmal täglich oder öfter zu sich nehmen, nach Geschlecht und Migrationshintergrund



In Abbildung 2 ist ein Vergleich des Konsumverhaltens zwischen Schüler:innen mit und ohne Migrationshintergrund dargestellt. Letztere werden auch als „autochthon“ bezeichnet.

Beim täglichen Konsum von Obst, Gemüse oder Süßigkeiten gibt es nur geringe bis keine Unterschiede zwischen den beiden Gruppen in Abbildung 2. Bei allen anderen (nicht-gesundheitsfördernden) Nahrungsmitteln sind unter den täglichen Konsument:innen mehr Schüler:innen mit als ohne Migrationshintergrund zu finden.

Entwicklungen seit 2010

Wie sich die Konsumraten über die Jahre verändert haben, ist nur für Schüler:innen und für den Konsum von Obst, Gemüse, Süßigkeiten und Softdrinks darstellbar, da die entsprechenden Daten bei Lehrlingen bzw. für die anderen erwähnten Nahrungsmittel noch nicht lange genug erhoben werden.

Abbildung 3: Relative Anzahl der Schüler:innen in Schulstufe 5 bis 11, die Obst oder Gemüse einmal täglich oder öfter zu sich nehmen; Entwicklung 2010-2022, nach Geschlecht

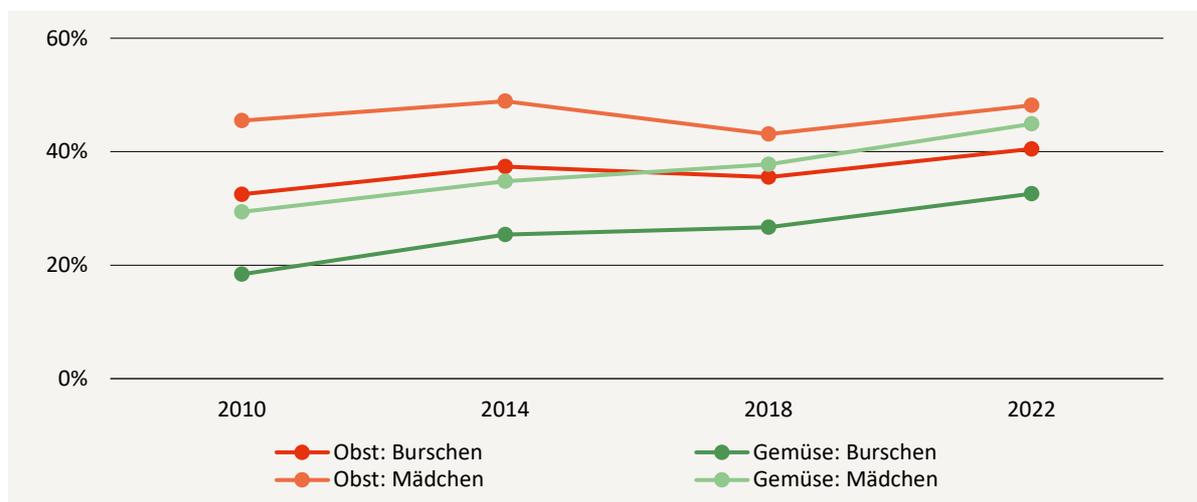
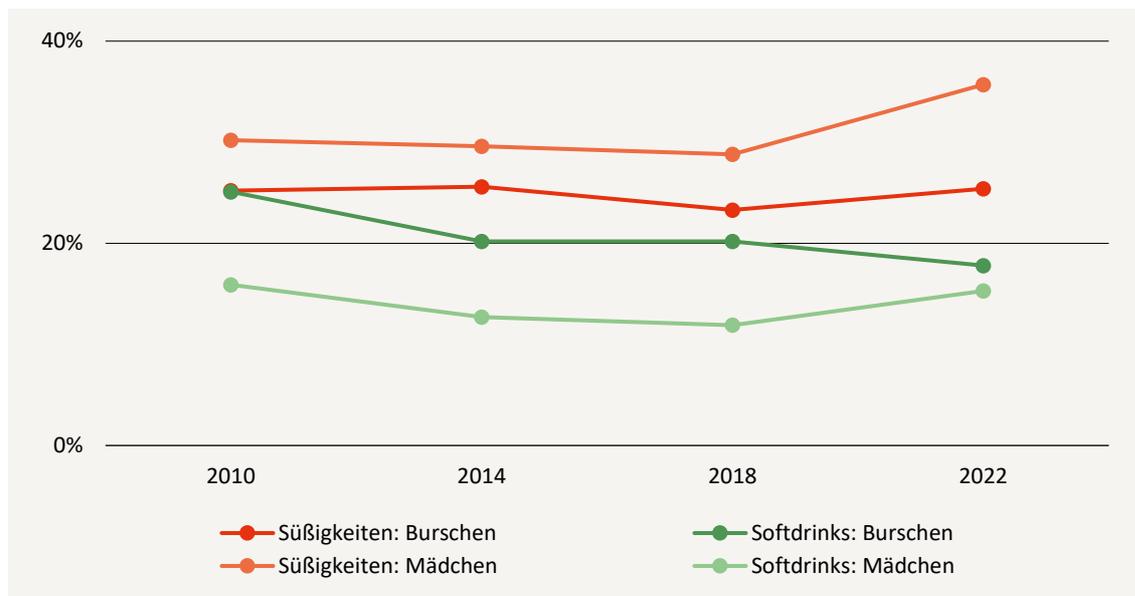


Abbildung 3 zeigt, dass die Raten an täglich Obst oder täglich Gemüse konsumierenden Burschen seit 2010 gestiegen sind. Bei Mädchen trifft dies nur für den Konsum von Gemüse zu. Nicht dargestellt ist, dass die relative Anzahl an Burschen, die Obst **und**

Gemüse täglich zu sich nehmen, von 14 % im Jahr 2010 auf 26 % im Jahr 2022 gestiegen ist. Bei Mädchen erhöhte sich diese Fallzahl von 24 % auf 35 %.

In Abbildung 4 sieht man, dass zwischen 2010 und 2022 die Rate an täglich konsumierenden Burschen für Süßigkeiten gleichgeblieben und für Softdrinks zurückgegangen ist. Bei Mädchen hingegen ist innerhalb dieser 12 Jahre für Süßigkeiten eine Steigerung und für Softdrinks keine Änderung der Fallzahlen zu beobachten. Dieses Ergebnis für Mädchen ist v.a. auf die Entwicklung der Konsumraten zwischen 2018 und 2022 zurückzuführen.

Abbildung 4: Relative Anzahl der Schüler:innen in Schulstufe 5 bis 11, die Süßigkeiten oder Softdrinks einmal täglich oder öfter zu sich nehmen; Entwicklung 2010-2022, nach Geschlecht



Frühstücken unter der Woche und Mahlzeiten gemeinsam mit Familie

Zusätzlich wurde bei Schüler:innen aller Altersgruppen erhoben, wie oft sie an Schultagen (mehr als ein Getränk) frühstücken und wie häufig sie Mahlzeiten gemeinsam mit ihren Familien einnehmen.

Insgesamt frühstücken ca. 40 % der Schüler:innen **nie** an Schultagen (ohne Darstellung). In der 5. Schulstufe liegt dieser Anteil bei 32 %, steigt dann aber bei beiden Geschlechtern mit zunehmendem Alter der Schüler:innen auf bis zu 44 % an. Insgesamt sind es mehr Mädchen als Burschen (45 % vs. 36 %), die an Schultagen nie ein Frühstück zu sich nehmen. Interessant ist auch, dass 36 % der Schüler:innen täglich frühstücken, wobei dies häufiger bei Burschen (41 %) als bei Mädchen (32 %) der Fall ist.

Je älter die Schüler:innen sind, umso weniger oft nehmen sie täglich oder fast täglich gemeinsam mit ihrer Familie zumindest eine Mahlzeit ein (ohne Darstellung). Dies tun von den Mädchen, je nach Alter, 61 % bis 87 % und von den Burschen 71 % bis 88 %. Zwischen 4 % und 12 % essen seltener als einmal pro Woche oder nie gemeinsam mit ihrer Familie.

Unterschiede zwischen Schüler:innen und Lehrlingen

Tabelle 2 zeigt einen Vergleich bestimmter Aspekte des Ernährungsverhaltens von 17- und 18-jährigen Lehrlingen und gleichaltrigen Schüler:innen.

Tabelle 2: Wie viele 17- und 18-jährige Schüler:innen und Lehrlinge bestimmte Nahrungsmittel einmal täglich oder öfter zu sich nehmen

	weibliche Lehrlinge	Schülerinnen	männliche Lehrlinge	Schüler
Obst	28 %	41 %	18 %	30 %
Gemüse	31 %	42 %	21 %	28 %
Süßigkeiten	31 %	32 %	16 %	17 %
Softdrinks	32 %	12 %	33 %	10 %
„Fast Food“	12 %	2 %	13 %	2 %
Energy Drinks	26 %	8 %	21 %	5 %
Salzige Knabbereien	13 %	6 %	10 %	3 %

Wesentlich mehr Schüler:innen als Lehrlinge essen täglich Obst (Tabelle 2). Dies trifft auch auf den täglichen Gemüsekonsum zu, obwohl hier die Unterschiede zu Ungunsten der Lehrlinge nicht ganz so groß sind wie beim Obstkonsum. Während bei Süßigkeiten kein

Unterschied zwischen Lehrlingen und Schüler:innen zu beobachten ist, fällt eine tägliche Konsumrate bei Softdrinks auf, die in der Gruppe der Lehrlinge fast drei Mal so groß ist wie in der Gruppe der Schüler:innen. Auch in Bezug auf „Fast Food“ Speisen und Energy Drinks weisen Lehrlinge ein viel ungünstigeres Konsumverhalten als Schüler:innen auf. Dies gilt auch für den Verzehr von salzigen Knabberereien.

Wie oft Lehrlinge unter der Woche frühstücken und wie oft sie gemeinsam mit ihren Familien eine Mahlzeit einnehmen, wurde nicht erhoben.

Diskussion

In der Vergangenheit waren, wenn es um Geschlechtsunterschiede im Ernährungsverhalten von weiblichen und männlichen Schüler:innen ging, immer die Mädchen im Vorteil. Wie die Ergebnisse in diesem Factsheet zeigen, gibt es zwar nach wie vor mehr Mädchen als Burschen, die täglich Obst und/oder Gemüse zu sich nehmen, die Geschlechtsunterschiede beim Obst- und Gemüsekonsum, aber auch für andere abgefragte (nicht-gesundheitsfördernde) Lebensmittel sind jedoch kleiner geworden, und zwar zu Gunsten der Burschen.

Dies könnte damit zu tun haben, dass Burschen in der Zwischenzeit in ihrem Ernährungsverhalten gesundheitsbewusster geworden sind. Dies ist eine erfreuliche Annäherung der Geschlechterrollen, die möglicherweise auf die zahlreichen Bemühungen, das Ernährungsverhalten von Kindern und Jugendlichen zu verbessern, zurückzuführen ist. Darunter fallen Elternbildungsmaßnahmen (z.B. Gesundheit und Ernährung von Anfang an | FEM Süd Frauengesundheitszentrum), österreichweite Gesundheitsförderungsprogramme und Unterstützung durch wissenschaftlich fundierte Informationsmaterialien und Empfehlungen (Richtig essen von Anfang an), Programme in Bildungseinrichtungen (z.B. Gesunder Kindergarten, Gesunde Schule, Leitlinie Schulbuffet NEU | Initiative Kinder Essen Gesund,) oder Ernährungsbildung für Jugendliche in den Schulen, in Betrieben, der außerschulischen Jugendarbeit oder den Sportvereinen. Seit vielen Jahren wird zudem darauf geachtet, verhältnis- und verhaltensbezogene Maßnahmen miteinander zu kombinieren.

Überhaupt spielt die Gemeinschaftsverpflegung in Krippen, Kindergärten, Schulen und Freizeiteinrichtungen für eine gesunde und nachhaltige Ernährung von Kindern und Jugendlichen eine wichtige Rolle. Eine gut zugängliche gesundheitsfördernde und

nachhaltige Verpflegung außer Haus bringt neben dem Gesundheitsnutzen nämlich positive Erfahrungen und erhöht die Ernährungskompetenz, die dann weiter in die Familien getragen werden kann. Deshalb soll in diesen Einrichtungen ein gesundheitsförderndes und nachhaltig hergestelltes Angebot an Speisen und Getränken verfügbar sein und der soziale Aspekt des Essens aktiv gefördert werden. Für die konkrete Umsetzung eines solchen Verpflegungsangebots stellt das BMASGPK laufend Empfehlungen, Leitlinien und Qualitätsstandards für verschiedene Settings zur Verfügung. An der AGES (Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit) wurde deshalb die Kompetenzstelle Gemeinschaftsverpflegung eingerichtet.

Für die Entwicklung des Ernährungsverhaltens von Kindern und Jugendlichen sind die Ernährungsgewohnheiten in der Familie von großer Bedeutung. Geschmäcker und Vorlieben für bestimmte Speisen und Getränke entwickeln sich nämlich bereits in der Kindheit in Abhängigkeit davon, welche Nahrungsmittel angeboten und welches Ernährungsverhalten und welche Esskultur vorgelebt werden. Darum ist, um ein gesundes Essverhalten von Kindern und Jugendlichen zu fördern, die entsprechende Elternbildung, wie sie z.B. in „Gesundheit und Ernährung von Anfang an“ angeboten wird bzw. in evidenzbasierten Ernährungsempfehlungen zu finden ist (z.B. Österreichische Ernährungsempfehlungen; Richtige Ernährung für jedes Alter - AGES), so wichtig. Allerdings ist dabei auch immer zu bedenken, dass das Ernährungsumfeld nicht nur in den Familien gestaltet, sondern auch von Bereitstellung, Zusammensetzung, Preisgestaltung und Kennzeichnung von Lebensmitteln sowie von Lebensmittelwerbung, auch auf Social Media, stark beeinflusst wird.

Die vorliegenden Ergebnisse zeigen, dass ca. vier von zehn Jugendlichen nie an Schultagen frühstücken, obwohl ein gesundes Frühstück ein idealer Start in den Tag ist. Es liefert Energie und unterstützt die Konzentration (Rampersaud et al., 2005; Ricotti et al., 2021). So wird auch der Heißhunger auf ungesunde Snacks vermindert, zu denen Jugendliche meist dann greifen, wenn sie unregelmäßig oder unausgewogen essen, der Alltag stressig ist und/oder zu wenig Zeit für Essenspausen zur Verfügung steht. Entsprechende Maßnahmen zur Verbesserung des Ernährungsverhaltens sollten (auch) zukünftig das gesunde Frühstück thematisieren, um langfristig den Anteil der regelmäßig frühstückenden Jugendlichen zu erhöhen.

Mehr Aufmerksamkeit hinsichtlich ihres Ernährungsverhaltens würden nach wie vor Kinder und Jugendliche aus finanziell benachteiligten Familien und/oder mit Migrationshintergrund sowie Lehrlinge benötigen. Wie ein früheres HBSC-Factsheet mit

österreichischen Daten aus 2021/22 zeigte, sind diese Gruppen auch stärker von Übergewicht oder Adipositas betroffen (Felder-Puig et al., 2023c). Auch die Ergebnisse der internationalen HBSC-Studie mit Daten aus allen teilnehmenden Länder zeigen einen deutlichen Zusammenhang zwischen dem sozioökonomischen Status der Jugendlichen und ungesunden Ernährungsgewohnheiten sowie Übergewicht und Adipositas (Rakić et al., 2024). Deshalb sollten Gesundheitsförderungsprojekte mit Fokus auf Ernährung gezielt dort stattfinden, wo sich Kinder und Jugendliche aus sozial benachteiligten Familien bzw. Lehrlinge aufhalten. Bei Schüler:innen könnte z.B. die kostenlose Schulmahlzeit, wie im Nationalen Aktionsplan Kinderchancen dargestellt (Europäische Garantie für Kinder), einen wertvollen Beitrag zur Gesundheitsförderung leisten.

Betrachtet man die internationalen HBSC-Ergebnisse im Detail, fällt auf, dass die österreichischen Schüler:innen der Schulstufen 5, 7 und 9 beim täglichen Obst- oder Gemüsekonsum deutlich über dem internationalen Durchschnitt liegen. Das tun sie leider aber auch beim täglichen Verzehr von Süßigkeiten, während sie sich beim täglichen Softdrink-Konsum ungefähr im HBSC-Durchschnitt befinden (Rakić et al., 2024). Kein Vergleich ist für ältere Schüler:innen oder Lehrlinge möglich, da diese in der internationalen HBSC-Stichprobe nicht vertreten sind.

Wie eine österreichische Befragung von 3.000 Personen ab 18 Jahren gezeigt hat, hängt Ernährungskompetenz bei Erwachsenen mit formaler Bildung zusammen (Griebler et al., 2023). Deshalb müssen entsprechende Initiativen so gestaltet werden, dass sie auch Eltern und andere Familienmitglieder mit niedriger Schulbildung und/oder mit Migrationshintergrund gut ansprechen und motivieren können. Das ist leichter gesagt als getan. Denn gleichzeitig werden die Menschen mit ausgeklügelten Werbesprüchen der Nahrungsmittelindustrie und einer riesigen Auswahl an Nahrungsmitteln „bombardiert“. Dazu kommen Zeitstress und die begrenzte Erschwinglichkeit bestimmter gesundheitsfördernder Produkte, was erklären könnte, dass verstärkt zu verarbeiteten und zuckerhaltigen Lebensmitteln gegriffen wird.

In der Pubertät gesellt sich bei Jugendlichen zur erlernten Ernährungsweise eine verstärkte Beeinflussbarkeit durch Werbung und Influencer und den sozialen Normen ihrer Peergroup (Berk, 2020). Dies kann zu einer Veränderung des individuellen Ernährungsverhaltens in die eine oder die andere Richtung führen. Die Institutionen in den Lebenswelten der Jugendlichen (Schulen, Lehrbetriebe, Jugendzentren, Sportvereine, etc.) sind deshalb angehalten, die Jugendlichen dabei zu unterstützen, die „richtige“, nämlich gesundheitsförderliche Richtung einzuschlagen.

Literaturverzeichnis

Berk L.E. (2020): Entwicklungspsychologie. 7. aktualisierte Auflage. München: Pearson.

Felder-Puig R., Teutsch F., Winkler R. (2023a): Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Schülerinnen und Schülern. Ergebnisse des WHO-HBSC-Survey 2021/22. Wien: BMSGPK.

Felder-Puig R., Teutsch F., Winkler R. (2023b): Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Lehrlingen. Ergebnisse der Lehrlingsgesundheitsbefragung 2021/22. Wien: BMSGPK.

Felder-Puig R., Teufl L., Winkler R. (2023c): Gewichtsstatus und Körper selbstbild von österreichischen Jugendlichen. HBSC Factsheet 02 aus Erhebung 2021/22. Wien: BMSGPK.

Griebler R., Schütze D., Link T., Schindler K. (2023): Ernährungskompetenz in Österreich. Ergebnisbericht. Wien: GÖG.

Inchley J., Currie D., Samdal O. et al. (2023): Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) Study Protocol: background, methodology and mandatory items for the 2021/22 survey. Glasgow: University of Glasgow.

Rakić J.G., Hamrik Z., Dzielska A., et al. (2024): A focus on adolescent physical activity, eating behaviours, weight status and body image in Europe, central Asia and Canada. Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey. Volume 4. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.

Rampersaud G.C., Pereira, M.A., Girard, B.L. et al. (2005): Breakfast habits, nutritional status, body weight, and academic performance in children and adolescents. *Journal of the American Dietetic Association* 105: 743-760.

Ricotti R., Caputo M., Monzani A. et al. (2021): Breakfast skipping, weight, cardiometabolic risk, and nutrition quality in children and adolescents. A systematic review of randomized controlled and intervention longitudinal trials. *Nutrients* 13: 3331-3350.

Mensik G.B.M., Haftenberger M., Lage-Barbosa C. et al. (2020): EsKiMo II - Die Ernährungsstudie als KiGGS-Modul. Berlin: RKI.

Rust P., Hasenegger V., König J. (2017): Österreichischer Ernährungsbericht 2017. Wien: BMGF.

Teutsch F., Felder-Puig R., Winkler R. (2023): Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Schüler:innen und Lehrlingen. Ergebnisse aus den Erhebungen 2021/22 in Form von Lineartabellen. Wien: GÖG.

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz

Stubenring 1, 1010 Wien

+43 1 711 00-0

post@sozialministerium.gv.at

sozialministerium.gv.at