

**Zeitschrift:** ASMZ : Sicherheit Schweiz : Allgemeine schweizerische Militärzeitschrift  
**Herausgeber:** Schweizerische Offiziersgesellschaft  
**Band:** 186 (2020)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Ernährung im Militäralltag  
**Autor:** Rosa, Stefano de / Szvircsev Tresch, Tibor  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-905688>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 21.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Ernährung im Militäralltag

Die Verpflegung der Schweizer Armee erreicht jeden Tag eine Vielzahl von Personen in unterschiedlichsten Situationen und Orten. Ein Forschungsprojekt der Dozentur Militärsoziologie an der Militärakademie (MILAK) an der ETH Zürich schaut hinter die Kulissen der alltäglichen Verpflegung und fragt nach den erwarteten und unerwarteten Folgen der Ernährung für den Dienstalltag.

Stefano De Rosa, Tibor Szvircsev Tresch

«Fischstäbli mit Herdöpfel und Spinat», «Rösti mit Spiegelei», «Pastetli mit Brätchüggeli und Erbsli». Sind diese klassischen Gerichte immer noch beliebt? Gut möglich, dass eines dieser Menüs zu Ihren Lieblingsgerichten zählt, wie für viele andere Personen in der Schweiz auch. In den letzten Jahren hat sich jedoch unser Essverhalten langsam aber stetig verändert. Ersichtlich wird dies am Angebot in den Regalen in den Supermärkten genauso wie beim Durchblättern der Speisekarten in Restaurants. Ein Blick auf die Lebensmittelstatistiken verdeutlicht diesen Trend: Sowohl der Milch- als auch Fleischkonsum pro Kopf hat in den letzten Jahren konstant abgenommen. Zugenommen hat der Konsum hingegen von Fisch, Hülsenfrüchten und Gewürzen. Auch der Import von exotischen Speisen, wie Avocados und Quinoa hat sich beispielsweise in den vergangenen zehn Jahren beinahe verdreifacht. Schaut man in die Zukunft, so zeichnen sich ebenfalls weitreichende Veränderungen in unserem Speiseplan ab: Pflanzenbasierte Proteine, Fleisch aus dem Labor oder Essen über Bestellservices sind mögliche Stichworte einer baldigen Zukunft. Auch das Essverhalten ändert sich: schneller Snack versus Slow Food, Veganer/innen, Vegetarier/innen, Fruktarier/innen, Flexitarier/innen und Fleischesser/innen. Was hat dies aber mit dem Ausbildungs- und Dienstalltag in der Schweizer Armee zu tun?

## Die Verpflegung als Teil der zivil-militärischen Beziehung

Bedingt durch die Wehrpflicht und des Milizprinzips leisten Personen mit unterschiedlichen Ansichten und Präferenzen ihren Militärdienst für die Gesellschaft. Dies gilt selbstredend auch für die Ernährungsgewohnheiten. Es stellt sich also die Frage, welche unterschiedlichen Bedürfnisse und Vorstellungen es seitens der jun-

## Das Projekt «Ernährung in der Schweizer Armee»

Vergleicht man das breite Angebot an Lebensmitteln in unserer modernen Gesellschaft mit der eingeschränkten Auswahl während des Militärdienstes wird deutlich, dass einige Anpassungen notwendig sind, um diese beiden Welten zusammenzuführen. Das Forschungsprojekt der Dozentur Militärsoziologie der MILAK untersucht die Bedürfnisse an die Verpflegung der AdA im Dienst. Darüber hinaus werden die Zusammenhänge zwischen Verpflegung und Leistungsbereitschaft sowie zwischen Verpflegung und Kameradschaft genauer untersucht.

gen Erwachsenen in Bezug auf die Verpflegung im Militär gibt. Zwar ist die Armee nicht darauf ausgerichtet, ein breites Spektrum an Ernährungsbedürfnissen abzudecken, als Teil der Gesellschaft muss sie sich jedoch mit den gegenwärtigen Trends auseinandersetzen. So etwa stellte erst kürzlich ein Nationalrat in einer Motion die Forderung, den Fleischkonsum in der Armee zu reduzieren.<sup>1</sup>

In den meisten Ländern haben Angehörige der Armee (AdA) eine breite Auswahl, was sie jeweils essen möchten. In der Ausbildung verpflegen sich die Armeeghörigen dort üblicherweise in Mensen, die teilweise von privaten Gastronomie-

betrieben analog zu Schulkantinen geführt werden. Auch im Einsatz wird vermehrt Wert daraufgelegt, ein vielseitiges und den Bedürfnissen der AdA gerechtes Angebot zu bieten.<sup>2</sup> Eine Erklärung für diese Entwicklung ist sicherlich, dass eine Berufsarmee partikuläre Interessen stärker berücksichtigen muss als dies mit einer Wehrpflichtarmee der Fall ist. Die Attraktivität der Verpflegung ist ein Bestandteil davon.

## Essen und Trinken – mehr als nur die Aufnahme von Energie und Nährstoffen?

Untersuchungen zum Thema Ernährung im Militär – in der Schweiz wie in anderen Ländern – beschäftigten sich nahezu ausschliesslich mit physiologischen Aspekten der Verpflegung. In der Tat sind die Nährwerte und Kalorien, die den AdA im Dienst zur Verfügung gestellt werden, von grosser Bedeutung. Die Gesunderhaltung und die Leistungsfähigkeit werden entscheidend durch die Ernährung beeinflusst.

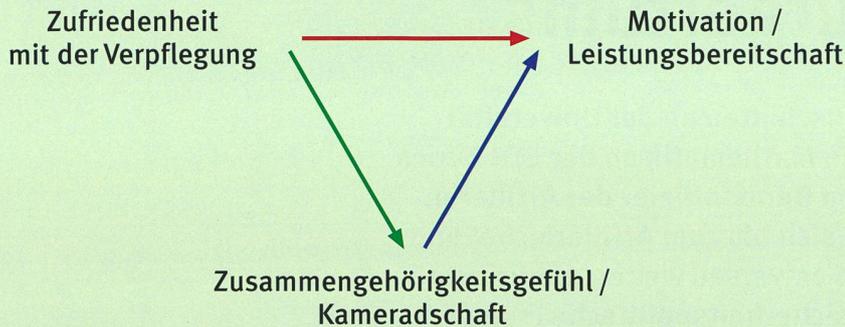
Allerdings geht der Stellenwert des Essens und Trinkens über die einfache Zufuhr von Energie und Nährstoffen hinaus. Das Essen ist direkt mit unseren Emotionen und mit unserer Kultur verbunden. Wecken die am Anfang dieses Textes

Asterix als Legionär.

www.pdfdrive.com



### Im Projekt untersuchte Zusammenhänge



Grafik: Autoren

aufgeführten Speisen bei Ihnen nicht bestimmte Gefühle oder bestimmte Erinnerungen? Je nachdem, welche Erfahrungen Sie gemacht haben, verbinden Sie unterschiedliche Vorstellungen und Erwartungen an ein Gericht. Gewisse Mahlzeiten werden ganz klar mit konkreten Ereignissen in Verbindung gebracht, beispielsweise das jährliche Familienfest oder das Geschäftsessen mit Kunden. Damit ist Essen und Trinken zugleich eine sehr individuelle als auch eine sehr kollektive Tätigkeit. Über das Essen fühlen wir uns zugehörig, etwa zu unserer Familie oder unserer Kultur. Das Essen bietet jedoch auch die Möglichkeit, sich selbst zu verwirklichen, beispielsweise indem man neue Rezepte ausprobiert oder eine bestimmte Diät oder einen spezifischen Essensstil verfolgt. Betrachtet man die Bedürfnispyramide von Maslow, so wäre es verfehlt, das Essen und Trinken nur den physiologischen Bedürfnissen zuzuordnen.

Genau diese Eigenschaft der Verpflegung gilt es auch im militärischen Alltag zu berücksichtigen. Da die Wahl, was, wo, wann und mit wem gegessen wird – anders als im zivilen Leben – im Dienst sehr eingeschränkt ist. Welche Auswirkungen hat dies auf den Militäralltag? Was bewirkt die Verpflegung im Dienst, neben der notwendigen Energiezufuhr, noch?

### Verpflegung im Fokus – mit neuen Schwerpunkten

Ein Forschungsprojekt der Dozentur Militärsoziologie der Militärakademie (MILAK) an der ETH Zürich untersucht aktuell die Bedeutung der Verpflegung im Militärdienst, abgesehen von Energie- und Nährwerten. Bislang gibt es kei-

ne Studien, die diese Themen im militärischen Umfeld konkret unter die Lupe genommen haben.

Als erstens geht es darum zu untersuchen, was die Zufriedenheit mit der Verpflegung der AdA beeinflusst. Sind alle Armeeinghörige gleichermaßen zufrieden oder unterscheiden sie sich beispielsweise aufgrund persönlicher Eigenschaften, wie der Bildung oder dem Einkommen? Auch die Herkunft aus den verschiedenen Sprachregionen oder Kulturen (zu erwähnen sind AdA mit Migrationshintergrund) mag die Beurteilung der Verpflegung mitbeeinflussen, genauso wie das Geschlecht. Erwiesenermaßen befolgen nämlich Frauen häufiger als Männer eine spezielle Diät oder einen Essensstil und beschäftigen sich intensiver mit ihrer Ernährung.<sup>3</sup> Dieser Aspekt kann relevant sein, wenn es darum geht, den Frauenanteil in der Armee zu erhöhen.

Zweitens beleuchtet das Forschungsprojekt den Zusammenhang zwischen der Verpflegung während des Dienstes und der Leistungsbereitschaft der AdA. Gerade im militärischen Umfeld kommt dem Essen und Trinken eine besondere Bedeutung zu. Verschiedene Studien zeigen, dass Rekruten, die stärker unter dem Stress und der Belastung des Dienstes leiden, häufiger zu ungesunden Snacks und Zwischenmahlzeiten greifen. Das Essen wurde für sie zu einer der wenigen selbstbestimmten Handlungen im Armeedienst und verhalf den AdA, die Mühen des Dienstes zu bewältigen.<sup>4</sup> Im Allgemeinen geht man davon aus, dass die Verpflegung positive Emotionen wecken kann, was wiederum die Leistungsbereitschaft und Disziplin erhöht. Ein Grund dafür ist, so die Vermutung, der gemeinschaftliche Charakter des Essens und Trinkens. Die gemeinsamen Mahlzeiten helfen, die ei-

genen Probleme und Schwierigkeiten mit anderen zu teilen und zu lösen.

Drittens wird im Projekt deshalb der Einfluss der Verpflegung auf die Kameradschaft im Dienst erforscht. Das Zusammensein bei Speis und Trank wirkt verbindend, der dabei stattfindende Austausch schafft Nähe. Allein schon die Tatsache, dass alle das Gleiche verspeisen und zur selben Zeit essen, kann eine gewisse Identität und Zugehörigkeit erzeugen. Nicht von ungefähr stammt das Wort «Kompanie» von «Kumpane» ab, was wiederum vom Lateinischen «cum panis» = «mit Brot» entstanden ist. Eine Kompanie besteht somit im wörtlichen Sinne aus Personen, die «gemeinsam Brot» zu sich nehmen.

Um diese drei Schwerpunkte in der Schweizer Armee analysieren zu können, werden zurzeit Einzelinterviews an verschiedenen Rekrutenschulen durchgeführt. Anschliessend ist eine Befragung bei allen Rekruten eines RS-Starts geplant. Die Erkenntnisse fliessen unter anderem in eine wissenschaftliche Qualifikationsarbeit im Rahmen einer Dissertation ein. ■

- 1 Blunier, Reto (2020), Schweizer Bauer, 26. Juni 2020, Soldaten sollen weniger Fleisch essen, online unter: <http://preview.schweizerbauer.ch/politik-wirtschaft/agrarpolitik/soldaten-sollen-weniger-fleisch-essen-58208.html> (zuletzt abgerufen am: 7.9.2020).
- 2 Moody, Stephen (2020): Feeding the US Military: The Development of Military Rations. In: Meiselman, Herbert L. (Edit.). Handbook of Eating and Drinking. Interdisciplinary Perspectives. Cham: Springer, 1055-1068.
- 3 menuCH (2017): Nationale Ernährungserhebung, Anthropometric characteristics and indicators of eating and physical activity behaviors in the Swiss adult population. Results from menuCH 2014–2015, Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen, Bundesamt für Gesundheit.
- 4 Schei, Edvin (1995): Sweet comfort: Changes in food habits during military service, The European Journal of Public Health 5 (2). 97-102.



Stefano De Rosa  
MA  
Hochschulpraktikant für Studienreihe «Sicherheit» MILAK an der ETH 8903 Birmensdorf ZH



Tibor Szvircev Tresch  
Dr.  
Dozent Dozentur Militärsoziologie MILAK/ETH Zürich 8903 Birmensdorf ZH