

1.

Ernährungstrends seit 1987: Zunahme bei ausgewogener Ernährung, Nutzung von Bio-Angeboten und Kauf von höherwertigen Ölen

Die Ernährungsgewohnheiten ändern sich, die österreichische Bevölkerung versucht, sich deutlich gesünder und ausgewogener zu ernähren. Nahezu alle abgefragten Verhaltensaspekte legen im Langzeittrend seit 1987 deutlich zu, lediglich der Konsum von Milchprodukten nahm ab. Der Verzehr von frischem Obst und Gemüse steht an der Spitze der Verhaltensweisen, die ausgewogene Ernährung nahm in den letzten Jahrzehnten als Grundsatz bei der Ernährung am deutlichsten zu.

2.

Frühstück ist die wichtigste Mahlzeit – gefolgt vom Mittagessen

47 Prozent der Österreicher:innen halten das Frühstück für die wichtigste Mahlzeit, etwa ein Fünftel für die zweitwichtigste Nahrungs-zufuhr. Danach folgt das Mittagessen, für mehr als ein Drittel ist dies die Nummer 1 unter den Mahlzeiten. Interessanterweise haben in dieser Abfrage die Zwischenmahlzeiten und auch das Abendessen nahezu keine Bedeutung.

3.

Drei Fünftel der Österreicher:innen kochen zumindest dreimal in der Woche – Junge Männer sind häufig "Kochasketen"

28 Prozent der österreichischen Bevölkerung kochen zumindest einmal täglich, sechs Prozent sogar mehrmals am Tag. Rund ein Fünftel der Bevölkerung sind Kochasketen, vor allem Männer greifen weniger häufig zum Kochlöffel. In der männlichen Bevölkerungsgruppe ist es sogar jeder Dritte, der nicht in der Küche anzutreffen ist, unter den jüngeren Männern im Alter von 16 bis 34 Jahren ist dieser Anteil noch größer (40 Prozent).

Dokumentation

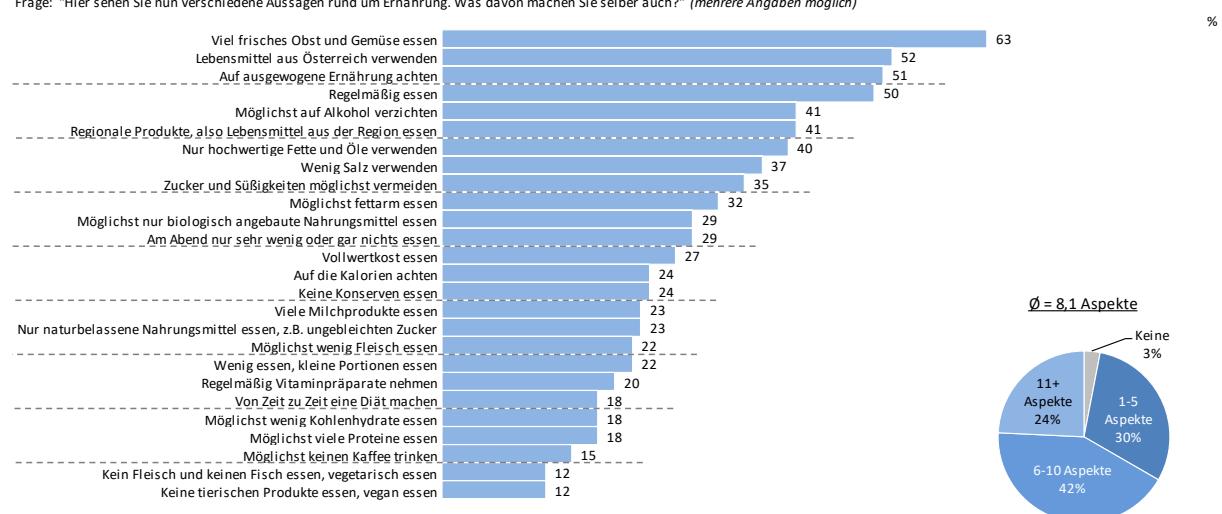
Zeitraum der Umfrage: 24. September – 16. Oktober 2025

Sample: n=1.008 Personen, statistisch repräsentativ für die österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren, Quotaauswahl, face-to-face, Mehr-Themen-Umfrage, IMAS International Eigenstudie

Archiv-Nummer der Umfrage: 025101

Ernährungsgewohnheiten

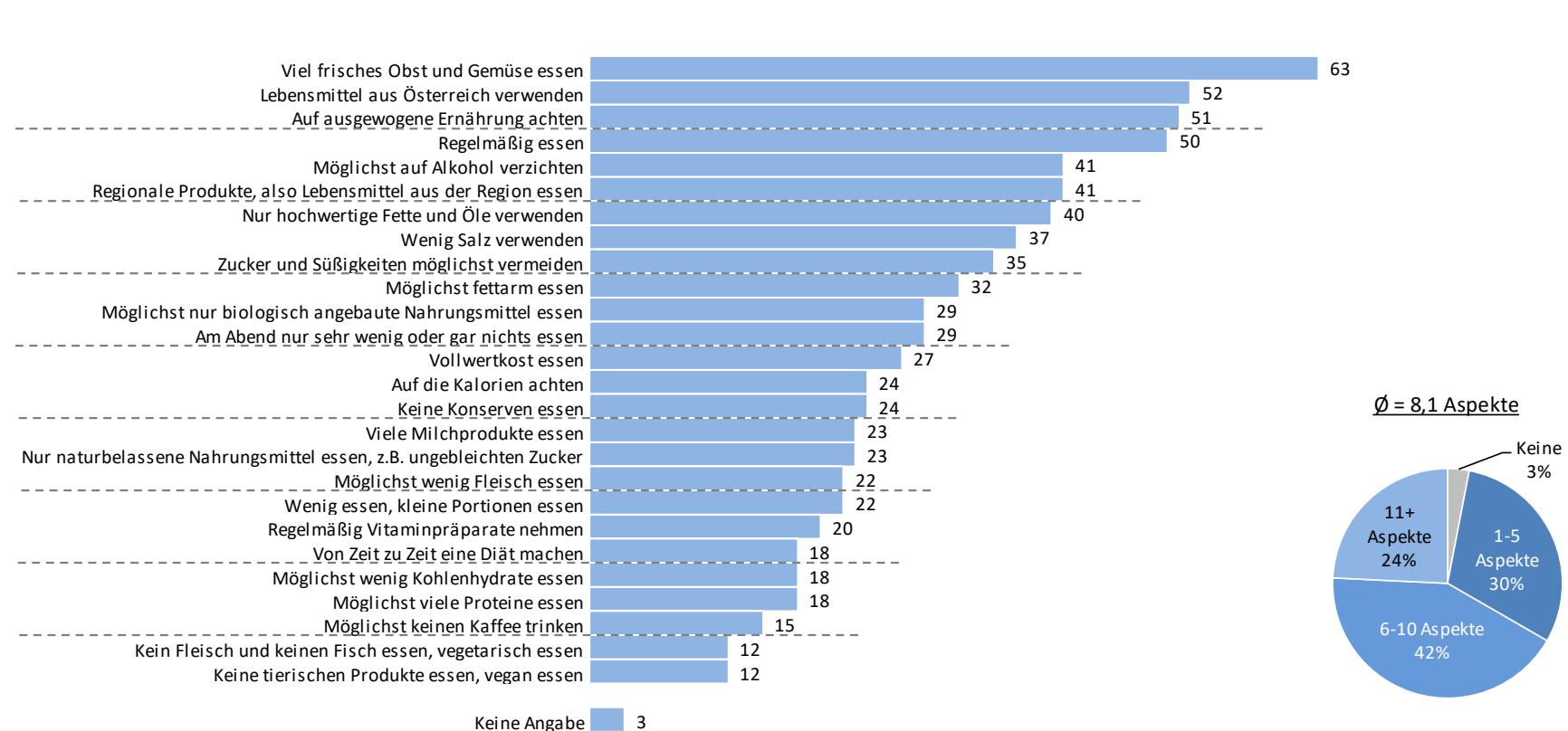
Frage: "Hier sehen Sie nun verschiedene Aussagen rund um Ernährung. Was davon machen Sie selber auch?" (mehrere Angaben möglich)



Ernährungsgewohnheiten

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

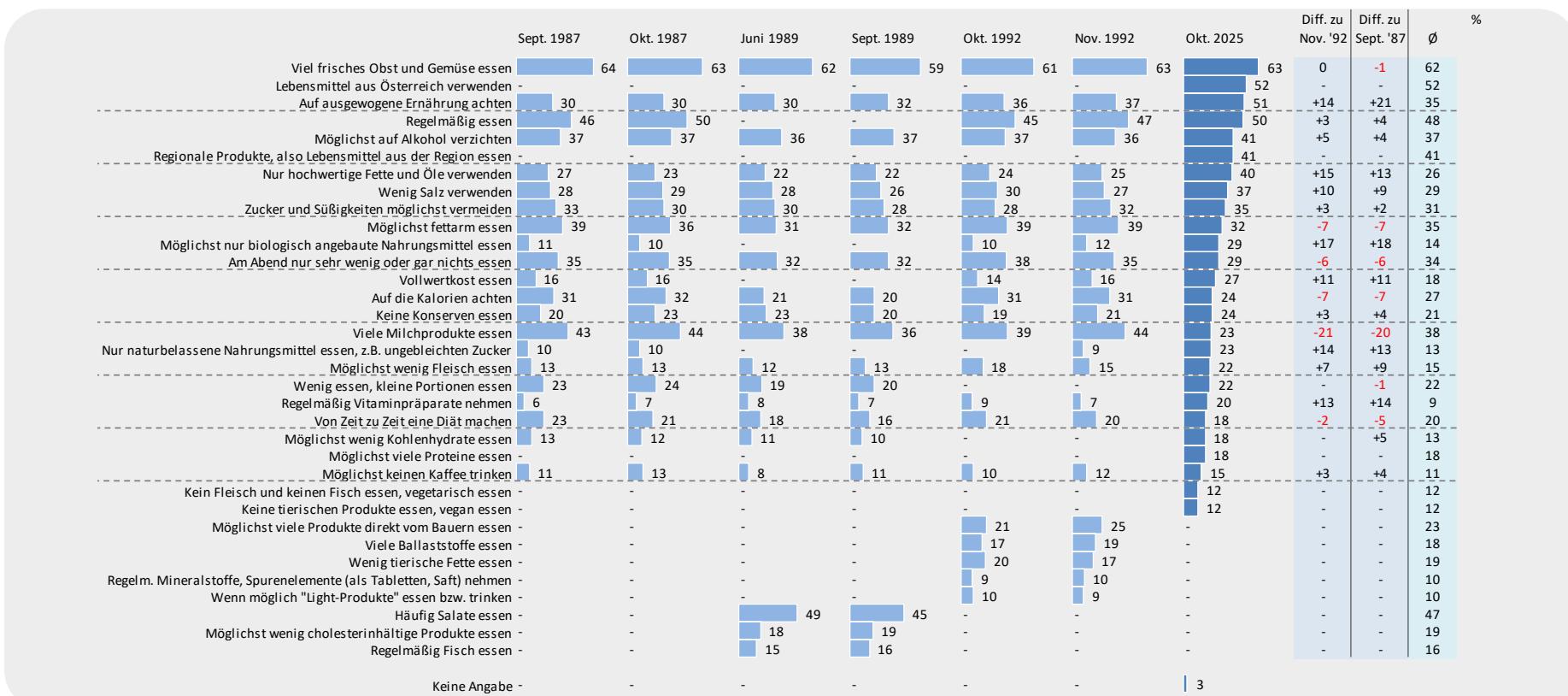
Frage: "Hier sehen Sie nun verschiedene Aussagen rund um Ernährung. Was davon machen Sie selber auch?" (mehrere Angaben möglich)



Ernährungsgewohnheiten – Trend

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

Frage: "Hier sehen Sie nun verschiedene Aussagen rund um Ernährung. Was davon machen Sie selber auch?" (mehrere Angaben möglich)

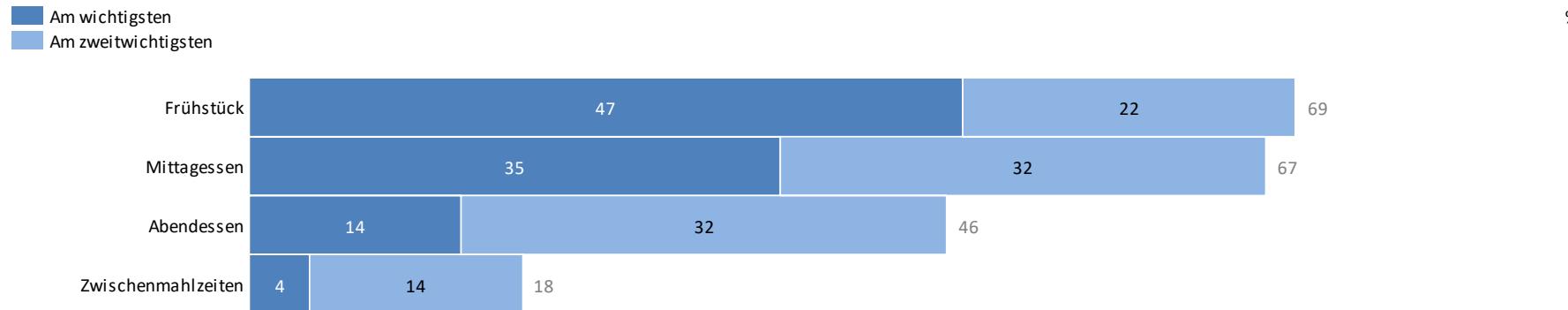


-) wurde nicht abgefragt!

Wichtigste und zweitwichtigste Mahlzeit des Tages

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

Frage: "Welche der Mahlzeiten ist Ihnen eigentlich am wichtigsten, welche am zweitwichtigsten?"





Häufigkeit des Kochens

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

Frage: "Wenn Sie nun bitte an eine durchschnittliche Woche denken. Wie häufig kochen Sie pro Woche selbst frische Gerichte zu Hause?"

