

# Das Küchentagebuch in der *Zu gut für die Tonne!*-App

## Allgemeines

### Von wem ist das Küchentagebuch entwickelt worden?

Das Küchentagebuch wurde im Rahmen des Dialogforums private Haushalte 2.0 von Slow Food Deutschland und der Technischen Universität Berlin in enger Zusammenarbeit mit dem Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) entwickelt und im Januar 2025 in die bestehende *Zu gut für die Tonne!*-App integriert.

### Was ist das Küchentagebuch?

Mit der neuen App-Funktion, dem Küchentagebuch, können Nutzerinnen und Nutzer ihre Lebensmittelabfälle direkt in der App erfassen. Außerdem können sie persönliche Reduzierungsziele festlegen, statistische Auswertungen und personalisierte Tipps erhalten und an Mitmach-Aktionen teilnehmen. Dadurch werden sie für Lebensmittelabfälle in ihrem Haushalt sensibilisiert und motiviert, diese zu reduzieren. Erfolge wie regelmäßiges Messen oder die aktive Teilnahme an Mitmach-Aktionen werden zudem mit Abzeichen belohnt.

### Warum gibt es das Küchentagebuch?

Etwa 58 Prozent der Lebensmittelabfälle in Deutschland entstehen in privaten Haushalten. Das sind rund 74,5 Kilogramm pro Kopf und Jahr. Das Messen und Dokumentieren von Lebensmittelabfällen helfen App-Nutzerinnen und -Nutzern, sich einen Überblick über die Menge und Ursachen ihrer Lebensmittelabfälle zu verschaffen und bewusster mit ihren Lebensmitteln umzugehen. Mithilfe der Auswertungen und personalisierten Tipps der App können sie gezielt Maßnahmen ergreifen, um ihre Abfälle zu reduzieren.

### Warum sollte ich die App benutzen?

Die *Zu gut für die Tonne!*-App hilft, Lebensmittelabfälle im Alltag ganz einfach zu reduzieren. Die App enthält nicht nur mehr als 800 Rezepte, mit denen sich Reste und übriggebliebene Zutaten sinnvoll verwerten lassen, sondern auch wertvolle Tipps zur Einkaufsplanung, richtigen Lagerung und Haltbarkeit von Lebensmitteln. Das spart nicht nur Geld, sondern schont auch die Umwelt. Mit dem neu integrierten **Küchentagebuch** können Nutzerinnen und Nutzer zudem ihre Lebensmittelabfälle erfassen und ihre Reduzierungserfolge beobachten. Zusätzlich unterstützen Nutzerinnen und Nutzer die Wissenschaft dabei herauszufinden, welche Maßnahmen gegen Lebensmittelabfälle wirklich helfen.

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Landwirtschaft, Ernährung  
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Das Dialogforum private Haushalte 2.0 wird im Rahmen der Nationalen Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung durch das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) gefördert. Es arbeitet eng mit der BMLEH-Initiative *Zu gut für die Tonne!* zusammen.

Die Projektträgerschaft erfolgt über die Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) über den Zeitraum Oktober 2023 bis September 2026. Das Dialogforum wird von Slow Food Deutschland zusammen mit dem Fachgebiet Bildung für Nachhaltige Ernährung und Lebensmittelwissenschaft der TU Berlin durchgeführt.



Slow Food  
Deutschland



# Das Küchentagebuch in der *Zu gut für die Tonne!*-App

## Installation & Nutzung

### Wie kann ich die App mit dem Küchentagebuch installieren?

Wer das Küchentagebuch nutzen möchte, muss sich nur die kostenlose *Zu gut für die Tonne!*-App herunterladen bzw. die bereits installierte App aktualisieren. Wichtig dabei: Die App ist nur mit iPhone, iPod touch und iPad ab iOS 13.0 sowie mit Android-Smartphones und Tablets ab Android 10 kompatibel. Besitzerinnen und Besitzer älterer Versionen können die **Browser-Variante** nutzen.

### Wie funktioniert das Küchentagebuch?

Als ersten Schritt melden sich Nutzerinnen und Nutzer in der *Zu gut für die Tonne!*-App über den Menüpunkt „Tagebuch“ für das Küchentagebuch an. Sie erhalten dann ihren Zugang als persönlichen QR-Code oder ihre Login-Daten einmalig per Mail mit der Empfehlung diese zu speichern. Diese Zugangsdaten ermöglichen, sich später auf einem neuen oder anderen Gerät anzumelden, ohne bereits im Küchentagebuch vorgenommene Einträge zu verlieren. Ansonsten bleiben sie auf ihrem Gerät angemeldet. Während der Einführung werden Nutzerinnen und Nutzer wichtige Funktionen und Features des Küchentagebuchs erklärt.

### Brauche ich Internet, um die App zu benutzen?

Wir empfehlen die Nutzung des Internets (WLAN oder mobile Daten, kein Flugmodus), damit alle Funktionen der *Zu gut für die Tonne!*-App inklusive des Küchentagebuchs genutzt werden können.

### Warum funktioniert die App nicht?

Das kann an der Version des Betriebssystems liegen. Die *Zu gut für die Tonne!*-App ist kompatibel mit iPhones, iPods und iPads ab iOS 13.0 sowie Android-Smartphones und Tablets ab Android 10. Besitzerinnen und Besitzer von Geräten einer älteren Version können stattdessen die **Browser-Variante** verwenden.

## Lebensmittelabfälle dokumentieren

### Muss jedes Lebensmittel immer einzeln eingetragen werden?

Ja, die Lebensmittel müssen immer einzeln eingetragen werden, um eine möglichst genaue Erfassung zu ermöglichen. Durch regelmäßige Nutzung des Küchentagebuchs entwickelt sich eine Routine, sodass das Eintragen mit der Zeit schneller geht. Für Speisereste, bei denen sich die Lebensmittel nicht mehr einzeln trennen lassen, kann die Kategorie „Speisereste“ genutzt werden.

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Landwirtschaft, Ernährung  
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Das Dialogforum private Haushalte 2.0 wird im Rahmen der Nationalen Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung durch das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) gefördert. Es arbeitet eng mit der BMLEH-Initiative *Zu gut für die Tonne!* zusammen.

Die Projektträgerschaft erfolgt über die Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) über den Zeitraum Oktober 2023 bis September 2026. Das Dialogforum wird von Slow Food Deutschland zusammen mit dem Fachgebiet Bildung für Nachhaltige Ernährung und Lebensmittelwissenschaft der TU Berlin durchgeführt.



Slow Food  
Deutschland



# Das Küchentagebuch in der *Zu gut für die Tonne!*-App

## Muss ich Verpackungsabfälle (z. B. Plastik oder Karton) auch eintragen?

Nein, im Küchentagebuch werden ausschließlich Lebensmittelabfälle erfasst. Verpackungsmaterialien wie Plastik oder Karton gehören nicht dazu.

## Was bedeuten die Angaben „Mein Abfall ist ... mit Schalen/Knochen etc.“?

Die Unterscheidung von Lebensmittelabfällen hilft dabei, die Ursachen von Abfällen besser zu verstehen. Die Angaben „**essbar/nicht essbar**“ und „**unvermeidbar/vermeidbar**“ bieten dafür einen guten Ansatz. Beispielsweise sind Knochen nicht essbar und daher unvermeidbar. Lebensmittelabfälle **mit Schalen oder Knochen** sind zum Beispiel ein ganzer Apfel oder eine Hähnchenkeule. **Nur Schalen oder Knochen** bedeuten hingegen, dass lediglich die Schale des Apfels oder die Knochen der Hähnchenkeule entsorgt wurden. **Ohne Schalen oder Knochen** beschreibt Lebensmittelabfälle, wie etwa das Fruchtfleisch eines geschälten Apfels oder das Fleisch einer Hähnchenkeule ohne Knochen. Die genaue Erfassung dieser Kategorien ermöglicht ein besseres Verständnis des eigenen Abfallverhaltens.

## Warum kann ich nicht angeben, dass Lebensmittel auf dem Kompost landen oder an meine Haustiere verfüttert werden? (Das ist doch kein Abfall, oder?)

Auch wenn Lebensmittel kompostiert oder an Haustiere verfüttert werden, gelten sie als Abfall, da sie nicht mehr für den menschlichen Verzehr genutzt werden. Ziel des Küchentagebuches ist es, die Menge an Lebensmitteln zu erfassen und einen bewussteren Umgang mit Lebensmitteln zu fördern – unabhängig davon, ob sie entsorgt oder auf andere Weise weiterverwendet werden.

## Mitmach-Aktionen

### Was sind Mitmach-Aktionen?

In der App werden immer wieder Mitmach-Aktionen angeboten, zu denen sich Nutzerinnen und Nutzer anmelden können. Während der Teilnahme müssen bestimmte Aufgaben erfüllt werden. Die Aktionen bestehen typischerweise aus einer siebentägigen Messphase, in der die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre Lebensmittelabfälle messen und in das Küchentagebuch eintragen. Danach folgen bestimmte Aufgaben oder Aktionen – zum Beispiel Informationsmaterialien ansehen oder an einer Online- oder Vor-Ort-Veranstaltung teilnehmen. Zum Schluss erfolgt eine erneute Messphase. Jede Mitmach-Aktion wird ausführlich beschrieben. Zum Teil gibt es auch kleine Belohnungen zu gewinnen.

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Landwirtschaft, Ernährung  
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Das Dialogforum private Haushalte 2.0 wird im Rahmen der Nationalen Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung durch das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) gefördert. Es arbeitet eng mit der BMLEH-Initiative *Zu gut für die Tonne!* zusammen.

Die Projektträgerschaft erfolgt über die Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) über den Zeitraum Oktober 2023 bis September 2026. Das Dialogforum wird von Slow Food Deutschland zusammen mit dem Fachgebiet Bildung für Nachhaltige Ernährung und Lebensmittelwissenschaft der TU Berlin durchgeführt.



Slow Food®  
Deutschland



# Das Küchentagebuch in der *Zu gut für die Tonne!*-App

## Wie kann ich an Mitmach-Aktionen teilnehmen?

Interessierte können sich direkt über die App für eine Mitmach-Aktion anmelden. Die Teilnahme an mehreren Aktionen gleichzeitig ist nicht möglich. Die Mitmach-Aktionen unterstützen das BMLEH und das Dialogforum private Haushalte 2.0 dabei, wirksame Maßnahmen und Strategien gegen Lebensmittelverschwendung zu entwickeln und zu verbessern. Auch andere Akteure können auf Anfrage (per E-Mail an [dialogforum@slowfood.de](mailto:dialogforum@slowfood.de)) eigene Mitmach-Aktionen in der App anbieten.

## Datensicherheit

### Was passiert mit meinen Daten?

Das Küchentagebuch funktioniert gänzlich ohne personenbezogene Daten der Nutzerinnen und Nutzer. Das heißt, Informationen wie Namen oder Adressen sowie Daten, die eine Rückverfolgbarkeit auf Personen ermöglichen, werden nicht abgefragt. Die Daten der integrierten Umfrage zum Einkaufsverhalten, zur Lagerung und dem eigenen Umgang mit Lebensmitteln werden von der Technischen Universität Berlin ausschließlich **anonymisiert** gespeichert und für Forschungszwecke genutzt. Das bedeutet, dass kein Bezug zwischen Haushalt und den erhobenen Daten möglich ist. Die Ergebnisse der Studie werden ausschließlich in anonymisierter Form, d.h. ohne Verweis auf Einzelpersonen und Einzelhaushalt, öffentlich verfügbar gemacht. Mit der Teilnahme an der Umfrage können somit wichtige Erkenntnisse für neue Strategien gegen Lebensmittelverschwendung herausgefunden werden.

### Sind meine Daten sicher? Wie lange werden meine Daten gespeichert?

Die Daten werden auf gesicherten Servern der Technischen Universität Berlin gespeichert und bis zu fünf Jahre nach dem Ende des „Dialogforum private Haushalte 2.0“-Projekts (Oktober 2026) aufbewahrt. Danach werden sie sicher und unwiderruflich gelöscht, sofern keine gesetzlichen Aufbewahrungsfristen dies verlängern.

### An wen kann ich mich bei weiteren Fragen wenden?

Wenn darüber hinaus noch Fragen zum Küchentagebuch und der *Zu gut für die Tonne!*-App bestehen, melden Sie sich gerne bei uns unter [kontakt@zugutfuertonne.de](mailto:kontakt@zugutfuertonne.de).

Stand: Juli 2025

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Landwirtschaft, Ernährung  
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Das Dialogforum private Haushalte 2.0 wird im Rahmen der Nationalen Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung durch das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) gefördert. Es arbeitet eng mit der BMLEH-Initiative *Zu gut für die Tonne!* zusammen.

Die Projektträgerschaft erfolgt über die Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) über den Zeitraum Oktober 2023 bis September 2026. Das Dialogforum wird von Slow Food Deutschland zusammen mit dem Fachgebiet Bildung für Nachhaltige Ernährung und Lebensmittelwissenschaft der TU Berlin durchgeführt.



Slow Food®  
Deutschland

