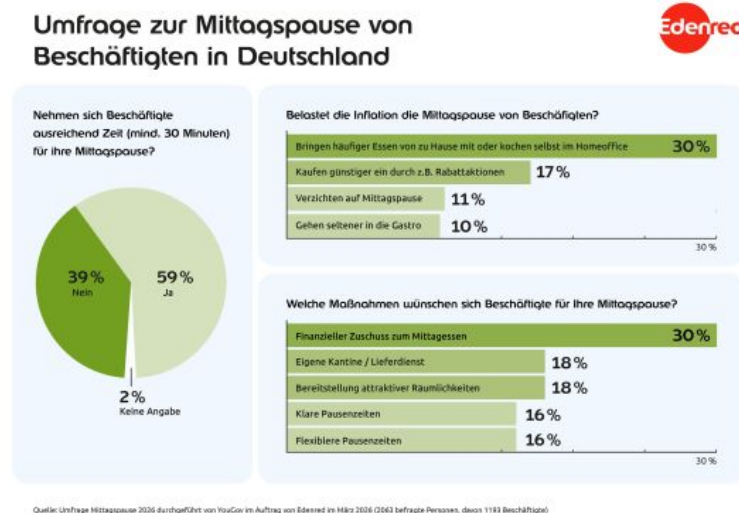


Inflation lässt Mittagspause zur Budgetfrage werden

29.04.2026, 09:57 | Handel, Wirtschaft, Finanzen, Banken & Versicherungen

Pressemitteilung von: *Edenred Presse*



Umfrage zur Mittagspause von Beschäftigten in Deutschland

Für Beschäftigte wird die Mittagspause zur Budgetfrage. Rund zwei Drittel spüren die Auswirkungen der Inflation ganz konkret beim Mittagessen. Das ist das Ergebnis einer YouGov-Befragung von 1.193 Erwerbstätigen in Deutschland, durchgeführt im Auftrag von Edenred zum diesjährigen Tag der Arbeit.

Die steigenden Preise zwingen Beschäftigte zum Sparen – oft auch zulasten der Mittagspause. 68 Prozent schränken ihr Mittagessen ein: 30 Prozent bringen häufiger Essen von zu Hause mit, 17 Prozent kaufen günstiger ein, 11 Prozent verzichten sogar ganz auf ein Mittagessen und etwa zehn Prozent nutzen seltener gastronomische Angebote. Seit 2020 stiegen die Lebensmittelpreise um rund 34 Prozent und die Gastronomiepreise um rund 27 Prozent (Destatis 2026).

Viele Erwerbstätige gönnen sich zudem nach wie vor zu wenig Erholung. Dies zeigt sich darin, dass nur sechs von zehn Beschäftigten eine hinreichende Mittagspause von mindestens 30 Minuten einlegen.

Die Mittagspause wirkt – wenn man sie wirken lässt

Dabei ist die Mittagspause in einer von höheren Anforderungen und steigenden Preisen geprägten Arbeitswelt ein wirksamer Hebel. Gut gestaltet, stärkt sie Gesundheit, Miteinander und Leistung. Studien verweisen auf Produktivitätsgewinne von bis zu 20 Prozent (ILO 2005: Food at Work).

Was Beschäftigte sich wünschen und wie Arbeitgeber unterstützen können

Als wirksamste Maßnahme gegen die Belastung nennen die Befragten einen finanziellen Zuschuss zum Mittagessen (rund 30 Prozent). Ein bewährtes Instrument sind hier Essensgutscheine. Ebenfalls häufig genannt werden eigene Kantinen- oder Lieferangebote sowie attraktive Aufenthaltsräume. Zudem wünschen sich viele Befragte klare bzw. flexiblere Pausenzeiten.

Für zu viele Erwerbstätige ist die Mittagspause zu kurz und eine finanzielle Belastung. Essenszuschüsse sind ein einfacher und flexibler Weg, die Pausenkultur zu stärken – sowohl im Büro als auch im Home-Office“, sagt Nicole Mantow, Geschäftsführerin von Edenred Deutschland.

Politische Handlungsempfehlung: Steuerrecht für Essenszuschüsse modernisieren

„Damit Essenszuschüsse im Alltag wirken können, müssen die Regeln zur realen Arbeitswelt passen. Beschäftigte sollten für mehrere Tage einkaufen können, die rechtliche Beschränkung von einem Essensgutschein pro Tag gehört abgeschafft“, sagt Fried-Heye Allers, Director Public Affairs bei Edenred Deutschland.

Die neuen Zahlen zeigen: Die Mittagspause ist nicht nur „nice to have“, sondern ein wichtiger Moment im Arbeitstag sowie ein maßgeblicher Bestandteil guter Arbeitsbedingungen. Daher sollte die Mittagspause zeitgemäß gestaltet werden: flexibel, gesundheitsfördernd und sozial.

Methodik und Fragen

- **Methodik**

Repräsentative Online-Befragung von YouGov im Auftrag von Edenred im März 2026.

n = 2.063 Personen gesamt, davon n = 1.193 Erwerbstätige in Deutschland.

Rundungsdifferenzen möglich.

- **Fragen**

1. Nehmen Sie sich ausreichend Zeit (min. 30 Min.) für Ihre Mittagspause in Ihrem Arbeitsalltag?
2. Wenn Sie an die letzten 12 Monate denken: Hat sich die Inflation auf Ihr Mittagessen während Ihrer Mittagspause ausgewirkt?
3. Welche dieser möglichen Maßnahmen Ihres Arbeitgebers würden Ihnen dabei helfen, eine gute Mittagspause zu haben?

Edenred Deutschland GmbH

Claudius-Keller-Strasse 3c
81669 München
Deutschland

PeterHammer (Senior Public Affairs Manager)

+49 (0) 176 1888 7351

Peter.hammer@edenred.com

www.edenred.de

Portrait

Über Edenred

Edenred ist führender Anbieter digitaler Plattformen für Dienstleistungen und Zahlungen und der tägliche Begleiter für Menschen bei der Arbeit. In Deutschland ist Edenred der führende Anbieter von Gutscheinen und Gutscheinkarten zur Motivation, Belohnung und Bindung von Mitarbeitenden.

Das Unternehmen wurde 1962 gegründet und hat seinen Hauptsitz in Frankreich. Mit weltweit 12.000 Mitarbeitenden bringt Edenred 60 Millionen Nutzer:innen und mehr als zwei Millionen Partnerunternehmen in 45 Ländern mit über einer Million Firmenkund:innen zusammen. In Deutschland sind an den Standorten München, Berlin und Wiesbaden rund 180 Mitarbeitende tätig.

Das Portfolio der Edenred Group umfasst zweckgebundene Zahlungslösungen für Lebensmittel (z. B. Essensgutscheine), Incentives (z. B. Geschenkgutscheine, Plattformen für Mitarbeitendenengagement), Mobilität (z. B. für die Bereiche Multi-Energie, Wartung, Maut- und Parkgebühren sowie Lösungen für Pendler:innen) und Zahlungen im Business-Umfeld (z. B. virtuelle Karten). In Deutschland werden flexible Benefits für den steuerfreien 50-Euro-Sachbezug sowie den steuerbegünstigten Verpflegungszuschuss angeboten. Sie steigern das Wohlbefinden und die Kaufkraft der Mitarbeitenden spürbar und erhöhen gleichzeitig die Attraktivität des Unternehmens im Rennen um wertvolle Talente.

Im Jahr 2024 erzielte die Gruppe weltweit einen Umsatz von rund 49 Milliarden Euro, der in erster Linie durch mobile Apps, Online-Plattformen und das Kartengeschäft generiert wurde. Edenred ist an der Euronext-Börse in Paris notiert und in den folgenden Indizes vertreten: CAC Next 20, CAC Large 60, Euronext 100, Euronext Tech Leaders, FTSE4Good, DJSI Europe Index and DJSI World Index.

Weitere Informationen finden Sie auf www.edenred.de

Folgen Sie Edenred Deutschland auf Twitter und Instagram: @Edenred_D, #edenredgermany

Die im Presstext erwähnten und verwendeten Marken und Logos sind von EDENRED S.A., Filialbetrieben oder Dritten geführte und eingetragene Markenzeichen. Sie dürfen nicht ohne schriftliche Einverständniserklärung der rechtmäßigen Besitzer zu kommerziellen Zwecken verwendet werden.

News-ID: 1310411 • Views: 225 (Stand: 26.09.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1310411/Inflation-laesst-Mittagspause-zur-Budgetfrage-werden.html>