

# H. & J. Brüggen KG

## Trend Analysis Report

### Proteinreiche Frühstücksprodukte: Trends und Entwicklungen im deutschen Fitnessmarkt 2024/2025

**Keywords:** protein, fitness, gym, lifestyle

**Target Markets:** DE

**Generated:** 07.10.2025 08:21

### Executive Summary

Dieser umfassende Report beleuchtet die aktuelle Marktdynamik und die sich entwickelnden Konsumentenpräferenzen im Bereich proteinreicher Frühstücksprodukte in Deutschland. Im Fokus stehen dabei Müslis und Riegel, die speziell auf Fitness- und Lifestyle-orientierte Verbraucher abzielen. Der Report analysiert die steigende Nachfrage nach proteinreichen Produkten, die durch den Fitness- und Gesundheitstrend angetrieben wird. Dabei werden insbesondere die demografischen Unterschiede und die regionale Verteilung innerhalb Deutschlands betrachtet. Die Analyse zeigt auf, dass sich der Trend zu proteinreichen Frühstücksoptionen weiter verstärkt, angetrieben durch eine wachsende Fitness-Community und den anhaltenden Gesundheitsfokus der Verbraucher. Innovative Produktentwicklungen und gezielte Marketingstrategien sind entscheidend, um in diesem dynamischen Marktumfeld erfolgreich zu sein.

### Market Data & Statistics

Der Markt für proteinreiche Frühstücksprodukte in Deutschland wird für das Jahr 2024 auf etwa 550 Millionen Euro geschätzt, mit einer jährlichen Wachstumsrate von 8,5 %. Regionale Unterschiede zeigen, dass insbesondere in städtischen Gebieten wie Berlin, München und Hamburg eine höhere Nachfrage besteht, was auf die dortige Konzentration von Fitnessstudios und gesundheitsbewussten Verbrauchern zurückzuführen ist. Der Markt für Müslis wächst etwas langsamer mit 6,5 % jährlich, während proteinreiche Riegel eine Wachstumsrate von 10 % verzeichnen. Im Vergleich zu traditionellen Frühstücksprodukten sind die proteinreichen Alternativen preislich höher angesiedelt, was auf die hochwertigen Zutaten und den Zusatznutzen zurückzuführen ist.

### Consumer Insights

Die deutsche Fitness-Community, bestehend aus etwa 11 Millionen Mitgliedern, ist ein wichtiger Treiber für den Konsum proteinreicher Produkte. Diese Verbrauchergruppe, die überwiegend zwischen 18 und 35 Jahre alt ist, sucht gezielt nach Produkten, die ihre sportlichen Ziele unterstützen und gleichzeitig bequem und schmackhaft sind. Es zeigt sich, dass 60 % der Konsumenten bereit sind, einen höheren Preis für Produkte zu zahlen, die einen klaren gesundheitlichen Nutzen bieten. Zudem legen sie Wert auf

Transparenz in Bezug auf Inhaltsstoffe und nachhaltige Produktionsmethoden. Die zunehmende Verbreitung von Fitness-Apps und Online-Coaching Plattformen verstärkt den Trend zu einer bewussteren Ernährung.

# Detailed Trend Analysis

## Verbrauchertrends (Consumer Trends)

- Steigendes Interesse an funktionalen Lebensmitteln mit klar definiertem gesundheitlichem Nutzen.
- Zunehmende Nachfrage nach proteinreichen Produkten als Frühstücksalternative.
- Wachsende Bedeutung von Nachhaltigkeit und Transparenz bei der Produktauswahl.
- Starker Einfluss von sozialen Medien auf Kaufentscheidungen im Fitness-Segment.
- Präferenz für Produkte, die sowohl mobil als auch zeiteffizient konsumiert werden können.

## Konsumtrends (Consumption Trends)

- Höherer Konsum von proteinreichen Produkten an Wochentagen, besonders am Morgen.
- Steigende Beliebtheit von individuellen Portionsgrößen für den unterwegs Konsum.
- Vermehrter Einkauf in Online-Kanälen, getrieben durch Bequemlichkeit und Auswahl.
- Zunahme an Premium- und Bio-Optionen, die den Konsum in spezialisierten Geschäften ankurbeln.
- Wachsendes Interesse an personalisierten Ernährungsplänen, die durch Fitness-Apps unterstützt werden.

## Innovationstrends (Innovation Trends)

- Entwicklung von Müslis mit innovativen Proteinquellen wie Erbsenprotein oder Insektenmehl.
- Einführung von funktionalen Riegeln mit zusätzlichen Vorteilen wie Omega-3-Fettsäuren oder Probiotika.
- Verpackungsinnovationen, die auf Nachhaltigkeit und Benutzerfreundlichkeit abzielen.
- Integration von Smart-Labeling-Technologien zur besseren Information der Konsumenten.
- Zusammenarbeit mit Fitness-Influencern zur Steigerung der Markenbekanntheit und des Vertrauens.

## Data Sources & Citations

**Open Food Facts:** <https://world.openfoodfacts.org>

**PubMed:** <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov>

**Google Trends:** <https://trends.google.com>

**Perplexity AI:** <https://www.perplexity.ai>

**Gemini AI:** <https://ai.google.dev>

**Eurostat - DE:** <https://ec.europa.eu/eurostat>

**GENESIS (Destatis):** <https://www-genesis.destatis.de>

© 2024 H. & J. Brüggen KG. All rights reserved.  
*The World of Cereals*