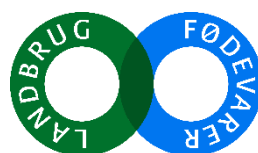


Analyse blandt daginstitutioner med madordninger

Rybner Analyse for Landbrug & Fødevarer og Mejeriforeningen, december 2025



MEJERIFORENINGEN



Indholdsfortegnelse

1. Indledning.....	3
1.1 Baggrund.....	3
1.2. Formål.....	3
1.3. Metodebeskrivelse.....	4
1.4. Om stikprøven: Daginstitutionerne i undersøgelsen	6
2. Konklusion.....	7
3. Rammerne for måltidet i daginstitutionerne	9
4. Om de madprofessionelle og måltidspolitikken	13
4.1 Allokering af timer til arbejdet i køkkenet	15
5. Kostenbefalinger til mad og måltider i daginstitutioner.....	22
5.1 Kendskab til 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner'	23
5.2 Kendskab til 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner' og brugen af anbefalinger krydset med uddannelsesniveaue og madpolitik.....	24
6. Evaluering af principper og råvarer for de fem fødevarergrupper	24
6.1 Grøntsager og frugter	26
6.1.2 Efterlevelse af anbefalinger for grøntsager og frugter.....	26
6.2 Bælgfrugter, fisk, kød og æg	30
6.2.1 Efterlevelse af anbefalinger for bælgfrugter, fisk, kød og æg	31
6.3 Kornprodukter og kartofler.....	38
6.3.1 Efterlevelse af anbefalinger for kornprodukter og kartofler	38
6.4 Fedtstoffer, nødder og frø.....	40
6.4.1 Efterlevelse af anbefalinger for fedtstoffer, nødder og frø	40
6.5 Mælkeprodukter og ost	46
6.5.1 Efterlevelse af anbefalingerne for mælkeprodukter og ost	47
7. Drikkevarer	49
8. Samlet tabeloversigt pr. måltid over alle fødevarergrupper	53
8.1 Morgenmåltidet.....	53
8.2 Formiddagsmåltidet	53
8.3 Frokostmåltidet.....	54
8.4 Eftermiddagsmåltidet.....	55
Bilag 1. Principper og råvareoversigt - 'Kostråd til Måltider'	56
Bilag 2. Spørgeskema	59

1. Indledning

1.1 Baggrund

Børn får dækket op til 70 pct. af deres energibehov i daginstitutionen¹. Det er derfor vigtigt, at daginstitutioners mad- og drikke tilbud er i overensstemmelse med de officielle anbefalinger, indeholder nok energi og har en god ernæringsmæssig sammensætning, så børnenes energi- og næringsstofbehov dækkes.

I over halvdelen af de danske daginstitutioner er der en madordning². De madprofessionelle spiller derfor en vigtig rolle i forhold til at introducere velsmagende og sund mad, der samtidig tager hensyn til klimaet. Kostrådene til de professionelle køkkener – Kostråd til Måltider - bygger på De officielle Kostråd. 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner' er udformet som en række principper inden for fem fødevarergrupper.

For hver fødevarergruppe er der nogle overordnede principper samt en model for, hvordan daginstitutionerne kan omsætte principperne til fem måltider. En råvareoversigt supplerer principperne, og giver anbefalinger til velegnede råvarer inden for hovedgrupperne³.

De fem fødevarergrupper er:

1. Grøntsager og frugter
2. Bælgfrugter, fisk, kød, æg
3. Kornprodukter, kartofler
4. Fedtstoffer, nødder og frø
5. Mælkeprodukter og ost

Landbrug & Fødevarer og Mejeriforeningen har igangsat et projekt, hvor formålet er at afdække, om daginstitutionernes mad og måltider lever op til de officielle anbefalinger fra Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri. Projektet giver desuden indsigt i rammerne omkring maden og måltiderne.

For at vurdere efterlevelsen af kostrådene, gennemføres der en markedsanalyse blandt daginstitutioner med madordninger. Vurderingen foretages med afsæt i de konkrete og officielle anbefalinger fra Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri, der har som mål at fremme sunde kostvaner, der også tager hensyn til klimaet.

1.2. Formål

Formålet med projektet er at undersøge, om daginstitutioner (vuggestuer, børnehaver og integrerede institutioner) med madordninger kender til og efterlever Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeris 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner'. Herudover berøres også rammerne for og organiseringen af maden og måltiderne i daginstitutioner. Dette handler bl.a. om opgavefordelinger i forbindelse med

¹ [Særligt om mad til børn i daginstitutioner - Fødevarestyrelsen](#)

² I forbindelse med Maddag 2023 gennemførte FOA en undersøgelse af madordninger i daginstitutioner på baggrund af anmodning om aktindsigt i samtlige 98 kommuner. Ud af besvarelser fra 3.500 institutioner havde 1.900 en madordning. Det svarer til 54% af daginstitutionerne. (<https://fagbladetfoa.dk/politik/bureaukratisk-gryderet-kommuner-siger-nej-til-afstemninger-om-mad-i-dagtilbud/>)

³ [Kostråd til Måltider i daginstitutioner - Fødevarestyrelsen](#)

måltiderne og de tildelte køkkenressourcer. Landbrug & Fødevarer og Mejeriforeningen ønsker med projektet at få klarlagt, om der er grundlag for en indsats, der kan understøtte daginstitutionernes arbejde med maden og måltiderne, så de i højere grad lever op til de officielle anbefalinger.

1.3. Metodebeskrivelse

Metode og stikprøve

Der er gennemført en kvantitativ spørgeskemaundersøgelse blandt et tilfældigt udsnit af daginstitutioner i Danmark. Undersøgelsen blev gennemført i perioden 28. oktober til 17. november 2025.

Der er i alt indsamlet 454 interviews fra institutioner med madordninger. Besvarelserne er fordelt med 13% vuggestuer, 9% børnehaver og 78% integrerede institutioner. Besvarelser fra vuggestuer og børnehaver er relativt lille, hvorfor resultaterne vedr. disse skal tolkes med varsomhed (signifikante forskelle kommenteres i rapporten). Alle interviews er foretaget med madprofessionelle i daginstitutioner, som tilbyder mindst et måltid i løbet af dagen.

Spørgeskemaundersøgelsen blev udsendt til daginstitutionerne ad flere kanaler.

- Udsendt til 2.600 daginstitutioner via et eksternt panel (Norstat). Der blev inkluderet reminders og telefonisk opfølgning blandt ikke-besvarelser i Norstats udsendelse.
- Udsendt til medlemmer af Kost og Ernæringsforbundet.
- Udsendt i nyhedsbrevet 'Ernæringsfokus' fra Ernæringsteamet, Landbrug & Fødevarer.

Det har ikke været muligt på forhånd at målrette udsendelsen til '*daginstitutioner med madordninger*', hvorfor der blev indsat information om dette i følgemailen til undersøgelsen. Da det heller ikke på forhånd var muligt at identificere målgruppen '*madprofessionelle*', blev modtageren af e-mailen instrueret i at videresende undersøgelsen til rette vedkommende (dette kan have indflydelse på svarprocenten). Der blev i undersøgelsen indsat screeningsspørgsmål omhandlende madordning og madprofessionelle for at kvalitetssikre målgruppen.

Spørgeskemaet er langt, og den gennemsnitlige besvarelsestid lå på 23:59 min. For at højne svarprocenten, blev der blandt besvarelserne trukket lod om 10 gavekort til en brunch for 2 personer, værdi på 250 kr.

Det vurderes, at de indsamlede besvarelser giver et rimeligt billede af daginstitutionerne i Danmark, da fordelingen på geografi (region og større byer) nogenlunde svarer til fordelingen i Danmark (dog flere i Region Hovedstaden og færre i Region Syddanmark). Da en del af udsendelsen skete via Kost & Ernæringsforbundet og nyhedsbrevet *Ernæringsfokus*, som primært når ud til madprofessionelle med ernæringsfaglig baggrund, kan det ikke udelukkes, at dette har påvirket fordelingen mellem faglærte/uddannede og ufaglærte i stikprøven, hvilket kan påvirke undersøgelsens repræsentativitet på dette parameter. For at undersøge dette nærmere er der tilføjet et afsnit, hvor kendskab til '*Kostråd til Måltider i daginstitutioner*' og brugen af anbefalingerne er krydset med uddannelsesniveau.

Der er således udarbejdet en kodning af spørgsmål Q2.3 vedr. personalets uddannelsesniveau. Spørgsmålet er et flersvars-spørgsmål: *Hvilken uddannelse har du og dine madprofessionelle kollegaer?* Kodningen er foretaget på følgende måde:

- *KUN Ufaglært*: Svarer kun ufaglært (N=19)
- *Ufaglært samt Faglærte*: Svarer både ufaglært samt faglærte kategorier (N=121)
- *KUN Faglærte*: Svarer kun i de faglærte kategorier (N=422)
- *'Andet samt ved ikke'* (N=36)

Note: 'Kun ufaglært' betyder, at personalet i køkkenet hverken selv har relevant uddannelse eller arbejder sammen med en faglært/uddannet madprofessionel. Ved 'faglært' forstås både egentlige faglærte og madprofessionelle med en professionsuddannelse."

Præcisering af målgruppen og afgrænsning

Undersøgelsen er gennemført blandt vuggestuer, børnehaver og integrerede daginstitutioner i Danmark, som tilbyder mindst et måltid om dagen (morgenmåltid, formiddagsmåltid, frokost og/eller eftermiddagsmåltid). Deltagerne i undersøgelsen er madprofessionelle, som arbejder med tilberedning og/eller planlægning af mad og måltider i daginstitutionen. De integrerede institutioner, som har både vuggestue- og børnehavebørn, blev bedt om at have fokus på børnehavebørnene i besvarelsen (det er dog ikke muligt at validere, hvorvidt dette er fulgt).

Undersøgelsen ser nærmere på morgenmåltidet, formiddagsmåltidet, frokost og eftermiddagsmåltidet, hvorimod aftensmad og sen eftermiddagsmad ikke er en del af evalueringen.

Indhold i undersøgelsen og rapportens opbygning

Spørgeskemaet er udarbejdet af Landbrug & Fødevarer og Mejeriforeningen i samarbejde med Rybner Analyse. Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri og Kost og Ernæringsforbundet har gennemlæst spørgeskemaet og bistået med input til spørgeskemaet og sparring i forbindelse med den endelige udformning. Kost og Ernæringsforbundet har tilmed sendt spørgeskemaundersøgelsen til deres medlemmer.

Spørgsmålene i undersøgelsen bygger på Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeris 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner'. Kostråd til Måltider består af tre værktøjer, og i undersøgelsen er der taget afsæt i to af disse værktøjer. Således benyttes 'Principper i daginstitutioner' og 'Råvareoversigten' i undersøgelsen, mens 'Portionsstørrelser i daginstitutioner' ikke er inkluderet.

Materialerne fra 'Kostråd til Måltider' ses i bilag 1, og spørgeskemaet i bilag 2.

I rapporten er resultaterne vist på totalniveau samt opdelt på institutionstyper (vuggestuer, børnehaver og integrerede institutioner). Signifikante forskelle i forbindelse med region og kommune kommenteres, hvor det er fundet relevant.

Rapporten er udarbejdet af Rybner Analyse og finansieret af Mælkeafgiftsfonden.

	Overordnet emne	Nærmere definition
Kapitel 1	Indledning	Baggrund, formål og metodebeskrivelse. Stikprøvens sammensætning (Institutionstype, region, antal børn, tilbudte madordninger)
Kapitel 2	Konklusion	Konklusion og opsamling
Kapitel 3	Rammerne for måltidet i daginstitutionerne	Opgavefordeling pr. måltid, beslutningsproces ifm. madordninger og børns inddragelse i måltidet
Kapitel 4	Om de madprofessionelle og måltidspolitikken	Daginstitutionens køkkenpersonale, normering, uddannelse, kurser og måltidspolitik
Kapitel 5	Kendskab/brug af 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner'	Kendskab til/brugen af de værktøjer, Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri har udviklet, samt mere generelle inspirationskilder

Kapitel 6	Evalueret af principper og råvarer for fem fødevarergrupper	'Kostråd til Måltider' tager afsæt i fem overordnede fødevarergrupper. Dette følges i rapporten, hvor hvert delafsnit omhandler både anbefalingerne og resultaterne: 1. Grøntsager og frugter 2. Bælgfrugter, fisk, kød, æg 3. Kornprodukter, kartofler 4. Fedtstoffer, nødder og frø 5. Mælkeprodukter og ost
Kapitel 7	Drikkevarer	Tilbudte drikkevarer og drikkevarer pr. måltid

1.4. Om stikprøven: Daginstitutionerne i undersøgelsen

Undersøgelsen er baseret på besvarelser fra 454 daginstitutioner med madordninger. Opdelingen på regioner og kommuner viser en fornuftig fordeling i henhold til Danmarks Statistiks befolkningstal.

For at deltage, skal institutionerne tilbyde madordninger. Blandt disse tilbyder næsten alle frokostmåltider (99%), og en stor andel tilbyder formiddagsmad (86%) og eftermiddagsmad (86%). Lidt færre tilbyder morgenmåltider (67%), og kun få tilbyder sen eftermiddagsmad (19%), mens næsten ingen tilbyder aftensmad (0,4%). Ser man på opdelingen i regioner, så er der relativt flere i Region Nordjylland og Region Sjælland, som tilbyder morgenmad (måske grundet længere transporttid til arbejde).

Institutionstype (N=454)	Total stikprøve
Vuggestue	13%
Børnehave	9%
Integreret institution	78%

Region (N=454)	Total stikprøve	DK-befolkning ⁴
Hovedstaden	42%	32%
Midtjylland	29%	23%
Syddanmark	11%	21%
Sjælland	11%	14%
Nordjylland	7%	10%

Kommune (N=454)	Total stikprøve	DK-børnefamilier ⁵
København	15%	11%
Aarhus	10%	6%
Øvrige kommuner	75%	83%

Antal børn i pasningsordningen (N=454)	Total stikprøve
Under 25	1%
25-50	16%
51-100	52%
Over 100	31%

⁴ Fra Danmarks Statistik, Statistikbanken

⁵ Fra Danmarks Statistik, Statistikbanken, <https://www.statistikbanken.dk/20010>, børn 0-7 år

Ved ikke	0%
----------	----

Tilbyder madordninger (N=454)	Total stikprøve
Morgenmad	67%
Formiddagsmad	86%
Frokost	99%
Eftermiddagsmad	86%
Sen eftermiddagsmad (efter kl. 16)	19%
Aftensmad	0,4%

2. Konklusion

Generelt om mad og måltider i daginstitutionerne

Daginstitutionerne arbejder i udbredt grad med en helhedsorienteret tilgang til mad og måltider, hvor måltidet ses som både ernæring og pædagogisk aktivitet. 9 ud af 10 daginstitutioner bruger således mad og måltider til at arbejde pædagogisk med børnene. De hyppigste berørte temaer i den forbindelse er råvarekendskab, madspild og sundhed.

Hovedparten af daginstitutioner (76%) har en nedskreven mad- og måltidspolitik. Undersøgelsen viser, at denne politik bliver til via et bredt samarbejde, men det er dog især ledelsen og de madprofessionelle, som har ansvaret for at udarbejde den.

Børnene involveres ofte i forskellige opgaver omkring måltiderne. Det kan være opgaver som fx at dække bord, stille maden frem eller rydde af (72% deltager dagligt). Børnene involveres derimod kun sjældent i selve tilberedningen/klargøringen af måltiderne. Kun 5% af daginstitutionerne siger, at børnene deltager dagligt i dette arbejde.

Undersøgelsen viser, at der er en stor interesse blandt de madprofessionelle for at videreudanne sig inden for den grønne omstilling i køkkenerne. Bælgfrugter er det emne, som flest har været på kursus i, og dertil kommer emner som klimavenlig/bæredygtig mad, minimering af madspild og plantebaseret kost. Knap halvdelen har deltaget på kurser om mad til børn baseret på De officielle Kostråd/Kostråd til Måltider.

Mad og måltider spiller ikke en stor rolle på personalemøderne og 66 % af de madprofessionelle deltager ikke på personalemøderne. Når mad og måltider drøftes på personalemøderne, så handler det ofte om måltidet i et bredere perspektiv. Daginstitutionerne drøfter bl.a. madmod, børns madnysgerighed, det pædagogiske arbejde i forbindelse med måltidet og selvhjulpethed. På møderne drøftes også Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeris anbefalinger og opdateringer, og hvordan retningslinjerne bedst integreres.

Kendskab til Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeris Kostråd til Måltider og efterlevelse af anbefalingerne

Undersøgelsen viser, at der er et meget højt kendskab til Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeris *Kostråd til Måltider i daginstitutioner* (91% kender det). Ud af de 91 % som har kendskab til *Kostråd til Måltider i daginstitutioner* anvender en stor andel de tilgængelige værktøjer (94% blandt kenderne).

Der er en tydelig tendens til, at daginstitutionerne har lettere ved at efterleve anbefalingerne for frokostmåltidet end for morgenmåltidet og mellemmåltiderne (formiddag og eftermiddag). Det gælder særligt anbefalingerne om grøntsager, bælgfrugter, fisk og kød.

I *Kostråd til Måltider* kan man under 'Mere om mad i daginstitutioner' læse om detaljer og undtagelser for de enkelte måltider. Her står blandt andet: "Hvis der er noget, I ønsker at servere mindre af i nogle måltider og mere af i andre, så kan I sagtens det." Dette er beskrevet mere dybdegående i afsnit 6. Det betyder dog også, at det kan være vanskeligt at vurdere, om der i tilstrækkelig grad serveres den ønskede mængde af de fødevarer, hvor der kan afviges fra de generelle anbefalinger.

Analysen peger dog på en række tydelige mønstre i daginstitutionernes efterlevelse af anbefalingerne på tværs af fødevarergrupper, som kan opsummeres således:

- Grøntsager og frugter er godt integreret
- Bælgfrugter og fisk er meget udbredt – især i frokosten
- Fuldkorn prioriteres højt
- Planteolier anvendes ofte
- Nødder og frø bruges bredt
- Mælkeprodukter anvendes varieret, ofte i naturel-varianter og sjældent med tilsat sukker
- Vand tilbydes konsekvent til alle måltider
- Ca. en tredjedel af daginstitutionerne tilbyder ikke drikkemælk

Nedenfor uddybes de forskellige fødevarergrupper.

Grøntsager og frugter

Daginstitutionerne er opmærksomme på at få grøntsager og frugter ind i måltiderne, især frokostmåltidet, hvor anbefalingen om at grøntsager og/eller frugter skal indgå i 5 ud af 5 måltider er (næsten) opfyldt. Der er færre, som inkluderer grøntsager og frugter i morgenmåltidet, ligesom mørkegrønne grøntsager er næsten fraværende i morgenmåltidet, og kun tilbydes sporadisk i forbindelse med mellemmåltiderne. Dette kan skyldes, at *Kostråd til Måltider* nævner, at "hvis der er noget, I ønsker at servere mindre af i nogle måltider og mere af i andre, så kan I sagtens det. Hvis I fx ikke tilbyder mørkegrønne grøntsager i mellemmåltiderne, så kan I servere mørkegrønne grøntsager oftere i frokostmåltidet". Hos 37 % fylder de grove grøntsager 1/3 eller mindre, hvorfor flere med fordel kunne have fokus på at tilbyde flere grove grøntsager.

Bælgfrugter, fisk, kød og æg

Daginstitutionerne er opmærksomme på at anvende bælgfrugter, fisk, kød og æg – især i frokostmåltidet. Mindre anvendt er de i morgenmåltidet og mellemmåltiderne.

Fælles for bælgfrugter, fisk, kød og æg er, at *Kostråd til måltider* angiver, at man kan undlade at servere det til morgenmad og i de små mellemmåltider. Desuden beskrives det, at hvis man undlader bælgfrugter, fisk, kød og æg i det store mellemmåltid, bør man i stedet tilbyde mængden i det lille mellemmåltid eller i frokostmåltidet.

Nedenfor beskrives de fire fødevarer:

Bælgfrugter: 98% har anvendt bælgfrugter de seneste to uger, og de anvender flere forskellige typer. Det er primært i forbindelse med varme frokostmåltider, at bælgfrugter anvendes.

Fisk: 97% har anvendt fisk inden for de seneste 2 uger. Der anvendes både magre og fede fisk, og hovedparten vælger fisk med bæredygtighedsmærker. 90% serverer fisk til varme frokostmåltider i mindst 1 ud af ugens 5 måltider, og 95% serverer fiskepålæg til kolde måltider i mindst 1 ud af ugens 5 frokostmåltider.

Kød: 92% har serveret kød inden for de seneste 2 uger. 74% af daginstitutionerne har serveret grisekød og fjerkræ, mens 5% har serveret rødt kød i form af okse-, kalve-, og lammekød inden for de seneste to uger (10% siger, at de har serveret det ligeligt). 23% serverer kød i varme måltider mere end 1 gang om ugen og 34% serverer kødpålæg i kolde måltider mere end 1 gang om ugen. Der er dog plads til at servere kød lidt oftere i kolde måltider som pålæg, da mængderne her er mindre end i varme måltider. Når det kommer til forarbejdet kød, så anvender 64% af daginstitutionerne det mindst en gang om ugen, mens 29% anvender det mere sjældent og 7% anvender det ikke.

Æg: 68% serverer æg i 1 måltid ud af 5 (og 93% serverer æg til frokostmåltidet i mindst 1 ud af ugens 5 måltider).

Kornprodukter

72% af daginstitutionerne går altid/næsten altid efter fuldkornslogoet. Vuggestuerne går dog i relativt mindre grad efter fuldkornslogoet. Fuldkornsprodukter anvendes bredt i alle måltiderne, men mest udbredt er det i morgenmåltidet, hvor 89 % serverer det i 3 ud 5 måltider.

Fedtstoffer, nødder og frø

Planteolier anvendes til varme retter, og daginstitutionerne anvender især raps- og olivenolie (som anbefales). Ved kolde retter anvendes smør og plantemargarine næsten lige så ofte som planteolier.

Nødder og frø bruges mest til frokost, og sjældent til morgen- og formiddagsmåltider. Næsten alle daginstitutioner har anvendt frø og/eller nødder inden for de seneste to uger, og de anvender forskellige typer, ligesom de også primært vælger de usaltede varianter.

Mælkeprodukter og ost

92% af daginstitutionerne har anvendt mælkeprodukter i madlavningen de seneste to uger. De anvendte produkter indeholder forskellige fedtprocenter (fordeler sig jævnt ud over hhv. 5 g., 10 g. eller mere end 10 g. fedt pr. 100 g.).

53% af daginstitutionerne har anvendt mælkeprodukter som hovedbestanddel af et måltid de seneste 2 uger. De hyppigste anvendte varianter er naturelprodukter med hhv. 1,5 g. fedt og mere end 1,5 g. fedt pr. 100 g. Kun få bruger produkter med tilsat sukker.

Drikkevarer

Vand tilbydes konsekvent og til alle måltider, hvilket følger anbefalingerne, mens anbefalingen om at tilbyde drikkemælk dagligt ikke følges hos alle (en tredjedel af daginstitutionerne tilbyder ikke drikkemælk dagligt).

3. Rammerne for måltidet i daginstitutionerne

Beslutning om madordning

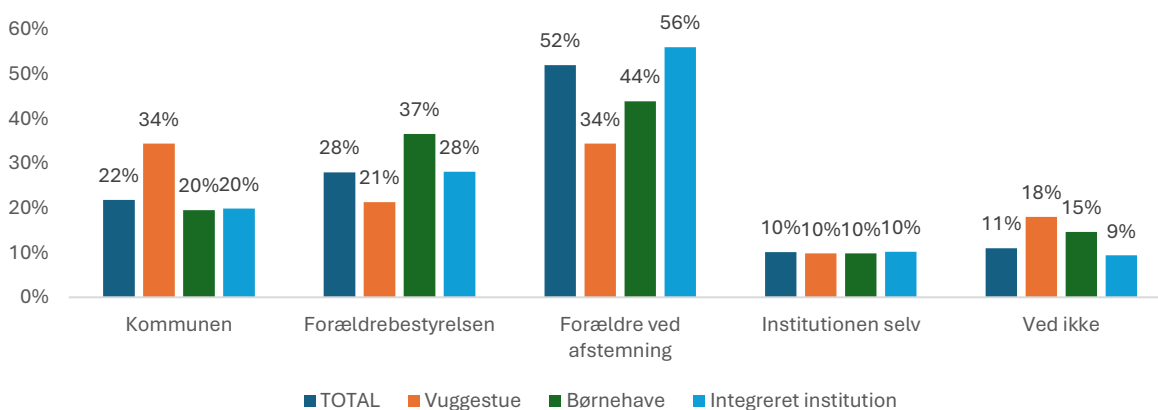
Beslutningen om madordninger i daginstitutionerne træffes især af forældrene. 52% af forældrene ved afstemning, og 28% af forældrebestyrelsen. Også kommunen har en vis indflydelse på beslutningen;

22% af daginstitutionerne siger, at kommunen har truffet beslutning om det. Det er sjældent noget, som institutionen alene træffer beslutning om.

Der er enkelte forskelle afhængig af institutionstype. Kommunen ser ud til at have lidt større indflydelse på beslutningen i vuggestuerne, mens forældre har relativ større indflydelse i børnehaver og de integrerede institutioner.

Beslutning om madordning

Q. Hvem har truffet beslutning om, at der skal være madordning i institutionen? N=454, flere svar muligt



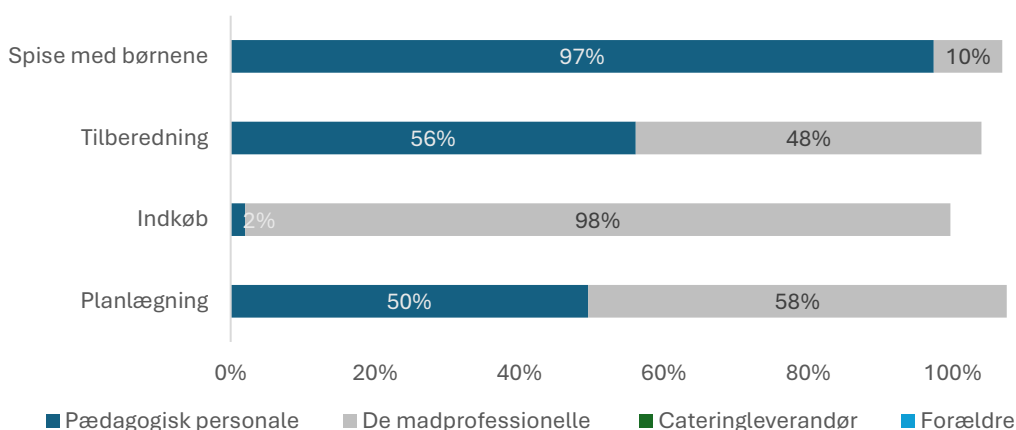
Opgavefordeling

Deltagerne i undersøgelsen har vurderet, hvem der står for opgaverne i forbindelse med planlægning, indkøb, tilberedning, og hvem der spiser sammen med børnene. Det summerer til mere end 100%, da en given opgave kan være fordelt på flere grupper (multipelt spørgsmål).

Generelt står de madprofessionelle i høj grad for opgaverne vedrørende planlægning, indkøb og tilberedning, men de deltager sjældent i selve måltidet. Opgaven med at spise sammen med børnene varetages næsten udelukkende af det pædagogiske personale.

Opgavefordeling - Morgenmåltid

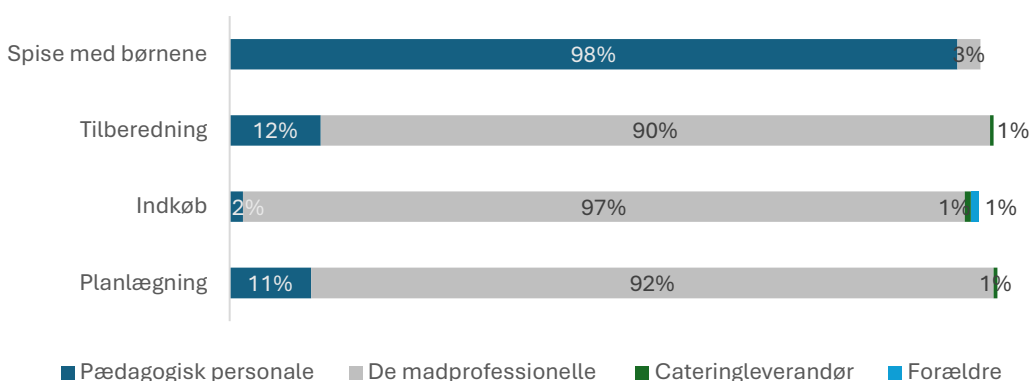
Q. Hvem står typisk for opgaverne i forbindelse med morgenmaden? N=305, flere svar muligt



Opgavefordelingen i forbindelse med **morgenmåltidet** viser, at det pædagogiske personale i vid udstrækning spiser sammen med børnene (97%), og at de madprofessionelle kun i begrænset omfang deltager i spisningen (10%). Tilberedningen og planlægningen af morgenmåltidet deles af det pædagogiske personale og de madprofessionelle, mens indkøbet næsten alene varetages af de madprofessionelle (98%). Forældrene og den eksterne cateringleverandør udfører ingen opgaver i forbindelse med morgenmåltidet.

Opgavefordeling - Formiddagsmåltid

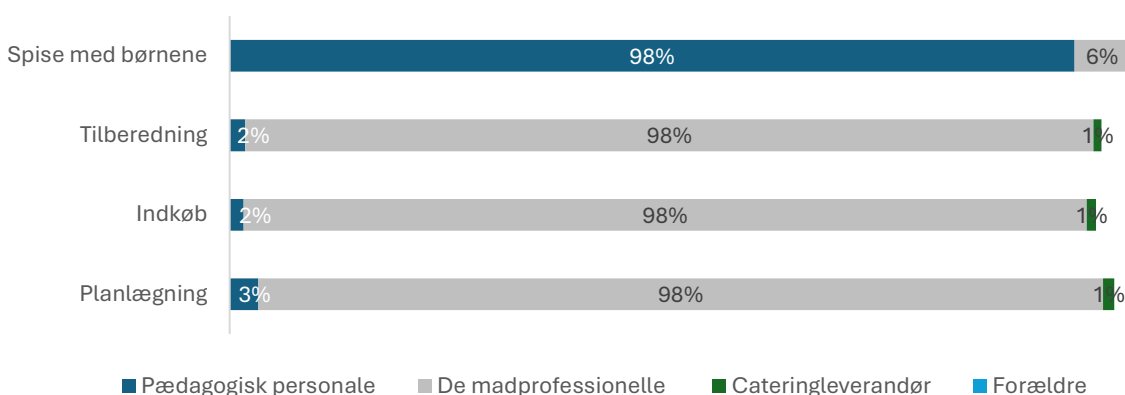
Q. Hvem står typisk for opgaverne i forbindelse med formiddagsmaden? N=390, flere svar muligt



Opgavefordelingen i forbindelse med **formiddagsmåltidet** viser, at det pædagogiske personale i vid udstrækning spiser sammen med børnene (98%), mens de madprofessionelle står for hovedparten af de øvrige opgaver. De madprofessionelle står således for næsten al tilberedning (90%) og planlægning (92%), men det pædagogiske personale arbejder dog også lidt med tilberedningen (12%) og planlægningen (11%). Indkøb varetages næsten udelukkende af de madprofessionelle (97%). Forældre og eksterne cateringleverandører udfører praktisk talt ingen opgaver i forbindelse med formiddagsmåltidet.

Opgavefordeling - Frokostmåltid

Q. Hvem står typisk for opgaverne i forbindelse med frokosten? N=451, flere svar muligt

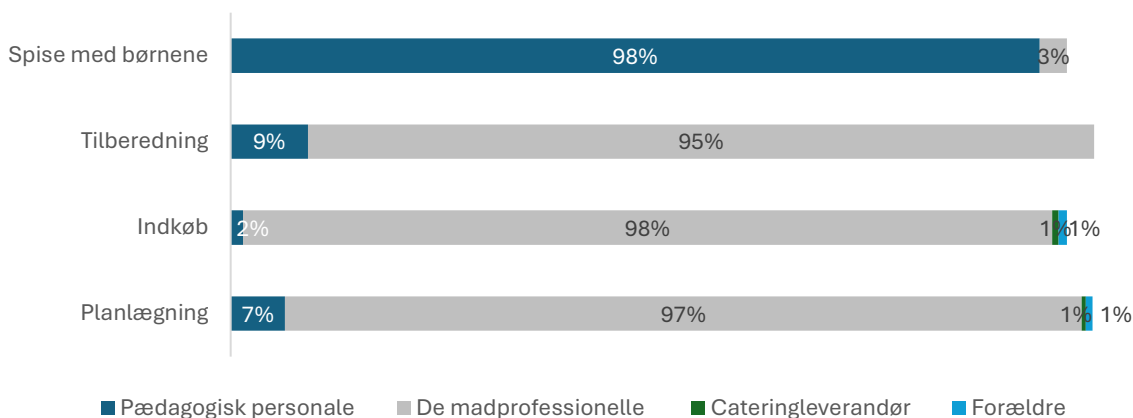


Opgavefordelingen i forbindelse med **frokostmåltidet** viser, at det pædagogiske personale i vid udstrækning spiser sammen med børnene (98%), mens de madprofessionelle primært varetager alle de

andre opgaver (98%). Forældre og eksterne cateringleverandører udfører praktisk talt ingen opgaver i forbindelse med frokostmåltidet.

Opgavefordeling - Eftermiddagsmåltid

Q. Hvem står typisk for opgaverne i forbindelse med eftermiddagsmaden? N=392, flere svar muligt



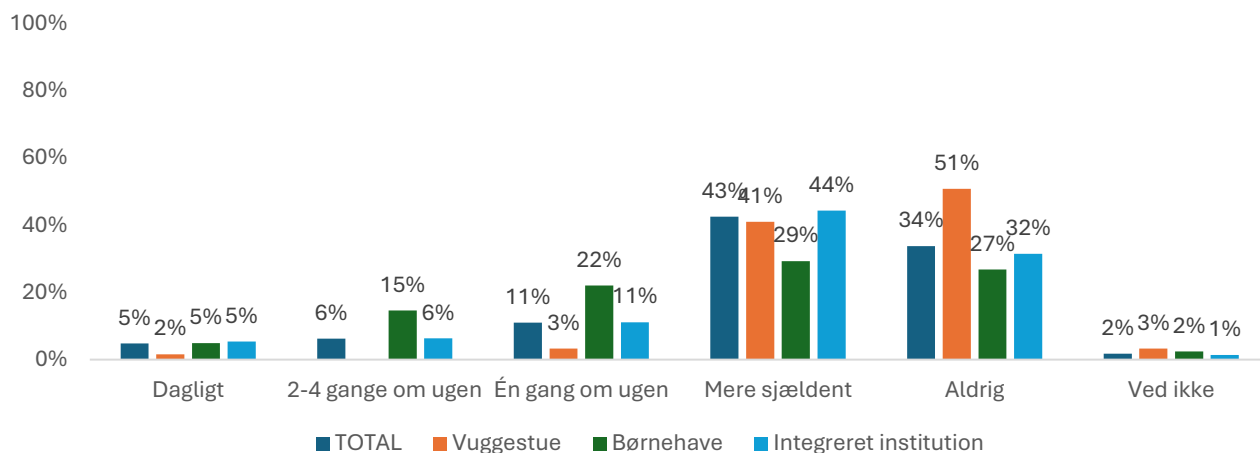
Opgavefordelingen i forbindelse med **eftermiddagsmåltidet** viser, at det pædagogiske personale i vid udstrækning spiser sammen med børnene (98%), mens de madprofessionelle primært varetager de andre opgaver. De madprofessionelle står således for næsten al tilberedning (95%) og planlægning (97%), dog arbejder det pædagogiske personale også lidt med tilberedning (9%) og planlægning (7%). Indkøb varetages næsten udelukkende af de madprofessionelle (98%). Forældre og eksterne cateringleverandører udfører praktisk talt ingen opgaver i forbindelse med eftermiddagsmåltidet.

Børns deltagelse

Børnene involveres sjældent i selve tilberedningen/klargøringen af måltiderne. Kun 5% af daginstitutionerne siger, at børnene deltager dagligt, 6% deltager 2-4 gange om ugen, 11% én gang om ugen, og 77% deltager 'mere sjældent/aldrig'. Vuggestuebørn deltager ikke helt så ofte som børnehavebørn. Blandt vuggestuerne svarer 92%, at børnene deltager 'mere sjældent/aldrig', mens hhv. 56% og 76% af børnehaverne og de integrerede institutioner svarer 'mere sjældent/aldrig'. Der er ingen signifikante forskelle mellem regioner.

Børns deltagelse i tilberedning/klargøring af måltiderne

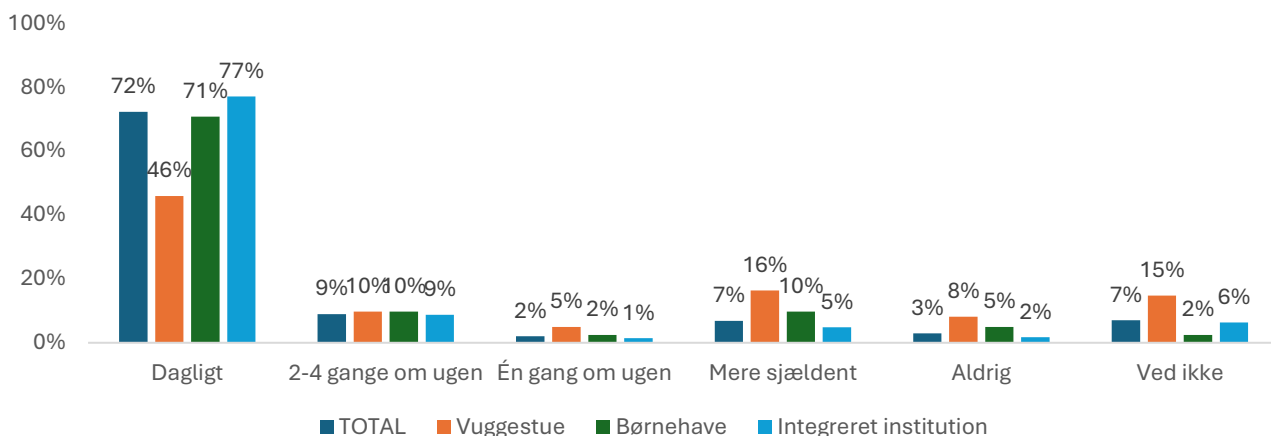
Q. Hvor ofte deltager børnene i tilberedning/klargøring af maden enten på stuen eller i køkkenet? N=454, single



Børnene involveres derimod ofte i andre opgaver omkring måltiderne. Det kan fx være at dække bord, stille maden frem eller rydde af. 72% af daginstitutionerne siger, at børnene deltager dagligt, 9% 2-4 gange om ugen, 2% én gang om ugen, og 10% deltager mere sjældent/aldrig. Vuggestuebørn deltager i mindre omfang end de øvrige. Blandt besvarelserne i vuggestuen svarer 46%, at børnene deltager dagligt mens børnehaver og integrerede institutioner svarer hhv. 71% og 77%. Der er ingen signifikante forskelle mellem regioner.

Børns deltagelse i rammerne omkring måltiderne

Q. Hvor ofte deltager børnene i rammerne omkring måltiderne, fx dække bord, stille maden frem eller rydde af? N=454, single



4. Om de madprofessionelle og måltidspolitikken

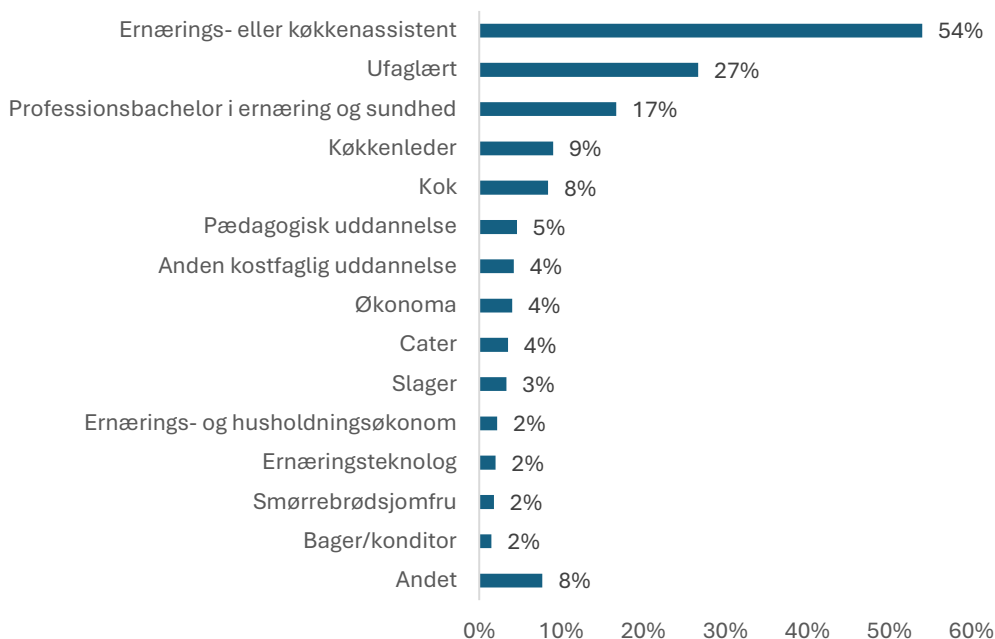
Uddannelse og timer i køkkenet

De madprofessionelle i daginstitutionerne har i stort omfang en relevant kostfaglig uddannelse. Blandt de mest udbredte uddannelser er Ernærings- eller køkkenassistent (54 %) og Professionsbachelor i ernæring og sundhed (17%). 27 % af de madprofessionelle er ufaglærte. Der er relativt flere ufaglærte i

Region Hovedstaden, og der er flere ufaglærte i Københavns Kommune sammenlignet med Aarhus Kommune og 'øvrige kommuner'.

De madprofessionelles uddannelse

Q. Hvilken uddannelse har du og dine madprofessionelle kollegaer? N=454, flere svar muligt



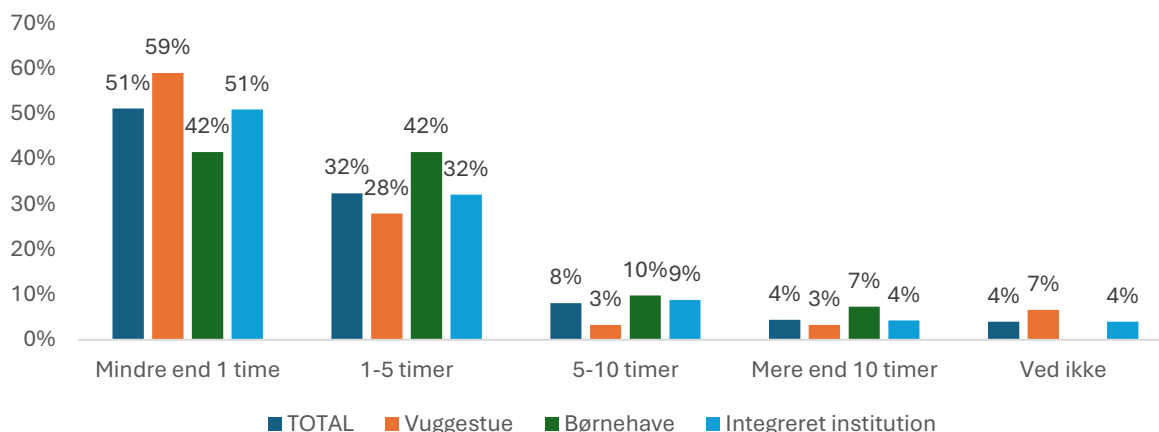
Tabel: Antal timer om ugen, der cirka er sat af til arbejdet i køkkenet

N=454, single	TOTAL	Vugge- stue	Børne- have	Integre- ret	Op til 25 børn	25-50 børn	51-100 børn	Over 100
Op til ca. 15 timer	6%	5%	7%	5%	50%	18%	4%	0%
Ca. 30 timer	34%	51%	54%	28%	25%	64%	41%	6%
Ca. 37 timer	23%	26%	22%	23%	25%	10%	34%	11%
Ca. 50 timer	18%	13%	5%	20%		6%	16%	27%
Ca. 75 timer	14%	2%	10%	17%		1%	4%	39%
Ca. 90+ timer	5%	2%	2%	6%				16%
Ved ikke	1%	2%		1%		1%	1%	

De madprofessionelle bruger relativt få timer om ugen på arbejde, der ikke handler om mad og måltider. Deres arbejdsopgaver er således primært relateret til mad og måltider i daginstitutionerne. Cirka halvdelen (51%) svarer, at de bruger mindre end 1 time om ugen på opgaver, som ikke handler om mad og måltider, og 32% bruger mellem 1-5 timer på det. 16% bruger mere end 5 timer om ugen. Der er en tendens til, at madprofessionelle i børnehaver i lidt større omfang bruger tid på opgaver, som ikke har med børnenes mad og måltider at gøre.

Antal timer til arbejde, der ikke handler om mad og måltider

Q. Hvor mange timer bruger du/I om ugen på opgaver, der ikke handler om børnenes mad og måltider? N=454, single



4.1 Allokering af timer til arbejdet i køkkenet

Herunder ses en uddybning af de afsatte timer til arbejdet i køkkenet. Timeantallet er sammenholdt med antallet af måltidstyper (afsnit 1) henh. med antallet af børn i institutionen (afsnit 2). Der ses en sammenhæng mellem de timer, der er allokeret til arbejdet i køkkenet, og det antal af forskellige måltidstyper, der tilbydes i institutionen. Der ses også en sammenhæng mellem de allokerede timer, og antallet af børn i institutionen. Dette er beskrevet herunder.

1) Antal timer i køkkenet sammenholdt med antal typer af måltider, der tilbydes

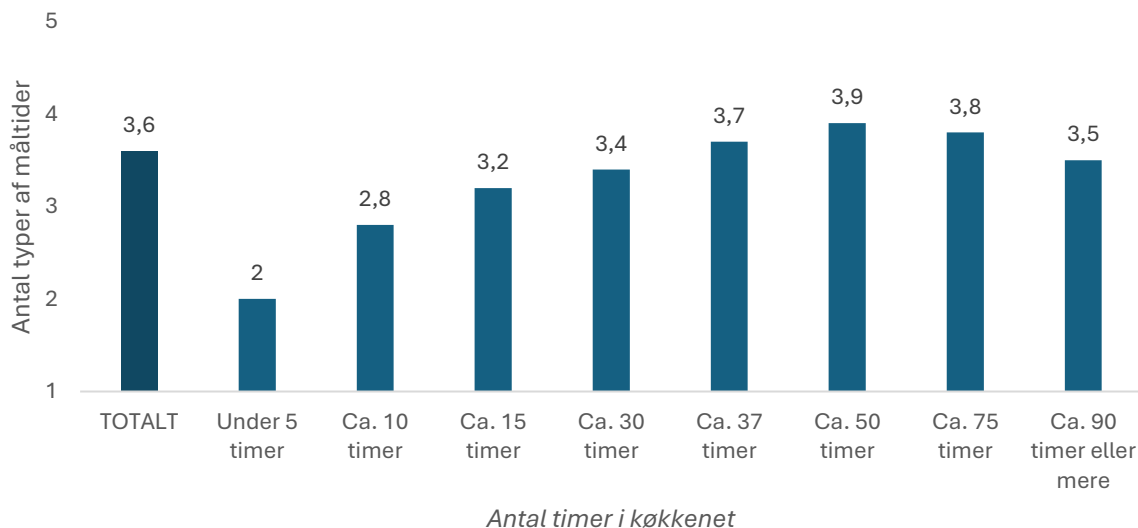
I gennemsnit tilbyder institutionerne i undersøgelsen **3,6 forskellige typer af måltider ud af 5 mulige**. Dette er kalkuleret ud fra, at institutionen kan tilbyde morgenmad, formiddagsmad, frokost, eftermiddagsmad og sen eftermiddagsmad, dvs. i alt max. 5 måltider (aftensmad er ikke indregnet, da der kun var 2 institutioner i undersøgelsen, som tilbød det).

De 3,6 typer af måltider i gennemsnit dækker over, at institutionerne tilbyder et frokostmåltid, og at hovedparten derudover tilbyder ét eller flere andre måltider, da praktisk talt alle i undersøgelsen tilbyder frokost (99% tilbyder frokost).

Der ses en sammenhæng mellem antal timer i køkkenet og det antal måltider, der tilbydes i institutionen. Grafen herunder viser, at jo flere måltider, der tilbydes, jo flere timer afsættes der til arbejdet i køkkenet. Denne sammenhæng gælder dog kun indtil ca. 50 timer om ugen, hvorefter det falder svagt igen.

Antal timer afsat til arbejdet i køkkenet krydset med antal typer af måltider, der tilbydes

Q. Antal timer om ugen, der cirka er sat af til arbejdet i køkkenet?



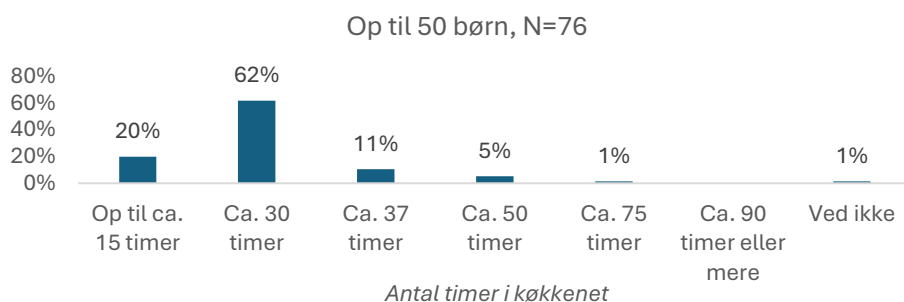
2) Antal timer i køkkenet sammenholdt med antal børn i institutionen

Der er en sammenhæng mellem det allokerede antal timer i køkkenet og antal børn, der går i institutionen. Graferne herunder viser, at jo flere børn, der går i institutionerne, jo flere timer afsættes der til arbejdet i køkkenet.

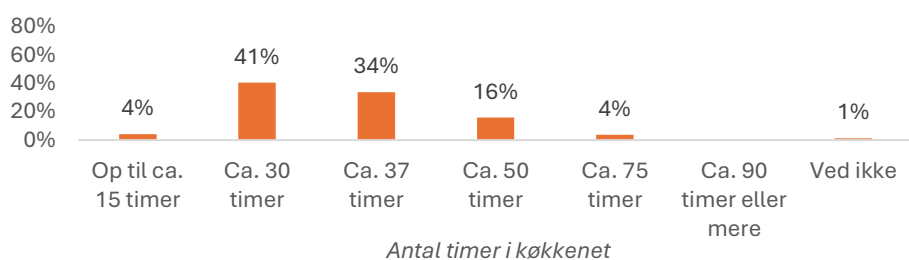
- **Op til 50 børn:** I institutioner med op til 50 børn, har hovedparten (82%) afsat op til 30 timer, 16% har afsat 37-50 timer, og 1% har afsat 75 timer eller mere til køkkenarbejdet på ugebasis.
- **51-100 børn:** I institutioner med 51-100 børn, har 45% afsat op til 30 timer, 50% har afsat 37-50 timer, og 4% har afsat 75 timer eller mere til køkkenarbejdet på ugebasis.
- **Mere end 100 børn:** I institutioner med mere end 100 børn, har 6% afsat op til 30 timer, 38% har afsat 37-50 timer, mens hovedparten (55%) har afsat 75 timer eller mere til køkkenarbejdet på ugebasis.

Antal timer afsat til arbejdet i køkkenet krydset med antal måltider, der tilbydes

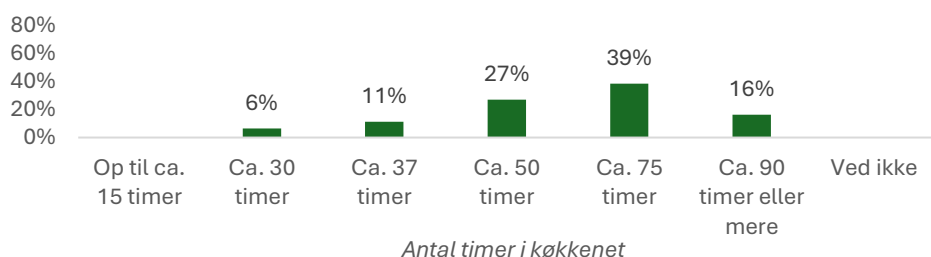
Q. Antal timer om ugen, der cirka er sat af til arbejdet i køkkenet? Single (fraregnet ved ikke-svar)



51-100 børn, N=237



Over 100 børn, N=140

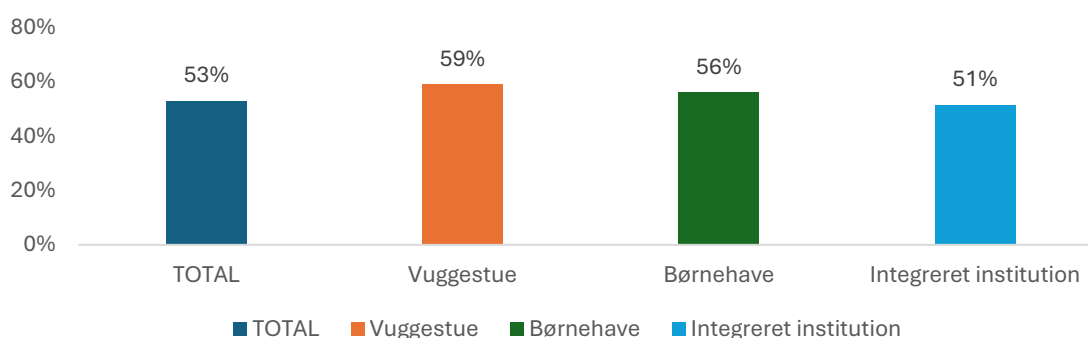


Kurser og efteruddannelse

Godt halvdelen (53%) har deltaget på faglige kurser/efteruddannelse inden for de seneste to år. Der er ingen større forskel på denne deltagelse afhængig af institutionstype, men geografisk er der færre kursusdeltagere i Aarhus Kommune sammenlignet med Københavns Kommune og 'øvrige kommuner'.

Deltagelse på faglige kurser/efteruddannelse (andel, der har deltaget)

Q. Har du inden for de seneste 2 år været på fagligt relevant kursus/efteruddannelse i arbejdstiden? N=454, single



Blandt de 53 %, der har deltaget på faglige kurser/efteruddannelse var der stor interesse for at videreudanne sig inden for den grønne omstilling i køkkenerne. Dette ses af tabellen på næste side. Kurser/efteruddannelse om mad med bælgfrugter har 76% deltaget på. Dernæst følger klimavenlig/bæredygtig mad, herunder minimering af madspild (56%) samt plantebaseret kost (50%). Knap hver fjerde (23%) har været på kursus/efteruddannelse om økologi.

Der har også været en vis interesse for viden om mad til børn baseret på De officielle Kostråd/Kostråd til Måltider. Knap halvdelen (45%) har deltaget på kurser/efteruddannelse om dette emne.

Der er ingen større forskelle på emnerne afhængig af institutionstype, bortset fra at vuggestuer i lidt mindre udstrækning end børnehaver har deltaget på kurser om plantebaseret mad.

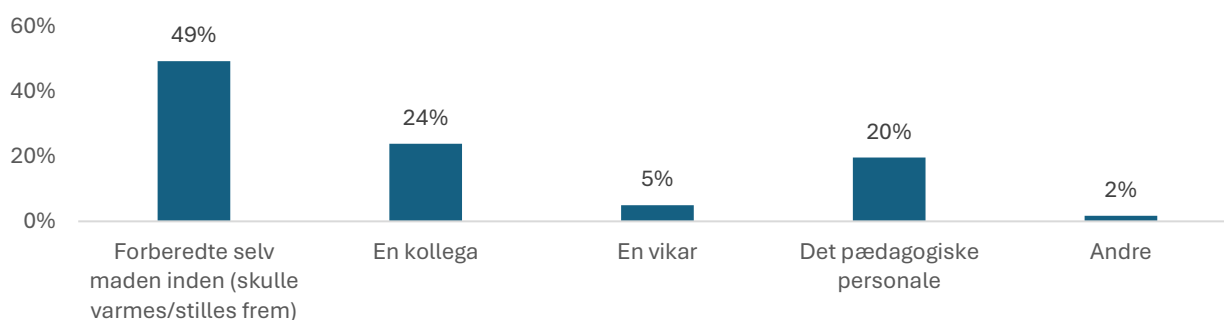
Tablet: Hvad kurserne/efteruddannelsen handlede om

<i>N=240, har været på kursus/efteruddannelse, flere svar muligt</i>	TOTAL	Vuggestue	Børnehave	Integreret
Mad med bælgfrugter	76%	72%	70%	78%
Klimavenlig mad/bæredygtighed/madspild	56%	56%	65%	55%
Plantebaseret mad	50%	36%	70%	50%
Mad til børn baseret på officielle kostråd/Kostråd til Måltider	45%	42%	48%	45%
Økologi	23%	22%	22%	24%
Ernæring	6%	6%	4%	7%
Kommunikation om kost og sundhed	4%	6%	17%	2%
Måltidsplanlægning	3%	6%	13%	2%
Fødevarerhygiejne	3%		13%	2%
Diæter ved allergi og fødevarerintolerance	3%		4%	3%
Ledelse	2%		4%	2%
Andet	8%	6%	4%	8%

Når de madprofessionelle er på kursus/efteruddannelse, sørger hovedparten (49%) for at forberede maden, inden de tager afsted. Hver fjerde deltager siger, at en kollega laver maden, mens hver femte siger, at det pædagogiske personale tager sig af det. 5% nævner, at en vikar laver maden.

Tilberedning af måltider ved kursusfravær

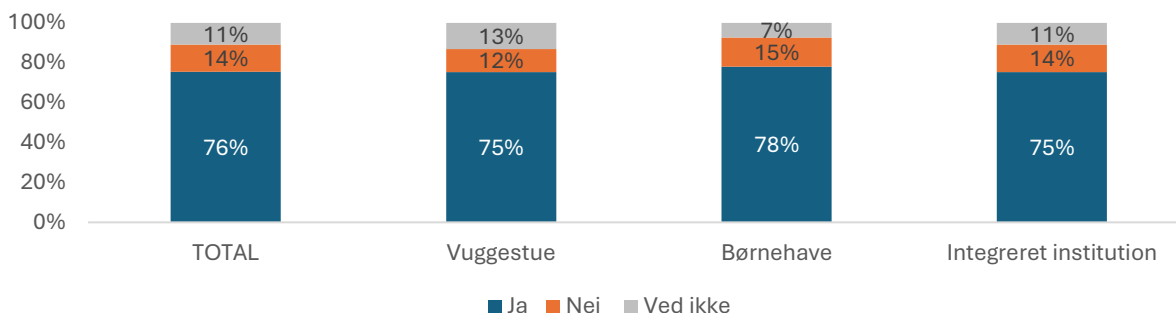
Q. Hvem lavede mad, mens du var på kursus? N=240, har været på kursus/efteruddannelse, single



76% af daginstitutionerne har en nedskreven mad- og måltidspolitik. Der er ikke forskel på dette afhængig af institutionstype.

Mad- og måltidspolitik

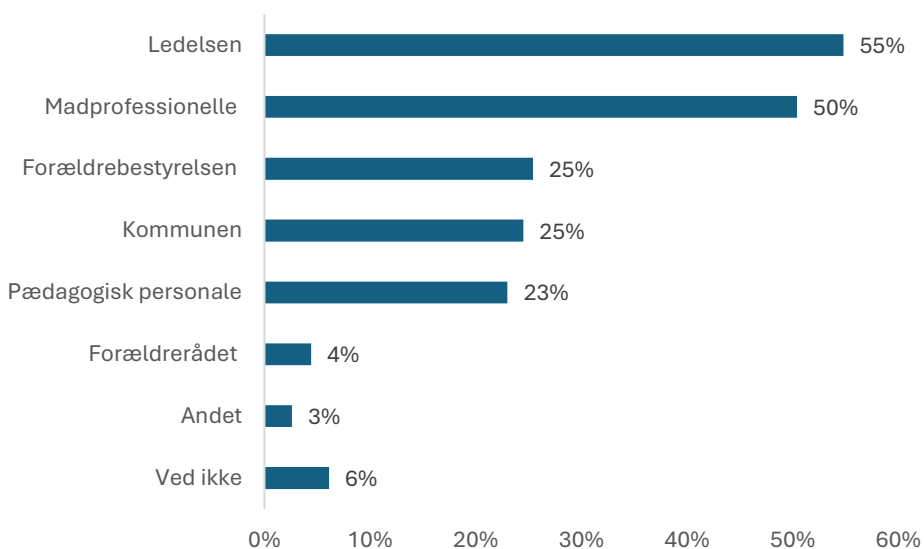
Q. Har daginstitutionen en nedskreven mad- og måltidspolitik eller lignende? N=454, single



Som det fremgår af figuren herunder, så er det især ledelsen og de madprofessionelle, som har ansvaret for at udarbejde mad- og måltidspolitikken. Forældrebestyrelsen, kommunen og det pædagogiske personale har også en vis indflydelse på og ansvar for at udarbejde politikken på området. Deltagerne har angivet mere end ét svar, så det tyder på, at mad- og måltidspolitikken bliver til i et samarbejde og som et resultat af drøftelser på tværs af flere grupper.

Ansvar for mad- og måltidspolitik

Q. Hvem har udarbejdet politikken? N=343, har en mad- og måltidspolitik, flere svar muligt



Mad og måltider på personalemøder, og hvad der tales om

Når der afholdes personalemøder, så er daginstitutionens måltider kun af og til på dagsordenen. Kun i 5% af daginstitutionerne er det et emne på hvert møde, og i 20% af daginstitutionerne er det en del af dagsordenen på hver andet-tredje møde. 57% af institutionerne drøfter mad og måltider på personalemøder sjældnere/aldrig. Mad og måltider drøftes i lidt højere grad i vuggestuer end i børnehaver og integrerede institutioner. 8% i vuggestuerne svarer, at de aldrig taler om det mod 19-20% i de øvrige institutioner.

Tabel: Om daginstitutionens måltider er noget, der tales om på institutionens personalemøder

N=454, single	TOTAL	Vuggestue	Børnehave	Integreret
Ja, hver gang	5%	3%	2%	6%
Ja, ca. hvert andet møde	7%	10%	12%	6%
Ja, ca. hvert tredje møde	13%	10%	10%	13%
Sjældnere	39%	41%	32%	39%
Nej, taler ikke om det	18%	8%	20%	19%
Ved ikke	18%	28%	24%	16%

Deltagerne har angivet, hvilke emner, der tales om vedrørende måltiderne. De hyppigst nævnte **temaer** er (opsummering af de åbne svar):

Madmod og børns nysgerrighed

- Hvordan børnene kan blive mere modige til at smage nye ting.
- Den voksnes rolle som positiv rollemodel under måltidet.

Mængder og portionsstørrelser

- Hvor meget mad børnene skal have.
- Afstemning mellem anbefalinger og praksis.

Madspild og bæredygtighed

- Hvordan man kan reducere madspild.
- Fokus på grøn omstilling og mindre kød, flere bælgfrugter.

Pædagogisk måltid

- Måltidet som læringsmiljø og social aktivitet.
- Regler og rammer for måltidet, inkl. selvhjulpenhed og borddækning.

Allergier og særlige kostbehov

- Håndtering af allergener og diæter.
- Kommunikation om børn med særlige behov.

Kvalitet og variation i maden

- Ønsker til menuen og ideer til nye retter.
- Fokus på ernæring, sundhed og årstidens råvarer.

Praktiske og organisatoriske forhold

- Planlægning af arrangementer, højtider og temauger, der involverer mad
- Samarbejde mellem køkken og pædagogisk personale/'stuerne'.

Kostråd og anbefalinger

- Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeris anbefalinger, opdateringer, og hvordan de integreres i hverdagen

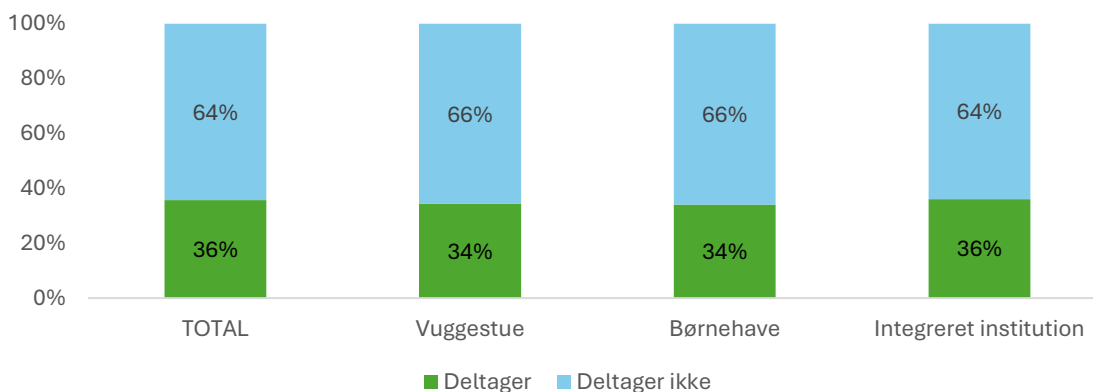
Børneinddragelse

- At børnene deltager i tilberedning og borddækning.
- Medbestemmelse i valg af retter.

Kun en mindre andel af de madprofessionelle deltager på personalemøderne. Kun ca. en tredjedel deltager, og to tredjedele deltager ikke i møderne. Der er ikke forskel på omfanget af deltagelse mellem institutionstyper.

Madprofessionelles deltagelse på personalemøder

Q. Deltager du selv (som madprofessionel) på daginstitutionens personalemøder? N=454, single

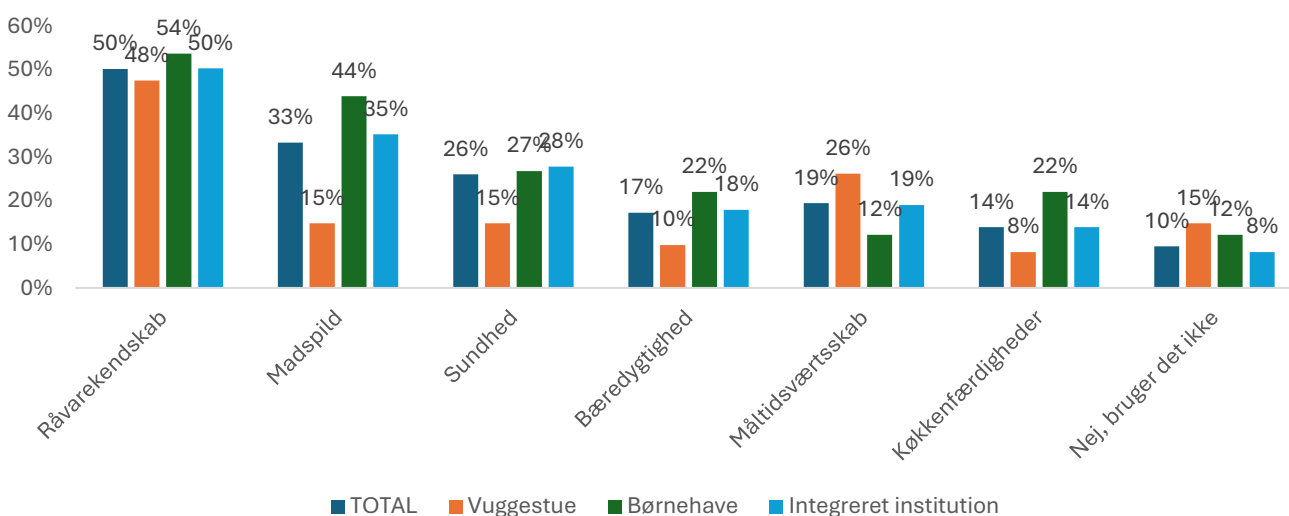


9 ud af 10 daginstitutioner bruger mad og måltider til at arbejde pædagogisk med børnene. De hyppigste berørte temaer i den forbindelse er råvarekendskab (50%), madspild (33%) og sundhed (26%).

Råvarekendskab er udbredt inden for alle institutionstyper, mens madspild og sundhed er emner, der fylder lidt mere i børnehaver og integrerede institutioner end i vuggestuer. Måltidsværtsskab har derimod relativ større betydning i vuggestuerne.

Mad og måltider i det pædagogiske arbejde

Q. Bruger jeres institution mad og måltider til at arbejde pædagogisk med børnene om følgende temaer? N=454, flere svar muligt



5. Kostanbefalinger til mad og måltider i daginstitutioner

Daginstitutionerne bruger flere forskellige anbefalinger, når de planlægger maden og måltiderne. De hyppigst anvendte er Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeris 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner', som 79% benytter, samt De officielle Kostråd (også fra Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri), som 71% benytter. Dernæst følger anbefalinger for den danske institutionskost (fra Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri og Sundhedsstyrelsen), som 40% anvender, og 'rammerne om det gode måltid', som 30% benytter. Kommunale retningslinjer følges af 28% af daginstitutionerne. *Mad til små – fra mælk til familiens mad* (fra Sundhedsstyrelsen og Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri) og *Mad til børn* (fra Landbrug & Fødevarer og Mejeriforeningen) er relativt mindre anvendte.

Der er ingen signifikante forskelle mellem institutionstyper, men dog en tendens til, at *Mad til små* er lidt mere anvendt i vuggestuerne.

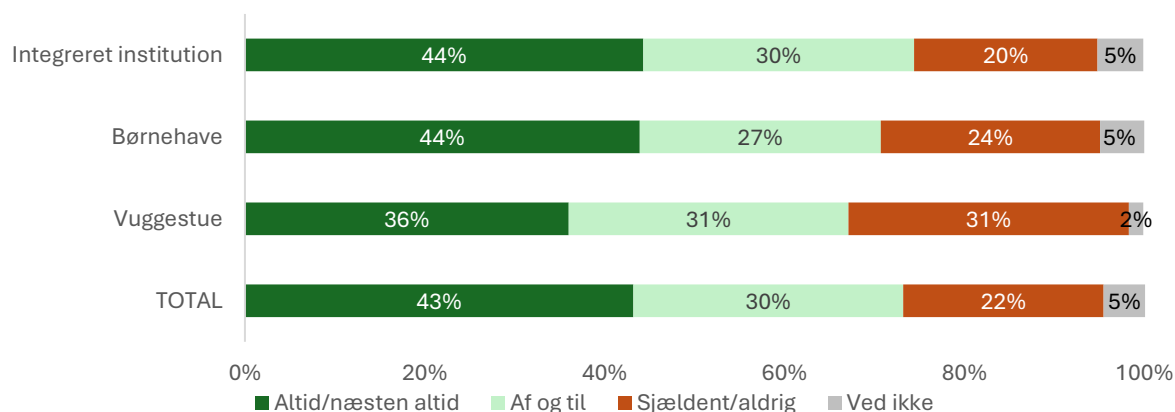
Tablet: De anbefalinger, daginstitutionerne arbejder efter ifm. planlægning af mad og måltider

N=454, flere svar muligt	TOTAL	Vuggestue	Børnehave	Integreret
Kostråd til Måltider i daginstitutioner (fra FVST)	79%	80%	78%	79%
De officielle Kostråd (fra FVST)	71%	71%	63%	72%
Anbefalinger for den danske institutionskost (fra FVST og Sundhedsstyrelsen)	40%	44%	29%	40%
Rammer om det gode måltid	31%	21%	34%	32%
Kommunale retningslinjer	28%	30%	24%	29%
Mad til små – fra mælk til familiens mad	19%	23%	10%	19%
Mad til børn (fra Landbrug & Fødevarer og Mejeriforeningen)	8%	7%	12%	8%
Andet	5%	8%	5%	5%
Bruger ingen/ved ikke	2%	5%	2%	1%

Nøglehulsmærke: Når daginstitutionerne køber mad- og drikkevarer, så går 4 ud af 10 (43%) altid eller næsten altid efter varer med Nøglehulsmærket, 30% gør det af og til, og 22% sjældent/aldrig. Der er ingen signifikante forskelle i brugen opdelt på regioner og kommuner (København, Aarhus, øvrige).

Anvendelse af nøglehulsmærket

Q Når I køber mad- og drikkevarer, går I så efter varer med Nøglehulsmærket? N=454, flere svar muligt



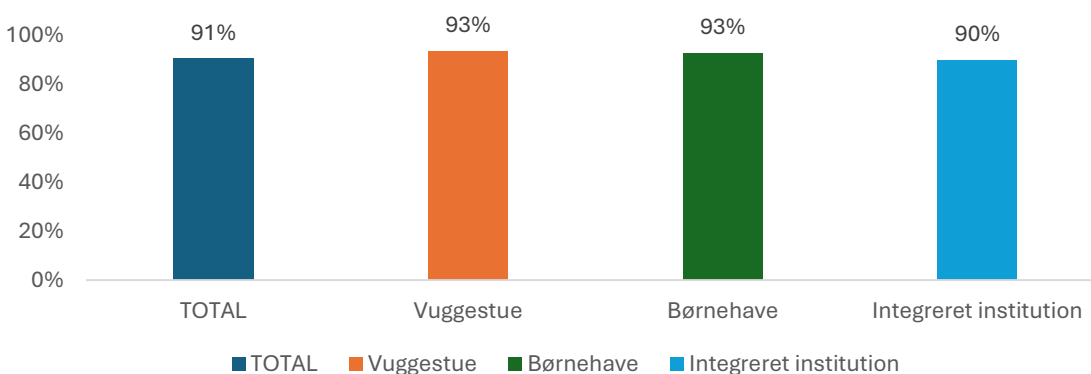
5.1 Kendskab til 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner'

Der er et højt kendskab til Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeris 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner.

91% af alle daginstitutionerne kender 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner'. Det høje kendskab gælder i både vuggestuer (93%), børnehaver (93%) og integrerede institutioner (90%). Der er ingen signifikante forskelle i kendskabet opdelt på regioner og kommuner (København, Aarhus og øvrige).

Kendskab til Kostråd til Måltider i daginstitutioner (andel, der kender)

Q. Kender du Fødevarestyrelsens 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner', der giver vejledning til sund mad, der samtidig tager hensyn til klimaet? N=454, single

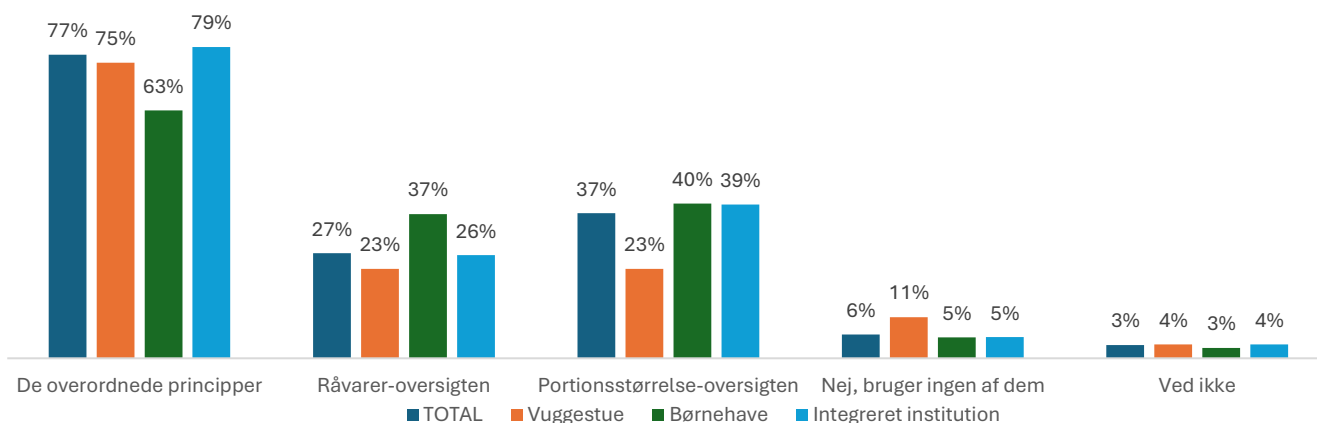


Der er også en meget høj anvendelse af de værktøjer, der er til rådighed.

Blandt de institutioner, som kender 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner', er der 94%, som anvender mindst ét af de værktøjer, der er til rådighed. Det er især de overordnede principper, som anvendes (77% anvender dem). 27% anvender råvareoversigten, og 37% anvender oversigten med portionsstørrelser. Oversigten med portionsstørrelser er relativt mindre benyttet i vuggestuer.

Brugen af de værktøjer, der er til rådighed i Kostråd til Måltider i daginstitutioner (blandt kenderne)

Q. Bruger I de værktøjer, der er til rådighed i 'Kostråd til Måltider? N=411, kender 'Kostråd til måltider', flere svar muligt



5.2 Kendskab til 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner' og brugen af anbefalinger krydset med uddannelsesniveau og madpolitik

Uddannelsesniveau

Undersøgelsen viser en høj andel faglærte i køkkenerne, og kun få institutioner har alene ufaglært personale ansat (udgør tilsammen 19 personer). Det betyder, at datagrundlaget for denne gruppe er begrænset, og resultaterne bør derfor tolkes med forsigtighed. Følgende kan dog fremhæves:

- **Kendskab til Kostråd til Måltider:** Der ses en tendens til, at segmentet 'kun ufaglært' i lidt lavere grad kender til 'Kostråd til Måltider' sammenlignet med de faglærte. 79 % i gruppen 'kun ufaglærte' kender til kostrådene mod 91 % i gruppen 'kun faglærte'. Forskellen er dog ikke signifikant.
- **Brugen af værktøjerne i Kostråd til Måltider:** Der ses ingen forskelle mellem grupperne i brugen af værktøjerne.
- **Brugen af generelle anbefalinger ifm. planlægning af maden (Q2.9):** På spørgsmålet om, hvilke anbefalinger der generelt bruges i planlægningen af maden, svarer gruppen 'kun ufaglærte' i lavere grad end de faglærte, at de anvender Kostråd til Måltider (58 % blandt 'kun ufaglærte' mod 80 % blandt 'kun faglærte'). Forskellen er ikke signifikant, men der ses en tendens.

Mad- og måltidspolitik

Der er udarbejdet en kodning af spørgsmål Q2.7 vedrørende mad- og måltidspolitikken. Spørgsmålet lyder: "*Har daginstitutionen en nedskreven mad- og måltidspolitik eller lignende?*" Kodningen er foretaget således:

- Ja: Har en nedskreven mad- og måltidspolitik (N=343)
- Nej: Har ikke en nedskreven mad- og måltidspolitik samt *ved ikke* (N=111)

Følgende kan fremhæves:

- **Kendskab til Kostråd til Måltider:** Der ses en tendens til, at daginstitutioner med en nedskreven mad- og måltidspolitik i højere grad kender 'Kostråd til Måltider' (92 % mod 87 % blandt institutioner uden politik). Forskellen er dog ikke signifikant.
- **Brugen af værktøjerne:** En signifikant større andel af institutionerne med en nedskreven mad- og måltidspolitik bruger værktøjerne (29 % mod 20 % blandt institutioner uden politik).
- **Brugen af generelle anbefalinger ifm. planlægning af maden (Q2.9):** Der ses ingen forskelle i, hvilke anbefalinger der generelt anvendes i planlægningen af maden.

6. Evaluering af principper og råvarer for de fem fødevaregrupper

Evalueringen i dette afsnit tager afsæt i de fem overordnede fødevaregrupper, som indgår i Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeris oversigt. Hvert delafsnit indledes med en gennemgang af anbefalingerne efterfulgt af resultaterne.

Selvom Kostråd til Måltider i daginstitutioner angiver klare principper for, hvordan måltiderne bør sammensættes, rummer anbefalingerne en række undtagelser. Undtagelserne varierer mellem

morgenmad, frokost og mellemmåltider, og giver institutionerne mulighed for at justere mængden og typen af fødevarer på tværs af dagens måltider.

For **morgenmåltidet** giver principperne blandt andet mulighed for, at grøntsager og frugter kan udgøre mindre end en tredjedel af måltidet, at man kan undlade at servere bælgfrugter, fisk, kød og æg, og at nødder kan anvendes som erstatning for andre fedtstoffer. Morgenmåltidet skal dog altid indeholde mælk eller mælkeprodukt til gryn, mysli mv. eller mælk at drikke, og grød skal tilberedes med både vand og mælk.⁶

For **frokostmåltidet** findes undtagelser især i forhold til variationen af pålæg og brødtyper. Institutioner kan eksempelvis vælge at servere flere fiskebaserede pålæg end anbefalingerne, ligesom "andet" (fx grød eller vegetarretter) kan erstatte æg i enkelte af måltiderne. For kød i kolde måltider med brød dækker fordelingen '1 ud af 5' ikke over måltider, men over pålægstyper. 1 ud af 5 pålægstyper kan således være kød i kolde måltider med brød. Da mængden af kød i kolde måltider også er mindre end i varme måltider, kan kød serveres lidt oftere i kolde måltider end i varme måltider. Generelt gælder det, at hver gang der tilbydes 5 slags pålæg (måske over flere dage) vil en god fordeling være: 2 bælgfrugtpålæg, 1 fisk, 1 kød, 1 æg. Derudover anbefales særlige hensyn til brødtyper til de yngste børn under to år, hvor fuldkornsmængden bør begrænses. Grød anbefales højst én gang hver anden uge.⁷ Endeligt anbefales det, at der skal tilsættes ca. ½ tsk. ekstra fedtstof pr. dag til maden til børn under 2 år.

For **mellemmåltiderne** indebærer undtagelserne bl.a., at grøntsager og frugter gerne må udgøre omkring halvdelen af måltidet, at man kan undlade at servere bælgfrugter, fisk, kød og æg i de små mellemmåltider, samt at mælk eller mælkeprodukt kan være hovedbestanddel af mellemmåltiderne én ud af fem gange. De store mellemmåltider bør dog som udgangspunkt bidrage med flere næringsstoffer, og hvis man udelader proteinrige fødevarer her, bør de indgå i andre måltider.⁸

Tilsammen illustrerer undtagelserne, at Kostrådene giver mulighed for en fleksibel måltidsplanlægning, hvor institutionerne kan fordele udvalgte typer af råvarer strategisk mellem dagens måltider. Det understreges i materialet, at man sagtens kan servere mindre af noget i én måltidstype og mere af det samme i en anden, så længe den samlede ugentlige balance følger principperne. Dette giver rum for både praktiske hensyn, sæsonvariationer og børnegruppens præferencer, og bør tænkes ind i vurderingen af måltidernes kvalitet i analysen.

Når resultaterne af analysen præsenteres, er det derfor vigtigt at have disse undtagelser og fleksible rammer i mente. De påvirker, hvordan måltiderne kan sammensættes på tværs af dagen, og dermed hvordan data bør tolkes i forhold til, hvad der reelt forventes i praksis. De beskrevne undtagelser for morgenmad, frokost og mellemmåltider giver institutionerne mulighed for at fordele bestemte fødevareregrupper forskelligt over dagen, hvilket betyder, at enkelte afvigelser i data ikke nødvendigvis indikerer manglende efterlevelse, men kan være udtryk for en bevidst prioritering inden for kostrådernes rammer.

⁶ [Mere om morgenmad i daginstitutioner - Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri](#)

⁷ [Mere om frokost i daginstitutioner - Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri](#)

⁸ [Mere om mellemmåltider i daginstitutioner - Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri](#)

6.1 Grøntsager og frugter

Fødevarerstyrelsens principper for grøntsager og frugter

- Grøntsager og/eller frugter bør indgå i alle måltider
- Lad grøntsager og frugter udgøre mindst 1/3 af alle måltider
- Husk mørkegrønne grøntsager

I praksis betyder det, at når I serverer 5 måltider... (grøntsager/frugter i forskellige farver evalueres ikke)

- Grøntsager og/eller frugter skal altid indgå i hvert af de 5 måltider
- Mørkegrønne grøntsager bør udgøre hele frugt- og grøntmængden i 1 ud af 5 måltider.

Desuden inddrager vi anbefalingerne om:

- Vælg flere grøntsager end frugter
- Grove grøntsager skal udgøre ca. halvdelen af grøntsagerne
- Vælg årstidens grøntsager og frugter

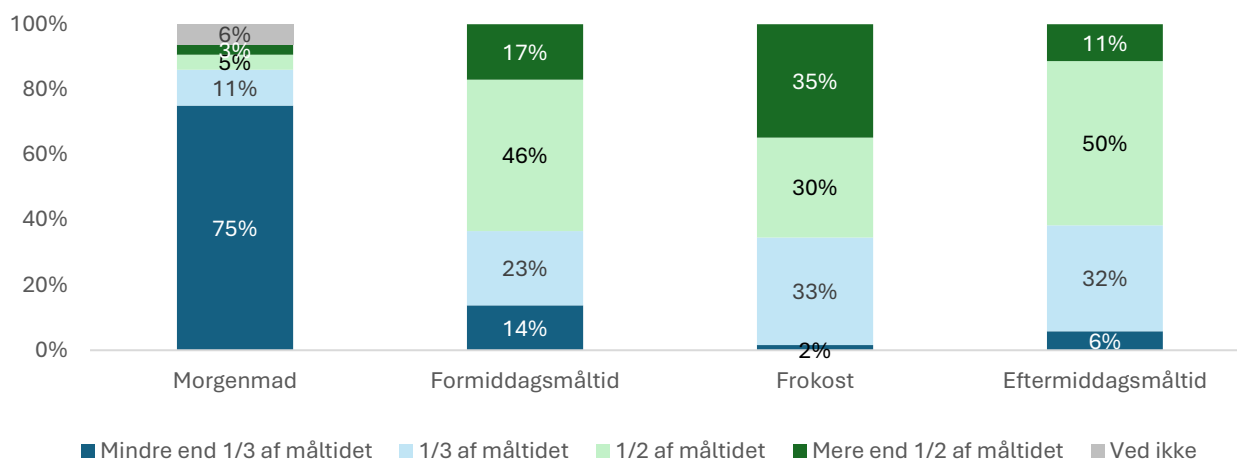
Kort opsummering: Undersøgelsen viser, at daginstitutionerne er opmærksomme på at få grøntsager og frugter ind i måltiderne. Det gælder især i forbindelse med frokostmåltidet, mens der er færre som får grøntsager og frugter implementeret i morgenmåltidet. Mørkegrønne grøntsager er næsten fraværende i morgenmåltidet og tilbydes kun sporadisk i forbindelse med mellemmåltiderne.

6.1.2 Efterlevelse af anbefalinger for grøntsager og frugter

Det anbefales, som udgangspunkt, at lade **'grøntsager og frugter udgøre mindst 1/3 af alle måltider'**. Undersøgelsen viser, at daginstitutionerne i stor stil efterlever dette princip i forbindelse med frokostmåltidet, hvor 98% af alle daginstitutioner siger, at frugt og grønt udgør mindst 1/3 af måltiderne. I mellemmåltiderne anbefales det, at grøntsager og frugter udgør ca. 1/2 af måltidet, dog med den undtagelse at hvis man ikke tilbyder mørkegrønne grøntsager i mellemmåltidet, så kan man servere dem oftere i frokostmåltidet. Ved formiddags- og eftermiddagsmåltiderne inkluderer hhv. 63% og 61% mindst 1/2 grøntsager og frugter og hhv. 86% og 93% mindst 1/3 grøntsager og frugter. 14% serverer mindre end 1/3 grøntsager og frugter ved formiddagsmåltidet og 6% serverer mindre end 1/3 grøntsager og frugter ved eftermiddagsmåltidet. Ved morgenmåltidet kan grøntsager og frugter, jf. Kostråd til Måltider, udgøre mindre end 1/3 af måltidet, hvilket også er tilfældet i 75% af måltiderne.

Grøntsager og frugter samlet andel i måltiderne

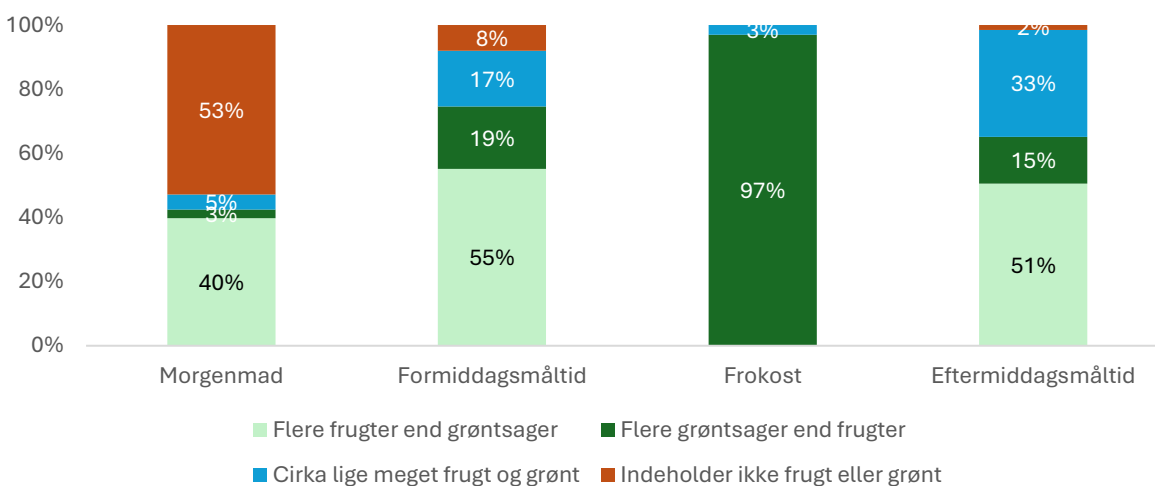
Q. Hvor meget udgør grøntsager/frugter samlet set af de måltider I tilbyder? Tag udgangspunkt i en uges måltider. N=454, single



Anbefalingen lyder: **'Vælg flere grøntsager end frugter'**. 97% af daginstitutionerne angiver, at grøntsager udgør en større del end frugter til frokost. Anderledes ser det ud i forbindelse med morgenmåltidet, hvor kun 3% af daginstitutionerne tilbyder flere grøntsager end frugter, og 53% tilbyder slet ikke grøntsager og frugter om morgenen. Til formiddags- og eftermiddagsmåltidet er der hhv. 19% og 15% af daginstitutionerne, som tilbyder flere grøntsager end frugter.

Grøntsager og frugters andel i forhold til hinanden i måltiderne

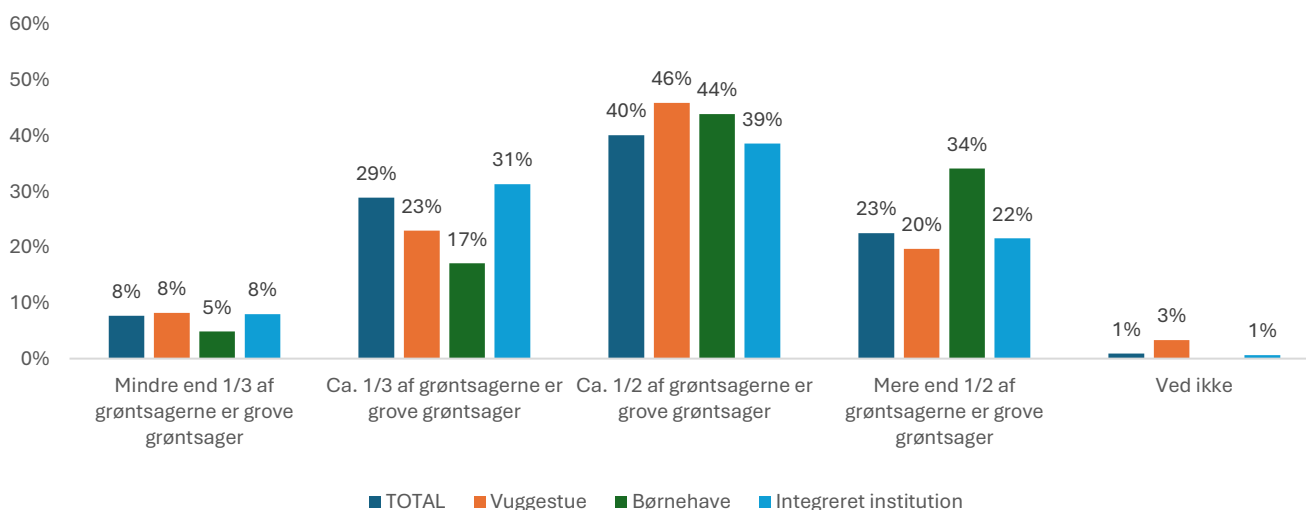
Q. Hvor meget udgør grøntsager og frugter i forhold til hinanden i de måltider, I tilbyder? Du skal tage udgangspunkt i måltiderne, serveret i løbet af en uge. N=454, single



Det anbefales også, at **'Grove grøntsager skal udgøre ca. halvdelen af grøntsagerne'**. 4 ud af 10 daginstitutioner lever op til dette princip, mens det hos 23% udgør mere end halvdelen. Hos 37% fylder de grove grøntsager 1/3 eller mindre.

Grove grøntsagers andel af de grøntsager, der anvendes

Q. Hvor meget udgør grove grøntsager af de grøntsager, I anvender? Du skal tage udgangspunkt i måltiderne, serveret i løbet af en uge. N=454, single



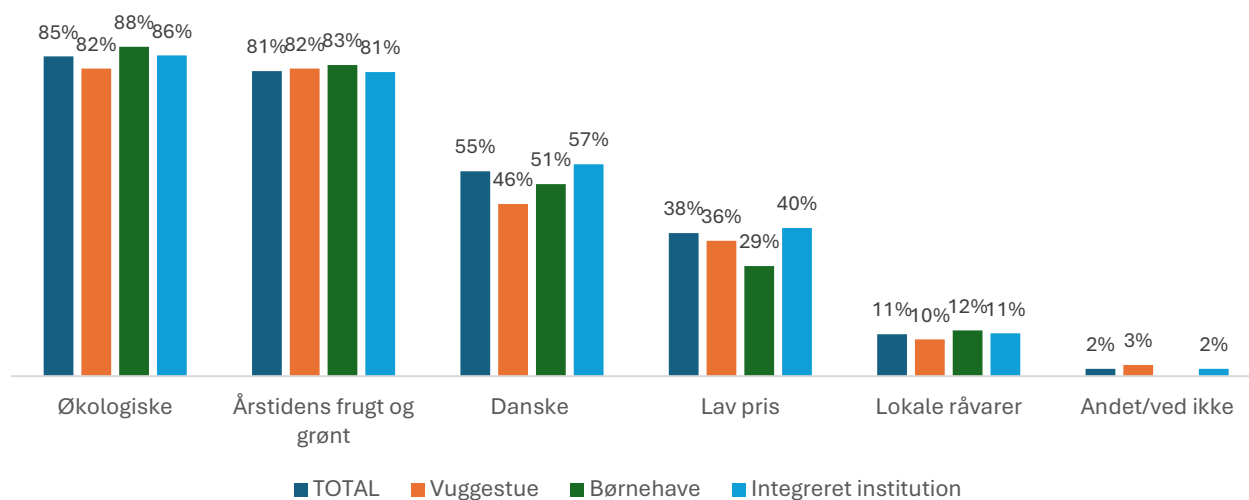
Valgkriterier

Når daginstitutionerne vælger grøntsager og frugter, har 'økologi' og 'årstidens frugt og grønt' stor betydning. 85% lægger vægt på økologi, og 81% på årstidens frugt og grønt. Anbefalingen, om at **'vælge årstidens grøntsager og frugter'** følges derfor i vid udstrækning i daginstitutionerne. Et andet vigtigt kriterium for daginstitutionerne er, at afgrøderne er danske. Lav pris og lokale råvarer har derimod relativt mindre betydning.

Der er ingen forskelle på valgkriterierne mellem institutionstyper. Der er relativt flere i Region Hovedstaden, som lægger vægt på økologi. Det samme gør sig gældende i Københavns Kommune og Aarhus Kommune i forhold til 'øvrige kommuner'. *Bemærk:* Valgkriterierne kan være påvirket af SKI-indkøbsaftaler.

Valgkriterier for grøntsager og frugter

Q. Hvad har betydning, når I vælger frugter og grøntsager? N=454, flere svar muligt



Principperne omsat til måltider

Principperne omsat til måltider angiver, at **'Grøntsager og/eller frugter skal altid indgå i hvert af de 5 måltider'**. 90% af daginstitutionerne angiver, at frugt og/eller grøntsager indgår i 5 ud af 5 frokostmåltider. I forbindelse med formiddags- og eftermiddagsmåltidet, er det hhv. 77% og 79% der angiver, at det indgår i 5 ud af 5 måltider, mens tallet er 28% for morgenmåltidet.

- Morgenmåltidet: 28 % af daginstitutionerne tilbyder grøntsager og/eller frugt i alle 5 ud af 5 morgenmåltider.
- Frokostmåltidet: 90 % serverer grøntsager og/eller frugt i 5 ud af 5 måltider
- Formiddag- og eftermiddagsmåltidet: Hhv. 77 % og 79 % af daginstitutionerne har grøntsager og/eller frugt i 5 ud af 5 formiddags- og eftermiddagsmåltider.

Anbefalingen om, at mørkegrønne grøntsager bør udgøre hele frugt- og grøntmængden i 1 ud af 5 måltider, er ikke direkte evalueret. Respondenterne har svaret på, i hvor mange måltider ud af 5, de indgår i, men ikke om det udgør hele frugt- og grøntmængden. Mørkegrønne grøntsager indgår stort set ikke i morgenmåltidet (92% svarer 0 måltider), og de indgår kun af og til i formiddags- og eftermiddagsmåltidet. I frokostmåltidet anvendes de mørkegrønne grøntsager i 1 eller flere måltider i løbet af ugen.

Tablet: Ud af ugens 5 morgenmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=301, single, tilbyder morgenmåltid,	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Grøntsager/frugter (totalt)	51%	9%	3%	2%	3%	28%	4%
Mørkegrønne grøntsager	92%	2%	2%	1%	0%	0%	2%

Table: Ud af ugens 5 formiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=377, single, tilbyder formiddagsmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Grøntsager/frugter (totalt)	10%	4%	3%	2%	3%	77%	1%
Mørkegrønne grøntsager	67%	14%	7%	8%	0%	2%	1%

Table: Ud af ugens 5 frokostmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=433, single, tilbyder frokostmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Grøntsager/frugter (totalt)	0%	0%	1%	1%	7%	90%	1%
Mørkegrønne grøntsager	1%	20%	29%	30%	11%	8%	1%

Table: Ud af 5 eftermiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=369, single, tilbyder eftermiddagsmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Grøntsager/frugter (totalt)	4%	4%	4%	5%	4%	79%	1%
Mørkegrønne grøntsager	49%	25%	13%	9%	1%	1%	2%

6.2 Bælgfrugter, fisk, kød og æg

Fødevarerstyrelsens principper for bælgfrugter, fisk, kød og æg

- Tilbyd mindre kød – og husk fisk
- Tilbyd bælgfrugter oftere end kød

I praksis betyder det, at når I serverer 5 måltider...

- Bælgfrugter i 2 ud af 5 måltider
- Fisk i 1 ud af 5 måltider
- Kød i 1 ud af 5 måltider
- Æg (eller andet) i 1 ud af 5 måltider

Desuden inddrager vi anbefalingen om:

- Vælg flere forskellige typer bælgfrugter/bælgfrugtpålæg
- Vælg både fede og magre fisk
- Vælg fisk med bæredygtighedsmærker
- Vælg hovedsaglig magert kød med højst 10 g. fedt pr. 100 g.
- Vælg hovedsagligt kød fra fjerkræ og gris
- Begræns forarbejdet kød

Kort opsummering: 98% af daginstitutionerne har anvendt bælgfrugter de seneste to uger, og de anvender gerne flere forskellige typer. Det er dog primært i forbindelse med det varme frokostmåltid, at de anvender bælgfrugter. 97% af daginstitutionerne har anvendt fisk inden for de seneste 2 uger. De anvender både magre og fede fisk, og hovedparten vælger fisk med bæredygtighedsmærker. 92% af daginstitutionerne har serveret kød inden for de seneste 2 uger. 74% af daginstitutionerne har serveret grisekød og fjerkræ, og 5% har serveret rødt kød i form af okse-, kalve-, og lammekød. Når det kommer til forarbejdet kød, så anvender 64% af daginstitutionerne det mindst en gang om ugen, mens 29% anvender det mere sjældent og 7% anvender det ikke.

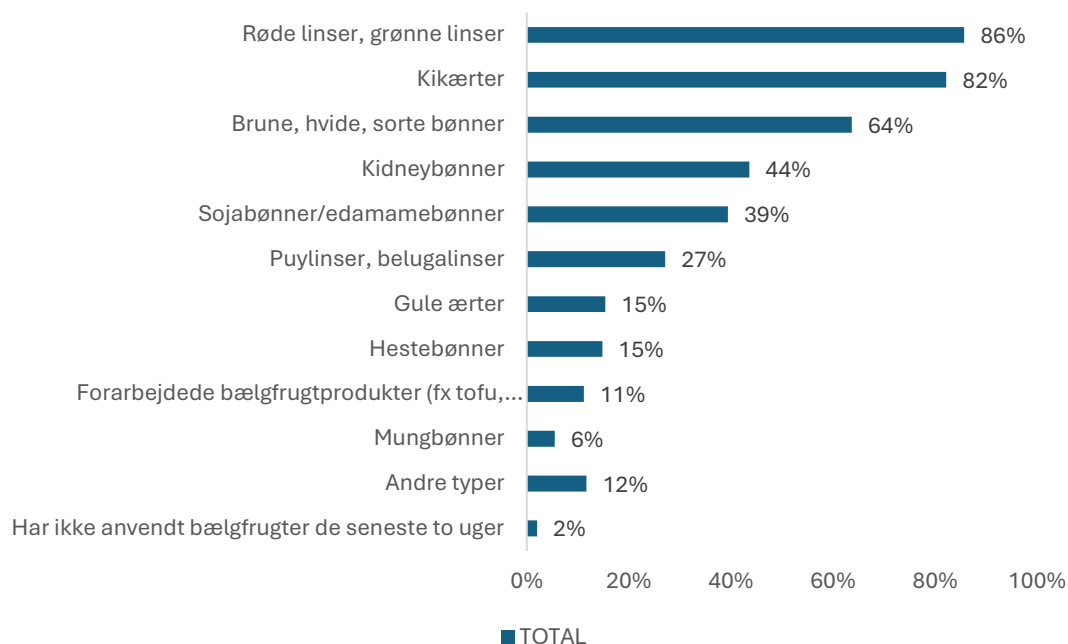
6.2.1 Efterlevelse af anbefalinger for bælgfrugter, fisk, kød og æg

Bælgfrugter

98% af daginstitutionerne har anvendt bælgfrugter inden for de seneste 2 uger. De bruger mange forskellige typer bælgfrugter, hvoraf de hyppigst anvendte er linser (røde og grønne), kikærter og bønner (sorte, hvide og sorte, kidney).

Anvendte bælgfrugter seneste to uger - totalt

Q. Inden for de seneste to uger, hvilke bælgfrugter har I anvendt/serveret? N=454, flere svar muligt



Ser man på anvendelsen af bælgfrugter opdelt på institutionstype, så er der ikke de store variationer, bortset fra, at børnehaver og integrerede institutioner i højere grad end vuggestuer anvender bønner (brune, hvide, sorte, soya og edamamebønner). Opdeling efter kommuner viser, at Københavns Kommune i højere grad end Aarhus Kommune og øvrige kommuner bruger bønner og linser.

Tabel: Anvendte bælgfrugter seneste to uger pr. institutionstype

N=454, flere svar muligt	TOTAL	Vuggestue	Børnehave	Integreret
Røde linser, grønne linser	86%	84%	76%	87%
Kikærter	82%	85%	85%	81%
Brune, hvide, sorte bønner	64%	48%	78%	65%
Kidneybønner	44%	49%	37%	44%
Sojabønner, Edamamebønner	39%	30%	49%	40%
Puylinser, Belugalinsler	27%	25%	34%	27%
Gule ærter	15%	18%	12%	15%
Hestebønner	15%	8%	10%	17%
Forarbejdede bælgfrugtprodukter (*)	11%	5%	2%	13%
Mungbønner	6%	2%	7%	6%
Andre typer	12%	8%	5%	13%
Ikke anvendt bælgfrugter seneste to uger	2%	3%	5%	1%

(*) Forarbejdede bælgfrugtprodukter er fx tofu, tempeh, ærteprotein mv.

Principperne omsat til måltider

Principperne omsat til måltider angiver, at **Bælgfrugter skal tilbydes i 2 ud af 5 måltider**. Efterlevelsen af dette kan ses i nedenstående tabel.

- Morgenmåltidet: 6% af daginstitutionerne tilbyder bælgfrugter i mindst 2 ud af 5 morgenmåltider. 92 % tilbyder bælgfrugter i ingen eller i 1 ud af 5 måltider.
- Frokostmåltidet: 77% serverer bælgfrugter i forbindelse med varme frokostmåltider i mindst 2 ud af 5 måltider, mens andelen ligger på 30% i forbindelse med kolde frokostmåltider. 20% tilbyder bælgfrugter i ingen eller i 1 ud af 5 måltider i forbindelse med varme måltider, og 37 % tilbyder bælgfrugter i ingen eller i 1 ud af 5 måltider i forbindelse med kolde måltider.
- Formiddag- og eftermiddagsmåltidet: 23% af daginstitutionerne tilbyder bælgfrugter i mindst 2 ud af 5 formiddagsmåltider, og andelen ligger på 33% i forbindelse med eftermiddagsmåltidet.

Tabel: Ud af ugens 5 morgenmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=301, single, tilbyder morgenmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Bælgfrugter og/eller Bælgfrugtpålæg	84%	8%	2%	1%	1%	2%	2%

Tabel: Ud af ugens 5 formiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=377, single, tilbyder formiddagsmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Bælgfrugter og/eller Bælgfrugtpålæg	57%	19%	13%	6%	1%	3%	1%

Tabel: Ud af ugens 5 frokostmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=433, single, tilbyder frokostmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Bælgfrugter (varme målt.)	2%	18%	30%	29%	11%	7%	2%
Bælgfrugtpålæg (kolde)	16%	51%	21%	4%	2%	3%	4%

Tabel: Ud af 5 eftermiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

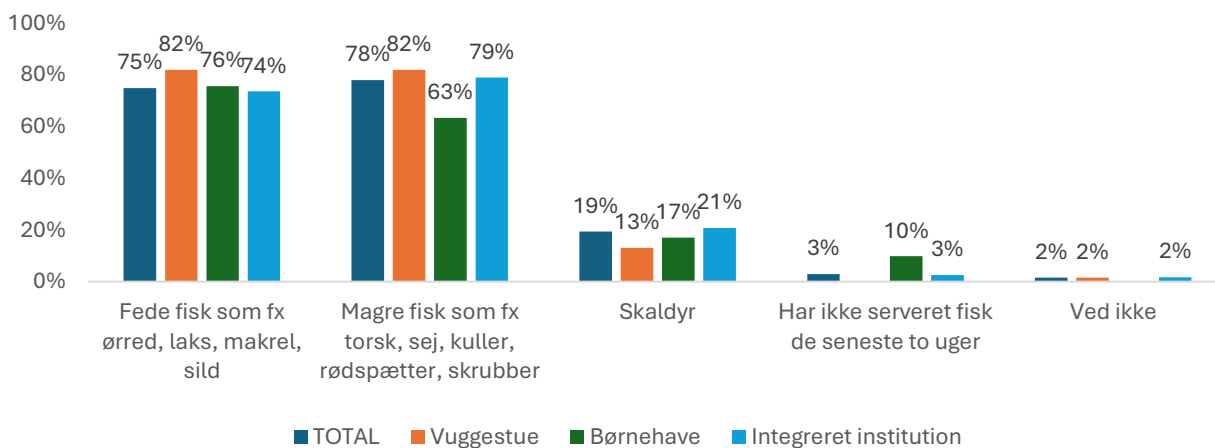
<i>N=369, single tilbyder mellemmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Bælgfrugter og/eller Bælgfrugtpålæg	28%	36%	21%	10%	1%	2%	3%

Fisk

97% af daginstitutionerne har anvendt fisk inden for de seneste to uger. Daginstitutionerne anvender både fede og magre fisk. 75% har anvendt fede fisk de seneste to uger, mens 78% har anvendt magre fisk. Der er ikke fundet væsentlige forskelle i resultaterne opdelt på institutionstype.

Anvendte fisk seneste to uger (totalt)

Q. Inden for de seneste to uger, hvilke fisk har I anvendt/serveret? N=454, flere svar muligt

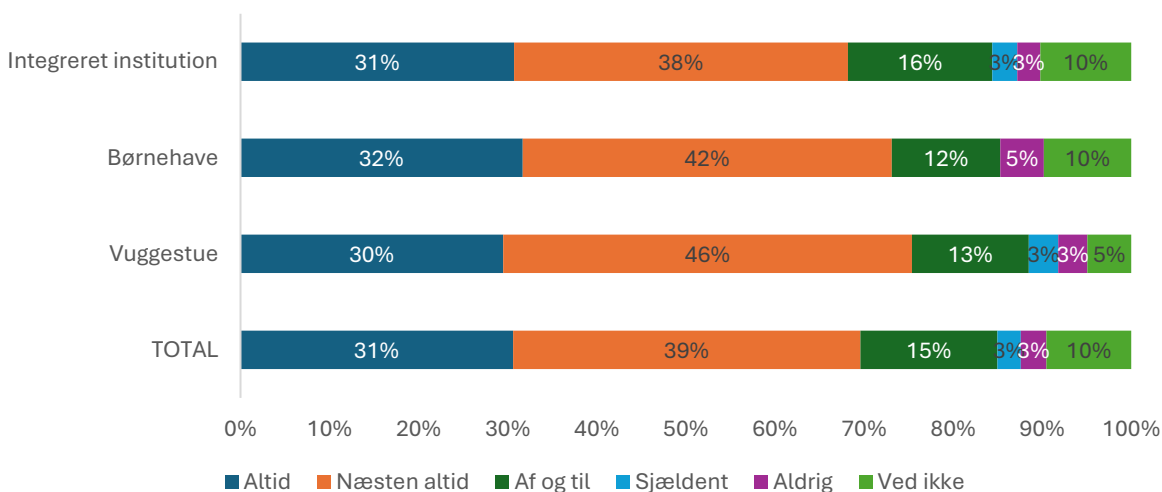


En anden anbefaling går på at **vælge fisk med bæredygtighedsmærker**. Som nedenstående figur viser, så vælger 7 ud af 10 daginstitutioner altid/næsten altid fisk med bæredygtighedsmærker, 15% vælger det 'af og til', og 6% vælger det sjældent/aldrig. Der er ingen forskel i resultaterne opdelt på institutionstype.



Bæredygtighedsmærker - fisk

Q. Hvor ofte vælger I fisk med et eller flere af disse mærker? N=454, single



Principperne omsat til måltider

Principperne omsat til måltider angiver, at **fisk bør tilbydes i 1 ud af 5 måltider**. Efterlevelsen af dette kan ses i nedenstående tabeller.

- Morgenmåltidet: 5% af daginstitutionerne serverer fisk til min. 1 ud af 5 måltider. 93% serverer ikke fisk til dette måltid.
- Frokostmåltidet: 90% serverer fisk til varme frokostmåltider i mindst 1 ud af ugens 5 måltider, og 95% serverer fiskepålæg til kolde måltider i mindst 1 ud af ugens 5 frokostmåltider. 7% serverer ikke fisk i forbindelse med varme måltider og 4% serverer ikke fiskepålæg i forbindelse med kolde måltider.
- Formiddags- og eftermiddagsmåltidet: Hhv. 11% og 28% af daginstitutionerne serverer fisk til 1 eller flere måltider ud af 5 måltider. Og hhv. 87% og 70% serverer ikke fisk.

Tablet: Ud af ugens 5 morgenmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=301, single, tilbyder morgenmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Fisk og fiskepålæg	93%	2%	3%	0%	0%		2%

Tablet: Ud af ugens 5 formiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=377, single, tilbyder formiddagsmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Fisk og fiskepålæg	87%	7%	3%	1%			2%

Tablet: Ud af ugens 5 frokostmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=433, single, tilbyder frokostmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Fisk (varme måltider)	7%	82%	6%	1%		1%	3%
Fiskepålæg (kolde)	4%	60%	26%	4%	1%	4%	1%

Tablet: Ud af 5 eftermiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=369, single, tilbyder mellemmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Fisk og fiskepålæg	70%	24%	4%				2%

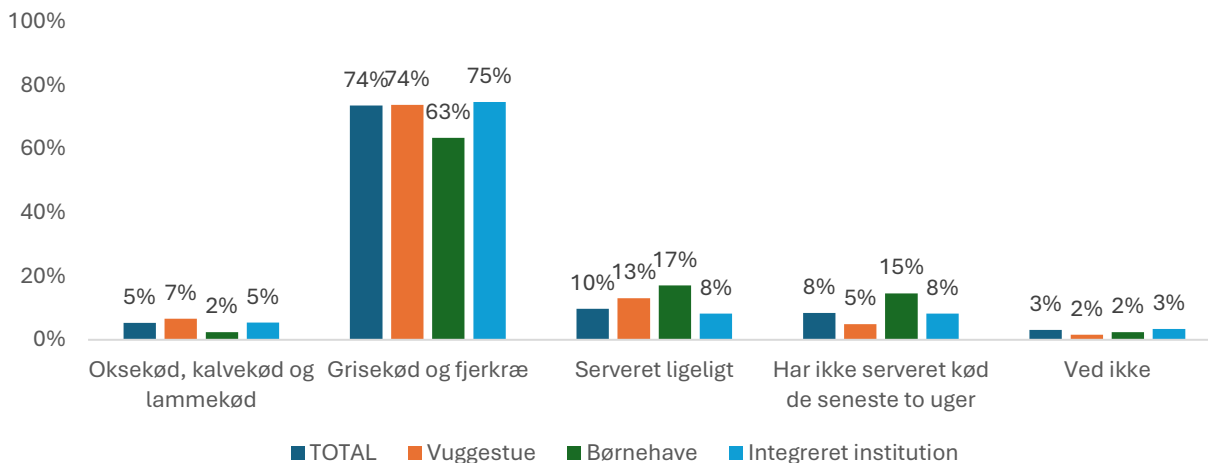
Kød

92% af daginstitutionerne har anvendt kød inden for de seneste to uger. 74% af daginstitutionerne har serveret grisekød og fjerkræ, mens 5% har serveret okse-, kalve- og lammekød inden for de seneste to uger. 10% siger, at de har serveret det ligeligt.

Der er ingen signifikante forskelle i resultaterne opdelt på institutionstype. Ser man på den geografiske opdeling, så er der flere i de 'øvrige kommuner', som har anvendt okse/kalve/lammekød, mens der er flere i Københavns Kommune, der har anvendt grisekød/fjerkræ.

Den hyppigst anvendte kødtype seneste to uger

Q. Inden for de seneste to uger, hvilken kødtype har I serveret mest af? N=454, single



Tabel: Anvendelse af okse-, kalve-, og lammekød ift. den samlede mængde kød, der anvendes

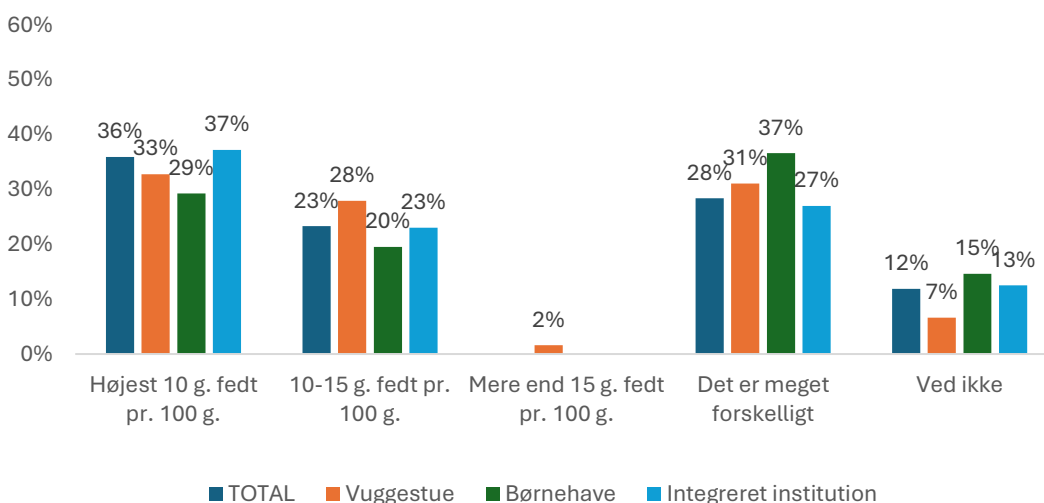
Q. Når I anvender kød, hvilken andel udgør okse-, kalve- og lammekød af den samlede mængde? N=358, anvendt kød, single

Mindre end 1/4 af kødet er okse/lam/kalvekød	Ca. 1/4 af kødet er okse/lam/kalvekød	Ca. 1/2 af kødet er okse/lam/kalvekød	Mere end 1/2 af kødet er okse/lam/kalvekød	Ved ikke
75%	12%	5%	2%	6%

Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri anbefaler at **vælge magert kød med højst 10 g. fedt pr. 100 g.** Som nedenstående figur viser, vælger ca. hver tredje daginstitution (36%) oftest kød med højst 10 g. fedt pr. 100 g. Der er en tendens til, at vuggestuer i lidt højere grad vælger en højere fedtprocent, men forskellen er ikke signifikant.

Fedtprocenter i kød

Q. Hvilken fedtprocent vælger I oftest, når I vælger kød? N=454, single

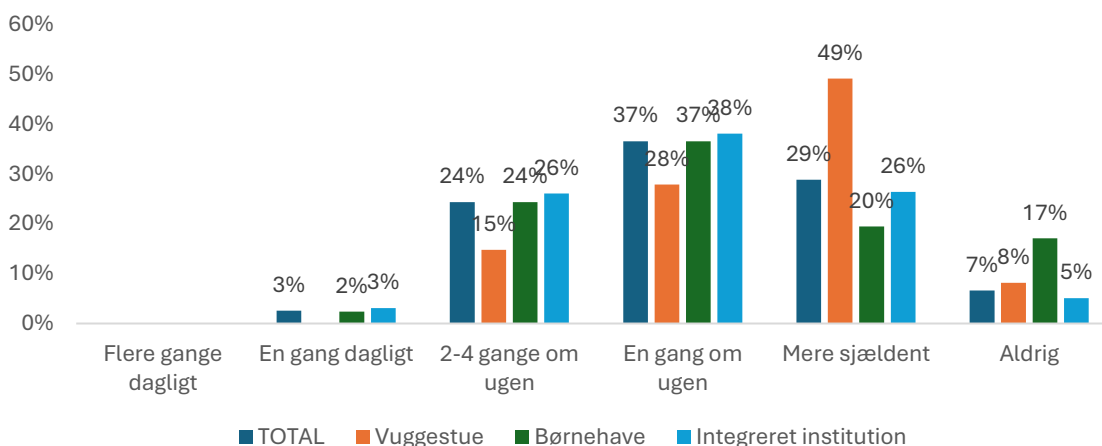


En anden anbefaling i forbindelse med kød, er at **begrænse forarbejdet kød** (fx saltet og røget kød, som kødpålæg, pølser og bacon). 64% af daginstitutionerne serverer forarbejdet kød mindst en gang om ugen. 29% serverer det mere sjældent end en gang om ugen, og 7% serverer det aldrig.

Vuggestuer serverer det mere sjældent end børnehaver og integrerede institutioner. Ser man på geografi, så er der relativt flere i Københavns Kommune, som aldrig serverer forarbejdet kød, sammenlignet med Aarhus Kommune og 'øvrige kommuner'.

Forarbejdet kød

Q. Hvor ofte serverer I forarbejdet kød, dvs. kød der fx er røget og saltet, som kødpålæg, pølser og bacon? N=454, single



Principperne omsat til måltider

Principperne omsat til måltider angiver, at **kød bør tilbydes i 1 ud af 5 måltider**. Efterlevelsen af dette kan ses i nedenstående tabeller.

- Morgenmåltidet: 5% af daginstitutionerne serverer det i 1 ud af 5 måltider. 89% af serverer ikke kød og/eller kødpålæg til dette måltid.
- Frokostmåltidet: 53-66% af daginstitutionerne serverer kød og/eller kødpålæg i 1 ud af 5 måltider.
- Formiddags- og eftermiddagsmåltidet: Hhv. 11% og 36% serverer kød i 1 ud af 5 måltider, mens hhv. 80% og 56% ikke serverer kød til dette måltid.

Tablet: Ud af ugens 5 morgenmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=301, single, tilbyder morgenmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Kød og/eller kødpålæg	89%	5%	2%	1%	0%	1%	2%

Tablet: Ud af ugens 5 formiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=377, single, tilbyder formiddagsmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Kød og/eller kødpålæg	80%	11%	6%	0%	1%	1%	1%

Tablet: Ud af ugens 5 frokostmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=433, single, tilbyder frokostmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Kød (varme måltider)	9%	66%	18%	4%	1%	0%	2%
Kødpålæg (kolde måltider)	10%	53%	26%	4%	1%	4%	2%

Tablet: Ud af 5 eftermiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=369, single, tilbyder mellemmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Kød og/eller kødpålæg	56%	36%	5%	1%		0%	2%

Principper for æg omsat til måltider

Anbefalingerne for æg, omsat til '5 måltider' lyder, at **æg bør tilbydes i 1 ud af 5 måltider**. Efterlevelsen af dette kan ses i nedenstående tabeller.

- Morgenmåltidet: 3% af daginstitutionerne serverer æg i 1 ud af 5 måltider. 91% serverer ikke æg til dette måltid.
- Frokostmåltidet: 68% af daginstitutionerne serverer æg i 1 måltid ud af 5 (og 93% serverer æg til frokostmåltidet i mindst 1 ud af ugens 5 måltider).
- Formiddags- og eftermiddagsmåltidet: Hhv. 10% og 26% æg i 1 ud af 5 måltider, mens hhv. 85% og 68% ikke serverer æg til disse måltider.

Tablet: Ud af ugens 5 måltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

ÆG, <i>Tilbyder måltidet, single</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Morgenmåltid	91%	3%	3%	1%			2%
Formiddagsmåltid	85%	10%	3%			1%	1%
Frokostmåltid	4%	68%	21%	2%	1%	1%	2%
Eftermiddagsmåltid	68%	26%	2%				3%

6.3 Kornprodukter og kartofler

Fødearestyrelsens principper for kornprodukter og kartofler

- Vælg primært fuldkorn
- Variér med kartofler

I praksis betyder det, at når I serverer 5 måltider...

- Fuldkornsprodukter i 3-4 ud af 5 måltider
- Produkter med mindre/ingen fuldkorn i 1-2 ud af 5 måltider

Desuden inddrager vi anbefalingerne om:

- Gå efter fuldkornslogoet

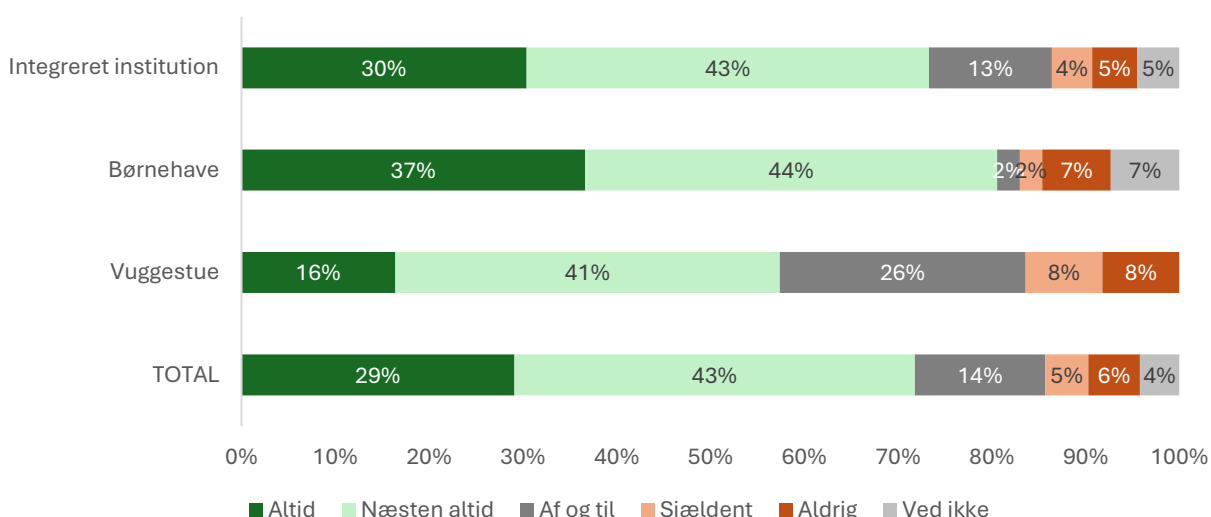
Kort opsummering: 72% af daginstitutionerne går altid/næsten altid efter fuldkornslogoet. 97% af daginstitutionerne i undersøgelsen bager selv brød og boller og 89% angiver, at fuldkornsmelet udgør mindst 1/3 af det mel, der benyttes til bagningen. Fuldkornsprodukter anvendes bredt i alle måltiderne, men mest udbredt er det i morgenmåltidet, hvor 89 % serverer det i 3 ud af 5 måltider.

6.3.1 Efterlevelse af anbefalinger for kornprodukter og kartofler

Daginstitutionerne anbefales at **gå efter fuldkornslogoet**. 72% af daginstitutionerne går altid/næsten altid efter fuldkornslogoet (fordelt på 73% i integrerede institutioner, 81% i børnehaver og 57% i vuggestuer). Vuggestuerne går således i relativt mindre grad efter fuldkornslogoet.

Fuldkornslogoet

Q. Når I køber brød, pasta, bulgur, mel, myslí, morgenmadsprodukter, hvor ofte går I så efter fuldkornslogoet? N=454, single

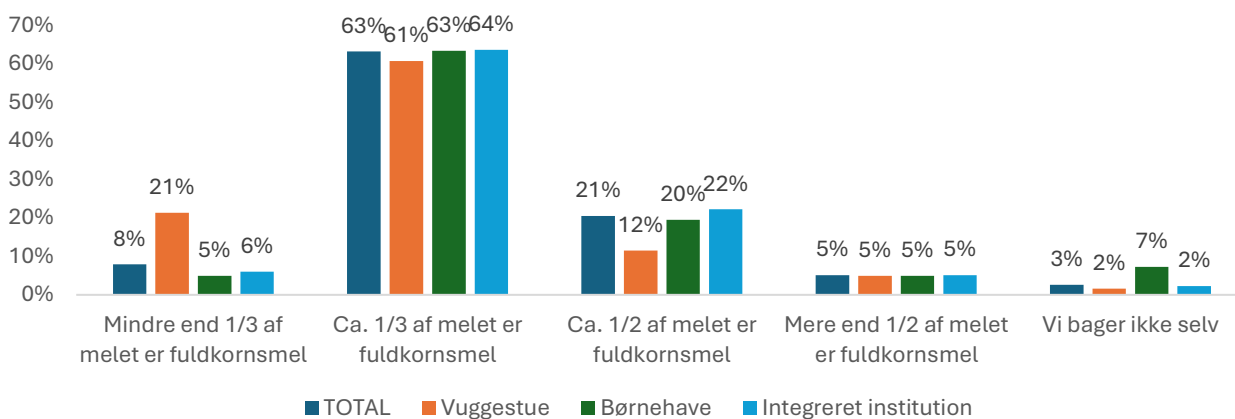


97% af daginstitutionerne i undersøgelsen bager selv brød og boller. Hovedparten af daginstitutionerne (89%) angiver, at fuldkornsmelet udgør mindst 1/3 af det mel, der benyttes til bagningen. 8% angiver, at fuldkornsmelet udgør mindre end 1/3.

I vuggestuerne anvendes der lidt mindre fuldkornsmel. Således angiver 21% af vuggestuerne, at fuldkornsmelet udgør mindre end 1/3 af melet (det samme siger 5-6% i børnehaver og integrerede institutioner).

Fuldkornsmel i hjemmebagt brød og boller

Q. Når I selv bager, hvor meget fuldkornsmel er der typisk i jeres hjemmebagte brød og boller? N=454, single



Principperne omsat til måltider

Principperne omsat til måltider angiver, at når der serveres 5 måltider, så bør der være **fuldkornsprodukter i 3-4 ud af 5 måltider**, og produkter med mindre/ingen fuldkorn i 1-2 ud af 5 måltider. Hvorvidt dette følges, kan ses af nedenstående tekst og tabeller.

- *Morgenmåltidet*: 89% serverer fuldkornsprodukter i mindst 3 ud af 5 måltider.
- *Formiddags- og eftermiddagsmåltidet*: Hhv. 76% og 65% serverer fuldkornsprodukter i mindst 3 ud af 5 måltider.
- *Der varierer med kartofler* i forbindelse med frokostmåltidet, men ikke de øvrige måltider.

Tablet: Ud af ugens 5 morgenmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=301, single, tilbyder morgenmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Fuldkornsprodukter	4%	3%	3%	4%	4%	81%	2%
Produkter mindre/ingen fuldkorn	83%	6%	2%	3%	1%	4%	2%
Kartofler	91%	5%	2%			0%	1%

Tablet: Ud af ugens 5 formiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=377, single, tilbyder formiddagsmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Fuldkornsprodukter	7%	7%	10%	10%	11%	55%	1%
Produkter mindre/ingen fuldkorn	68%	11%	9%	3%	3%	5%	2%
Kartofler	86%	8%	4%	1%			1%

Tablet: Ud af ugens 5 frokostmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=433, single, tilbyder frokostmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Fuldkornsprodukter	1%	13%	22%	26%	15%	23%	1%
Produkter mindre/ ingen fuldkorn	51%	33%	8%	3%	1%	1%	3%
Kartofler	4%	63%	28%	4%	0%		1%

Tabel: Ud af 5 eftermiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=369, single, tilbyder mellemmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Fuldkornsprodukter	5%	11%	17%	11%	15%	39%	1%
Produkter mindre/ ingen fuldkorn	59%	18%	10%	8%	3%	1%	1%
Kartofler	78%	17%	3%	1%			2%

6.4 Fedtstoffer, nødder og frø

Fødevarestyrelsens principper for fedtstoffer, nødder og frø

- Brug oftest planteolier
- Supplér med nødder og frø

I praksis betyder det, at når I serverer 5 måltider...

- Planteolier eller produkter baseret på planteolie i 3-4 ud af 5 måltider
- Smør i højst 1 ud af 5 måltider
- Nødder i 2 ud af 5 måltider og frø i 2 ud af 5 måltider

Desuden inddrager vi anbefalingerne om:

- Vælg oftest planteolier/produkter med planteolier frem for hårde fedtstoffer
- Vælg især raps- og olivenolie
- Vælg usaltede eller saltede nødder med højst 0,8 g. salt pr. 100 g.
- Vælg forskellige typer af nødder og frø

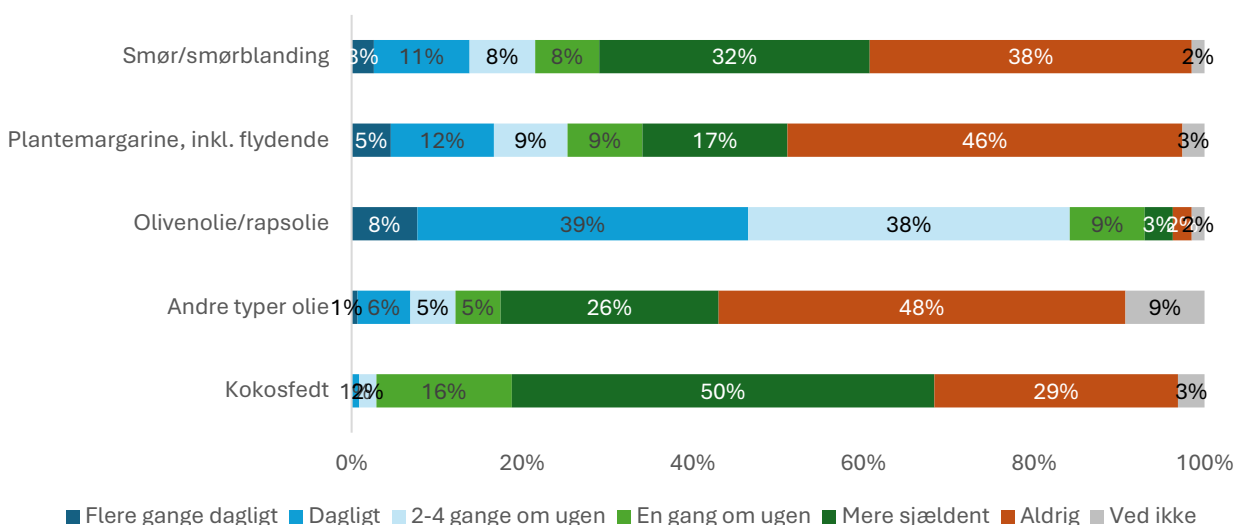
Kort opsummering: Planteolier er det fedtstof som oftest anvendes ved tilberedning af varme retter, og der anvendes især raps- og olivenolie. Ved kolde retter anvendes smør og plantemargarine næsten lige så ofte som planteolier. Nødder og frø bruges mest til frokost, og sjældent til morgen- og formiddagsmåltider. Næsten alle daginstitutionerne har anvendt frø og/eller nødder inden for de seneste to uger, de anvender forskellige typer, og vælger primært de usaltede varianter.

6.4.1 Efterlevelse af anbefalinger for fedtstoffer, nødder og frø

Daginstitutionerne er opmærksomme på at bruge planteolier, og de bruger oftest raps- og olivenolie. I forbindelse med tilberedning af varme måltider, er olivenolie/rapsolie langt det mest anvendte fedtstof (47% benytter det dagligt eller flere gange dagligt). Mindre udbredt er plantemargarine/flydende plantemargarine og smør/smørblanding, som hhv. 17% og 14% benytter dagligt/flere gange dagligt.

Varme retter: Hyppighed i anvendelsen af forskellige typer fedtstoffer - totalt

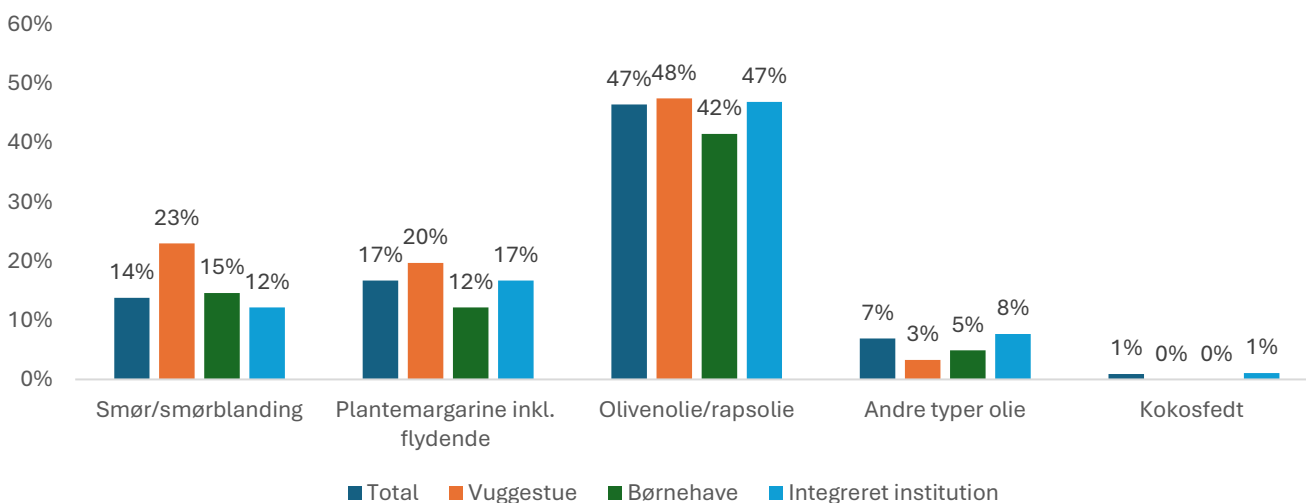
Q. Hvor ofte anvender I følgende typer fedtstoffer, når I tilbereder varme måltider? N=454, single



Herunder ses andelen pr. institutionstype, der dagligt/flere gange dagligt anvender fedtstofferne ved tilberedning af varme måltider. Der er ikke de store udsving i resultaterne mellem institutionstyper, men der er en tendens til, at vuggestuerne anvender lidt mere fedtstof.

Varme retter: Anvendelse 'Dagligt/flere gange dagligt' af fedtstoffer - pr. institutionstype

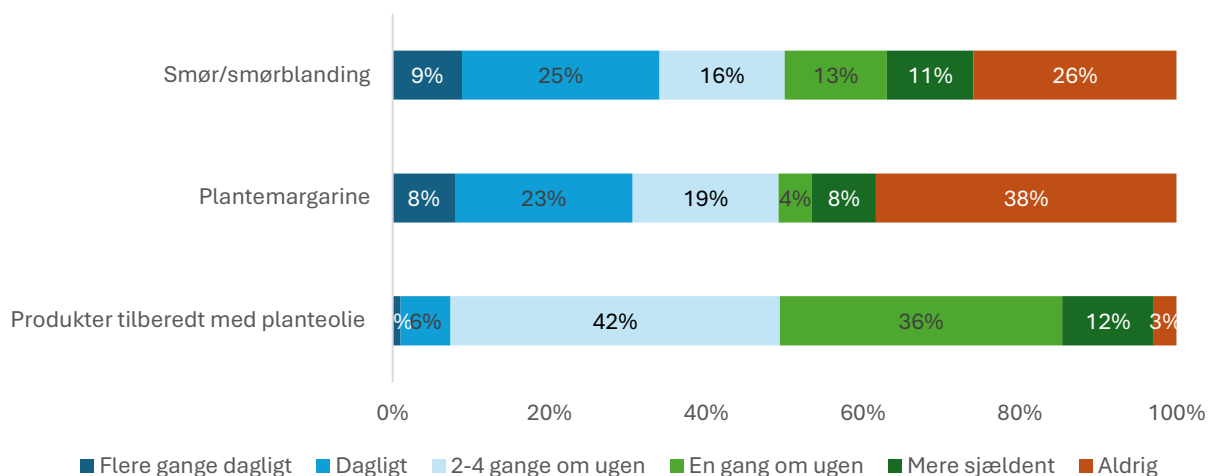
Q. Hvor ofte anvender I følgende typer fedtstoffer, når I tilbereder varme måltider? N=454, single



Billedet er et andet, når der ses på de kolde måltider. 34% af daginstitutionerne anvender smør/smørblanding dagligt eller flere gange dagligt, mens 31% anvender plantemargarine og 7% anvender produkter tilberedt med planteolie. Produkter tilberedt med planteolie er fx hummus, pesto, mayonnaise. Anvendelse af planteolier i forbindelse med kolde retter ligger således på niveau med smør/smørblandinger.

Kolde retter: Hyppighed i anvendelsen af forskellige typer fedtstoffer - totalt

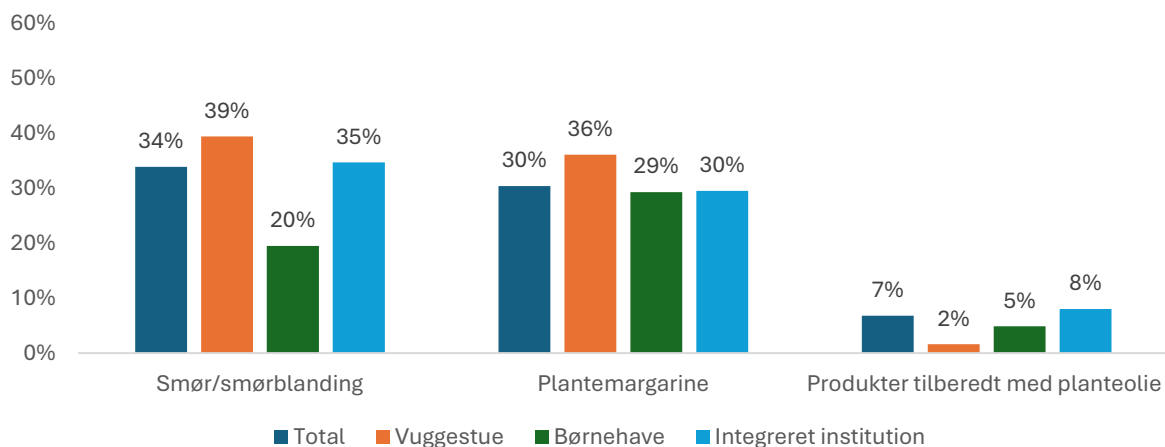
Q. Hvor ofte anvender I følgende typer fedtstoffer, når I serverer kolde måltider fx brød? N=454, single



Nedenstående figur viser andelen mellem institutionstyper, der dagligt eller flere gange dagligt anvender fedtstofferne ved kolde måltider. Vuggestuerne anvender hyppigere smør/smørblanding/plantemargarine end de to andre institutionstyper.

Kolde retter: 'Daglig/flere gange daglig' anvendelse af fedtstoffer - pr. institutionstype

Q. Hvor ofte anvender I følgende typer fedtstoffer, når I serverer kolde måltider fx brød? N=454, single



Principperne omsat til måltider

Principperne omsat til måltider angiver, at når der serveres 5 måltider, så bør der være **planteolier eller produkter baseret på planteolie i 3-4 ud af 5 måltider, og smør i højst 1 ud af 5 måltider**. Hvorvidt dette følges, ses af nedenstående tabeller. *Bemærk:* Da der kun er spurgt ind til 'planteolie' og ikke 'produkter baseret på planteolier', har vi valgt kun at kommentere på frokostmåltidet i forbindelse med planteolier.

- Til morgenmåltidet anvender 49% af daginstitutionerne smør i højst 1 ud af 5 måltider.
- Til frokostmåltidet anvender 70% af daginstitutionerne smør i højst 1 ud af 5 måltider. 36% af daginstitutionerne anvender planteolier i 3-4 ud af 5 måltider
- Til formiddags- og eftermiddagsmåltider anvender 52% af daginstitutionerne smør i højst 1 ud af 5 måltider.

Tabel: Ud af ugens 5 morgenmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=301, single, tilbyder morgenmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Planteolie	75%	4%	4%	1%	1%	13%	2%
Smør/smørblanding	44%	5%	5%	4%	2%	38%	2%

Tabel: Ud af ugens 5 formiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=377, single, tilbyder formiddagsmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Planteolie	63%	6%	6%	5%	1%	17%	1%
Smør/smørblanding	43%	9%	9%	9%	3%	27%	1%

Tabel: Ud af ugens 5 frokostmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=433, single, tilbyder frokostmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Planteolie	12%	14%	17%	21%	15%	16%	5%
Smør/smørblanding	45%	25%	16%	4%	1%	5%	4%

Tabel: Ud af 5 eftermiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

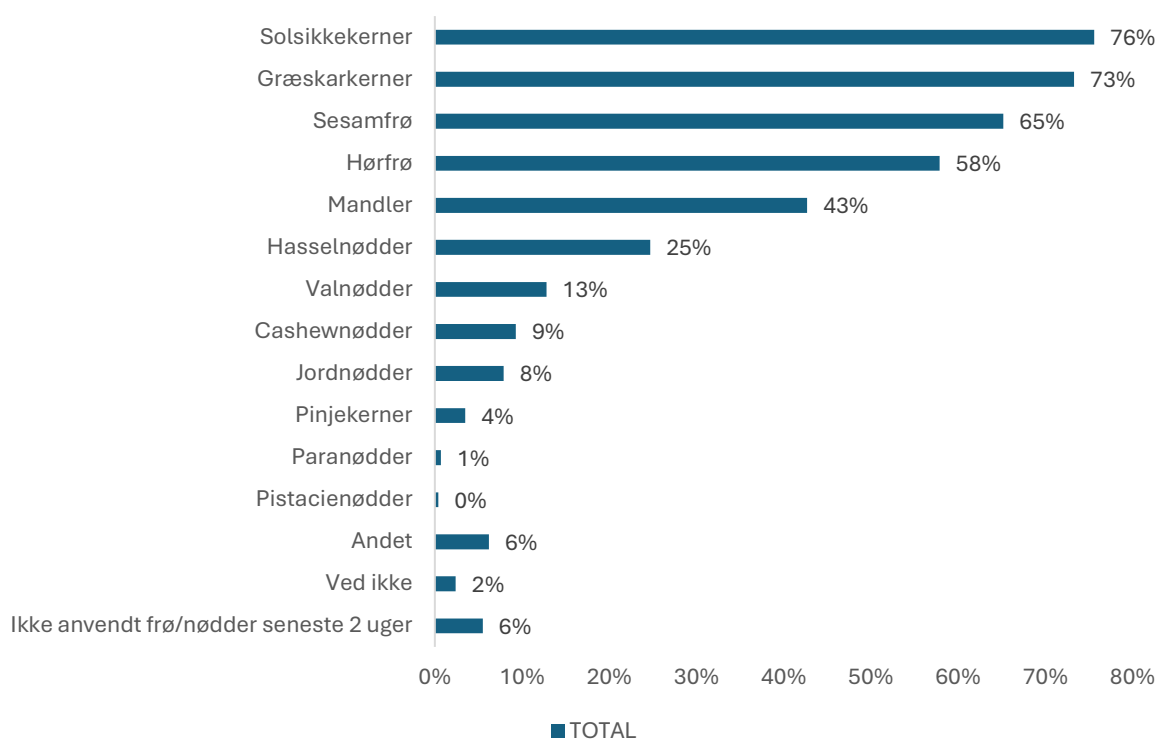
<i>N=369, single, tilbyder mellemmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Planteolie	49%	11%	13%	8%	3%	13%	3%
Smør/smørblanding	37%	15%	13%	12%	7%	16%	2%

Frø og nødder

94% af daginstitutionerne har anvendt frø og/eller nødder inden for de seneste to uger, og de anvender en del forskellige typer af frø og nødder. Dog anvendes nødder ikke i så høj grad som kerner og frø. De mest anvendte typer er solsikkekerner (76%) og græskarkerner (73%). Dernæst følger sesamfrø (65%), hørfrø (58%) og mandler (43%). Som det fremgår af tabellen herunder, så anvender børnehaver og integrerede institutioner i lidt højere grad frø og nødder, end vuggestuer gør.

Anvendelse af frø og nødder seneste to uger - totalt

Q. Hvilke typer frø og nødder har I anvendt de seneste 2 uger? N=454, flere svar muligt



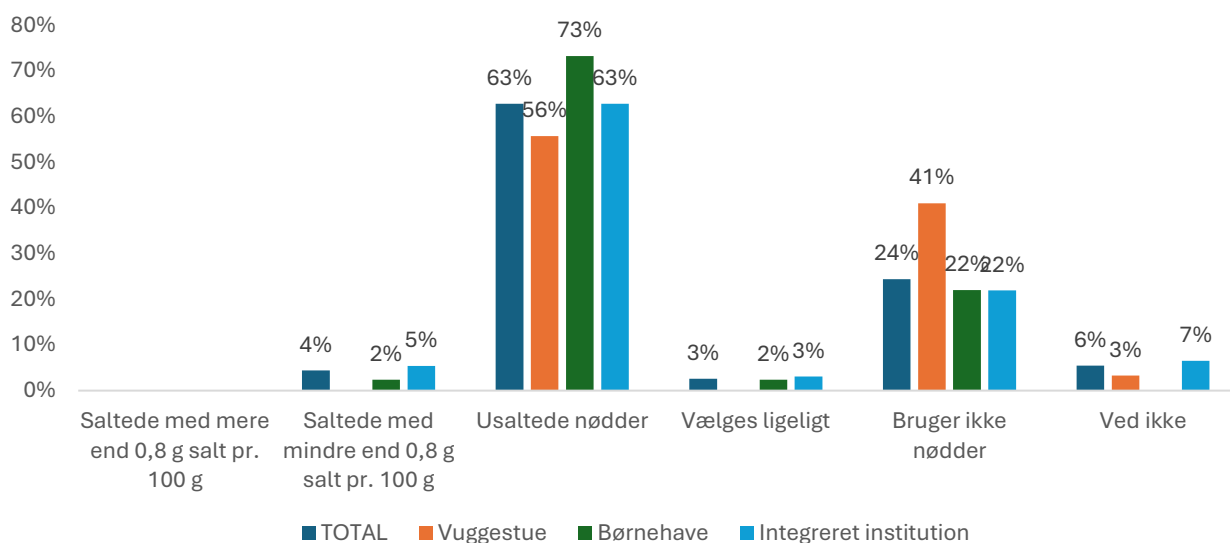
Tablet: Anvendte frø og nødder to uger pr. institutionstype

N=454, flere svar muligt	TOTAL	Vuggestue	Børnehave	Integreret
Solsikkekerner	76%	67%	83%	76%
Græskarkerner	73%	57%	83%	75%
Sesamfrø	65%	67%	68%	65%
Hørfrø	58%	57%	66%	57%
Mandler	43%	31%	49%	44%
Hasselnødder	25%	21%	34%	24%
Valnødder	13%	15%	15%	12%
Cashewnødder	9%	7%	7%	10%
Jordnødder	8%	8%	10%	8%
Pinjekerner	4%	2%		4%
Paranødder og Pistacienødder	2%		5%	1%
Andet	6%	8%	2%	6%
Ved ikke	2%	2%		3%
Ikke anvendt frø/nødder seneste 2 uger	6%	12%	2%	5%

Daginstitutionernes brug af **saltede og usaltede nødder** viser, at hovedparten anvender de usaltede nødder. 63% anvender usaltede nødder, mens kun 4% anvender de saltede, og da kun højst med 0,8 g. salt pr. 100 g. Ingen anvender nødder med mere end 0,8 g. salt pr. 100 g.

Saltede eller usaltede nødder

Q. Vælger I oftest saltede eller usaltede nødder? N=454, single



Principperne omsat til måltider

Principperne omsat til måltider angiver, at når der serveres 5 måltider, så bør der være **nødder i 2 ud af 5 måltider, og frø i 2 ud af 5 måltider.**

- Morgenmåltidet. 3% af daginstitutionerne anvender nødder i 2 ud af 5 måltider, mens 5% angiver at de bruger frø i 2 ud af 5 måltider. 88% anvender ikke nødder, og 75% anvender ikke frø.
- Formiddagsmåltidet: 13% af daginstitutionerne angiver, at der indgår nødder i 2 ud af 5 måltider, og 10% angiver, at der indgår frø i 2 ud af 5 måltider. 80% anvender ikke nødder og 61% anvender ikke frø.
- Frokostmåltidet: 8% af daginstitutionerne angiver, at der indgår nødder i 2 ud af 5 måltider, og 19% angiver, at der indgår frø i 2 ud af 5 måltider. 48% anvender ikke nødder og 30% anvender ikke frø.
- Eftermiddagsmåltidet. 62% anvender ikke nødder, 39% anvender ikke frø. 8% af daginstitutionerne angiver, at der indgår nødder i 2 ud af 5 måltider, og 21% angiver, at der indgår frø i 2 ud af 5 måltider.

Tablet: Ud af ugens 5 morgenmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=301, single, tilbyder morgenmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Nødder	88%	3%	3%	1%		2%	3%
Frø	75%	5%	5%	6%	1%	6%	3%

Tabel: Ud af ugens 5 formiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=377, single tilbyder formiddagsmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Nødder	80%	13%	5%	2%		1%	1%
Frø	61%	10%	11%	9%	4%	5%	1%

Tabel: Ud af ugens 5 frokostmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=433, single tilbyder frokostmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Nødder	48%	34%	8%	2%	0%		8%
Frø	30%	36%	19%	5%	2%	1%	7%

Tabel: Ud af 5 eftermiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=369, single tilbyder mellemmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Nødder	62%	23%	8%	2%		0%	4%
Frø	39%	19%	21%	10%	3%	3%	5%

6.5 Mælkeprodukter og ost

Fødevarestyrelsens principper for mælkeprodukter og ost

- Brug mælkeprodukter og ost i moderate mængder

I praksis betyder det, at når I serverer 5 måltider...

- Mælkeprodukter i 2-3 ud af 5 måltider, heraf højst 1 måltid med federe typer
- Ost i 1-2 ud af 5 måltider

Desuden inddrager vi anbefalingerne om:

- Vælg oftest produkter med højst 5 g. fedt pr. 100 g. i madlavningen, og vælg oftest produkter med højst 1,5 g. fedt og højst 4 g. tilsat sukker, når det udgør hoveddelen af et måltid
- Vælg både fed og mager ost

Kort opsummering: Undersøgelsen viser, at 92% af daginstitutionerne har anvendt mælkeprodukter i madlavningen de seneste to uger. De anvendte produkter indeholder forskellige fedtprocenter (fordeler sig jævnt ud over hhv. 5 g., 10 g. eller mere end 10 g. fedt pr. 100 g.).

53% af daginstitutionerne har anvendt mælkeprodukter som hovedbestanddel af et måltid de seneste to uger. De hyppigste anvendte varianter er naturelprodukter med hhv. 1,5 g. fedt og mere end 1,5 g. fedt pr. 100 g. Kun få bruger produkter med tilsat sukker.

6.5.1 Efterlevelse af anbefalingerne for mælkeprodukter og ost

92% af daginstitutionerne har brugt mælkeprodukter i madlavningen de seneste to uger (det kan fx være fx creme fraiche, madlavningsfløde, mælk).

8% har slet ikke anvendt mælkeprodukter i madlavningen. 45% har anvendt mælkeprodukter med lavt fedtindhold (højst 5 g. fedt pr. 100 g.), 37% har anvendt mælkeprodukter med mellemhøjt fedtindhold (6-10 g. fedt pr. 100 g.), og 44% har anvendt produkter med et højt fedtindhold (mere end 10 g. fedt pr. 100 g.). Der er ingen signifikante forskelle på forbruget i vuggestuer, børnehaver og integrerede institutioner, bortset fra at børnehaver i lidt mindre grad anvender de fede produkttyper.

Tabel: Anvendte mælkeprodukter i madlavningen seneste to uger

N=454, flere svar muligt	TOTAL	Vuggestue	Børnehave	Integreret
Mælkeprodukter med højst 5 g. fedt pr. 100 g.	45%	51%	56%	42%
Mælkeprodukter med 6-10 g. fedt pr. 100 g.	37%	34%	27%	38%
Mælkeprodukter med mere end 10 g. fedt pr. 100 g.	44%	51%	24%	45%
Ikke brugt i madlavningen seneste to uger	8%	10%	12%	8%
Ved ikke	4%		5%	5%

53% af daginstitutionerne har anvendt mælkeprodukter som hovedbestanddel af et måltid de seneste to uger (det kan fx være yoghurt, A38 og ymer).

47% siger, at de slet ikke har anvendt denne type produkter. Blandt de adspurgte er det især naturelprodukter, der anvendes. Kun meget få anvender produkter med tilsat sukker.

Der er ingen signifikante forskelle på forbruget i vuggestuer, børnehaver og integrerede institutioner, bortset fra at børnehaver i lidt mindre grad end vuggestuer og integrerede institutioner anvender naturelprodukter med mere end 1,5 g. fedt pr. 100 g.

Tabel: Anvendte mælkeprodukter som hovedbestanddel af et måltid seneste to uger

N=454, flere svar muligt	TOTAL	Vuggestue	Børnehave	Integreret
Naturelprodukter, højst 1,5 g. fedt pr. 100 g.	25%	28%	34%	23%
Naturelprodukter, mere end 1,5 g. fedt pr. 100 g.	15%	23%	5%	15%
Produkter, højst 1,5 g. fedt og højst 4 g. sukker pr. 100 g.	7%	8%	7%	7%
Produkter, mere end 1,5 g. fedt/mere end 4 g. sukker pr 100 g.	1,5%			2%
Har ikke brugt som hovedbestanddel seneste to uger	47%	39%	46%	49%

Principperne omsat til måltider

Principperne omsat til måltider angiver, at der bør være **mælkeprodukter i 2-3 ud af 5 måltider**, heraf højst 1 måltid med federe typer. **Ost anbefales i 1-2 ud af 5 måltider**.

- Morgenmåltidet: 77% af daginstitutionerne serverer mælkeprodukter til næsten alle morgenmåltider (4-5 måltider). 6% af daginstitutionerne serverer mælkeprodukter i 2-3 måltider ud af 5. 10% af daginstitutionerne tilbyder ikke mælkeprodukter til morgenmåltidet. 15 % af daginstitutionerne serverer ost i 1-2 måltider ud af 5. Halvdelen serverer ikke ost.
- Formiddagsmåltidet: 9% serverer mælkeprodukter i 2-3 måltider ud af 5. 65% af daginstitutionerne serverer ikke mælkeprodukter til formiddagsmåltidet. 39% af daginstitutionerne serverer ost i 1-2 måltider ud af 5. 52% serverer ikke ost til formiddagsmåltidet.
- Frokostmåltidet: 40% af daginstitutionerne serverer mælkeprodukter i 2-3 måltider ud af 5. 30% tilbyder det til 1 måltid, og 10% tilbyder det til næsten alle måltider (4-5 måltider), mens 16% ikke tilbyder det. 77% af daginstitutionerne serverer ost i 1-2 måltider ud af 5.
- Eftermiddagsmåltidet: 12% serverer det i 2-3 måltider ud af 5. 48% af daginstitutionerne serverer ikke mælkeprodukter til eftermiddagsmåltidet, og 22% serverer det til 1 måltid. 16% serverer det til næsten alle måltider (4-5 måltider). 63% af daginstitutionerne serverer ost i 1-2 måltider ud af 5. 28% serverer ikke ost.

Tablet: Ud af ugens 5 morgenmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=301, single, tilbyder morgenmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Mælkeprodukter	10%	5%	3%	3%	2%	75%	2%
Ost	50%	8%	7%	8%	2%	23%	2%

Tablet: Ud af ugens 5 formiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=377, single, tilbyder formiddagsmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Mælkeprodukter	65%	11%	6%	3%	1%	13%	1%
Ost	52%	24%	15%	6%	1%	2%	1%

Tablet: Ud af ugens 5 frokostmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=433, single, tilbyder frokostmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Mælkeprodukter	16%	30%	28%	12%	4%	6%	4%
Ost	15%	59%	18%	3%	1%	0%	4%

Tablet: Ud af 5 eftermiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=369, single, tilbyder mellemmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Mælkeprodukter	48%	22%	10%	2%	1%	15%	3%
Ost	28%	43%	20%	5%	1%	1%	2%

7. Drikkevarer

I relation til drikkevarer anbefaler Kostråd til Måltider, at der tilbydes vand til alle måltider. For hvad angår mælk skriver Kostråd til Måltider; ”Tilbyd dagligt mælk at drikke enten til et mellemmåltid eller til frokost – ca. 1 dl pr. barn (et lille glas). I praksis kan I tilbyde letmælk til vuggestuebørn og skummet- eller minimælk til børnehavebørn.

Daginstitutionerne har angivet, hvor ofte de tilbyder vand, mælk og plantedrik. Resultaterne ses herunder.

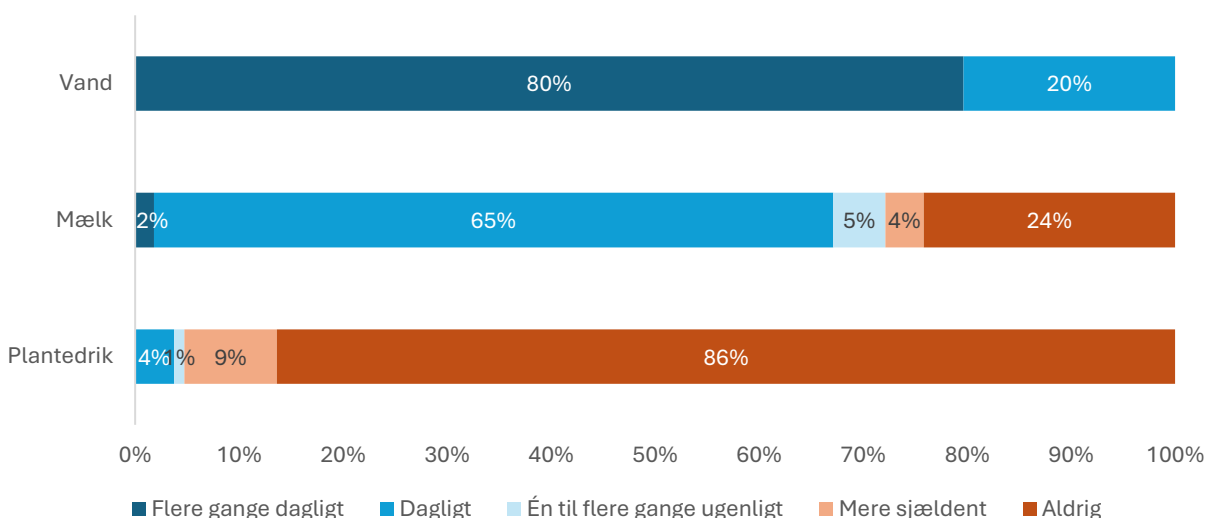
Anbefalingen om at tilbyde vand til alle måltider følges. Vand er den mest udbredte drikkevarer i daginstitutionerne. 80% tilbyder vand flere gange dagligt, og 20% tilbyder det dagligt.

Anbefalingen om at tilbyde drikkemælk dagligt følges ikke i alle daginstitutioner. 65% af daginstitutionerne tilbyder mælk dagligt, og 2% tilbyder mælk flere gange dagligt. 5% tilbyder det 2-5 gange om ugen, og 4% tilbyder det mere sjældent end én gang om ugen. Hver fjerde institution tilbyder slet ikke mælk (24%).

Plantedrik tilbydes kun sjældent i daginstitutionerne. 86% tilbyder det slet ikke, og 9% tilbyder det mere sjældent end én gang om ugen. 5% af daginstitutionerne tilbyder det én gang om ugen eller oftere (ingen tilbyder det flere gange dagligt).

Tilbudte drikkevarer totalt

Q. Hvor ofte tilbyder I følgende drikkevarer? N=454, single



Herunder ser forbruget af henholdsvis vand, mælk og plantedrik opdelt på institutionstyper. Der er ingen signifikante forskelle på forbruget mellem institutionstyper, bortset fra, at der er relativt flere børnehaver end vuggestuer, som slet ikke tilbyder mælk.

VAND, N=454, pr. institutionstype, single	TOTAL	Vuggestue	Børnehave	Integreret
Flere gange dagligt	80%	75%	80%	80%
Dagligt	20%	25%	20%	20%

2-4 gange om ugen				
En gang om ugen				
Mere sjældent				
Aldrig				

MÆLK , N=454, pr. institutionstype, single	TOTAL	Vuggestue	Børnehave	Integreret
Flere gange dagligt	2%	5%	2%	1%
Dagligt	65%	72%	56%	65%
2-4 gange om ugen	4%	3%		4%
En gang om ugen	1%	2%	5%	1%
Mere sjældent	4%	3%		4%
Aldrig	24%	15%	37%	24%

PLANTEDRIK , N=454, pr. institutionstype, single	TOTAL	Vuggestue	Børnehave	Integreret
Flere gange dagligt				
Dagligt	4%	2%	10%	3%
2-4 gange om ugen				
En gang om ugen	1%	3%		1%
Mere sjældent	9%	12%	15%	8%
Aldrig	86%	84%	76%	87%

I det følgende ses de drikkevarer, daginstitutionerne tilbyder til hhv. morgenmåltidet, formiddagsmåltidet, frokostmåltidet og eftermiddagsmåltidet.

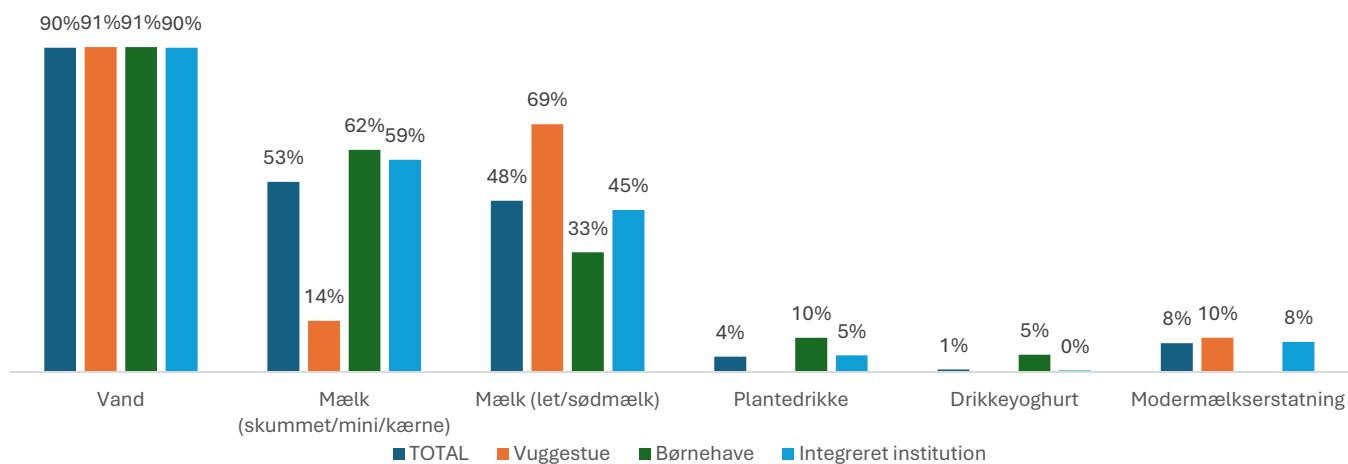
Drikkevarer – morgenmåltidet

Vand er den mest udbredte drikkevare til morgenmåltidet. 9 ud af 10 daginstitutioner tilbyder vand til morgenmåltidet. 53 % af daginstitutionerne tilbyder skummet-/mini-/kærnemælk, og 48% tilbyder let-/sødmælk. Kun meget få tilbyder plantedrikke, drikkeyoghurt og modermælkserstatning til morgenmåltidet. Ingen tilbyder saft, iste, sodavand og kakao, tilskudsblandinger eller juice til morgenmåltidet.

Der er en signifikant højere andel i børnehaver og integrerede institutioner, som tilbyder fedtfattige mælkeprodukter, mens vuggestuer i højere grad end de to andre tilbyder let-/sødmælk.

Tilbudte drikkevarer til morgenmåltidet

Q. Hvilke drikkevarer tilbydes børnene til morgenmåltidet? N=301, tilbyder morgenmåltid, flere svar muligt



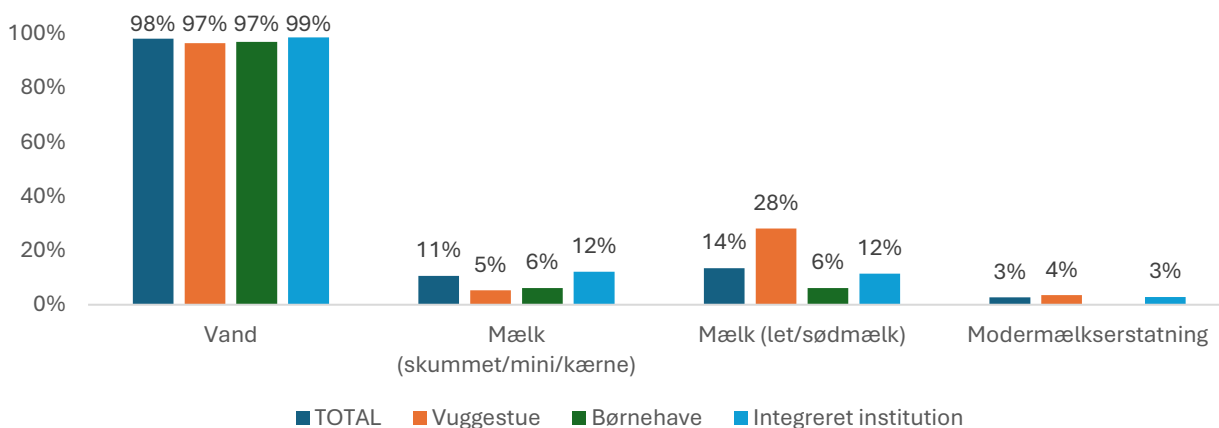
Drikkevarer - formiddagsmåltidet

Vand er den mest udbredte drikkevarer til formiddagsmåltidet. 98 % af daginstitutionerne tilbyder vand til dette måltid. 11% tilbyder skummet-/mini-/kærnemælk, og 14% tilbyder let-/sødmælk. 3 % tilbyder modernmælkserstatning. Ingen tilbyder saft, iste, sodavand, juice, smoothie, kakao, plantedrikke, drikkeyoghurt eller tilskudsblandinger.

Den eneste signifikante forskel er, at vuggestuer i højere grad end børnehaver og integrerede institutioner tilbyder mælkeprodukterne let-/sødmælk.

Tilbudte drikkevarer til formiddagsmåltidet

Q. Hvilke drikkevarer tilbydes børnene til formiddagsmåltidet? N=377, tilbyder formiddagsmåltid, flere svar muligt

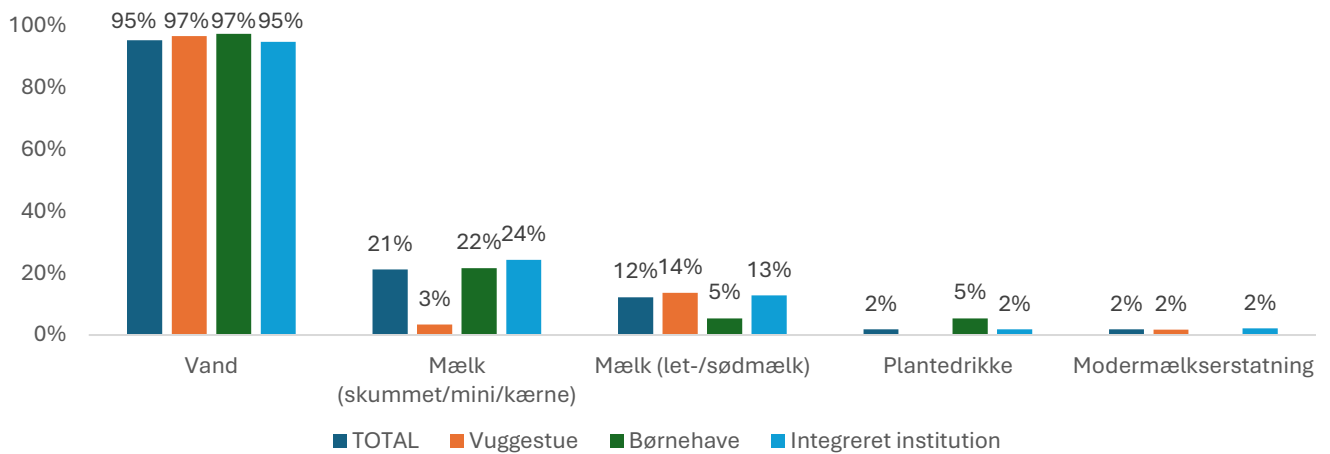


Drikkevarer - frokostmåltidet

Vand er den mest udbredte drikkevarer til frokostmåltidet. 95 % af daginstitutionerne tilbyder vand. Hver femte (21%) tilbyder skummet-/mini-/kærnemælk, og 12% tilbyder let-/sødmælk. Kun meget få tilbyder plantedrikke og modernmælkserstatning. Ingen tilbyder saft, iste, sodavand, juice, smoothie, kakao, drikkeyoghurt eller tilskudsblandinger.

Tilbudte drikkevarer til frokostmåltidet

Q. Hvilke drikkevarer tilbydes børnene til frokostmåltidet? N=433, tilbyder frokostmåltid, flere svar muligt

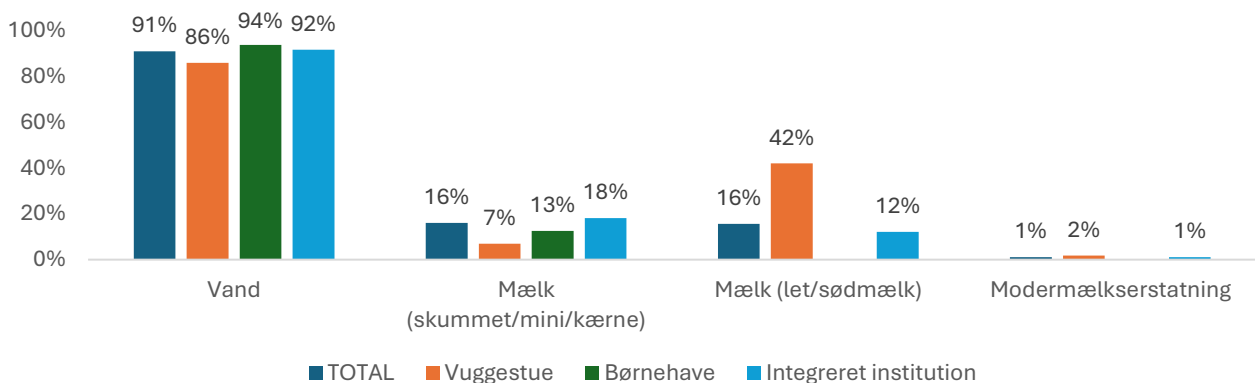


Drikkevarer - eftermiddagsmåltidet

Vand er den mest udbredte drikkevarer til eftermiddagsmåltidet. 91% tilbyder vand til dette måltid. 16% tilbyder skummet-/mini-/kærnemælk, og 16% tilbyder let-/sødmælk. 1% tilbyder modernmælkserstatning. Vuggestuerne serverer i højere grad end børnehaverne let-/sødmælk til eftermiddagsmåltidet. Ingen tilbyder plantedrikke, saft, iste, sodavand, juice, smoothie, kakao, drikkeyoghurt eller tilskudsblending.

Tilbudte drikkevarer til eftermiddagsmåltidet

Q. Hvilke drikkevarer tilbydes børnene til eftermiddagsmåltidet? N=369, tilbyder eftermiddagsmåltid flere svar muligt



8. Samlet tabeloversigt pr. måltid over alle fødevarergrupper

Tabellerne i det følgende viser alle de varer, som indgår i Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeris råvareoversigt. De enkelte fødevarer er indsat i kapitel 6, alt efter hvor de hører til i de 5 overordnede varekategorier.

8.1 Morgenmåltidet

Tablet: Ud af ugens 5 morgenmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=301, single, tilbyder morgenmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Grøntsager/frugter (totalt)	51%	9%	3%	2%	3%	28%	4%
Mørkegrønne grøntsager	92%	2%	2%	1%	0%	0%	2%
Bælgfrugter og Bælgfrugtpålæg	84%	8%	2%	1%	1%	2%	2%
Fisk og fiskepålæg	93%	2%	3%	0%	0%		2%
Kød og kødpålæg	89%	5%	2%	1%	0%	1%	2%
Æg	91%	3%	3%	1%	0%	0%	2%
Fuldkornsprodukter	4%	3%	3%	4%	4%	81%	2%
Produkter med mindre/ingen fuldkorn	83%	6%	2%	3%	1%	4%	2%
Kartofler	91%	5%	2%			0%	1%
Planteolie	75%	4%	4%	1%	1%	13%	2%
Smør	44%	5%	5%	4%	2%	38%	2%
Nødder	88%	3%	3%	1%		2%	3%
Frø	75%	5%	5%	6%	1%	6%	3%
Mælkeprodukter	10%	5%	3%	3%	2%	75%	2%
Ost	50%	8%	7%	8%	2%	23%	2%

Note: Mørkegrønne grøntsager er fx spinat, broccoli og grønkål. Fuldkornsprodukter er fx rugbrød, fuldkornspasta, brune ris, havregryn, rugfrø. Produkter med mindre/ingen fuldkorn er fx hvidt brød, hvide ris, hvid pasta.

8.2 Formiddagsmåltidet

Tablet: Ud af ugens 5 formiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

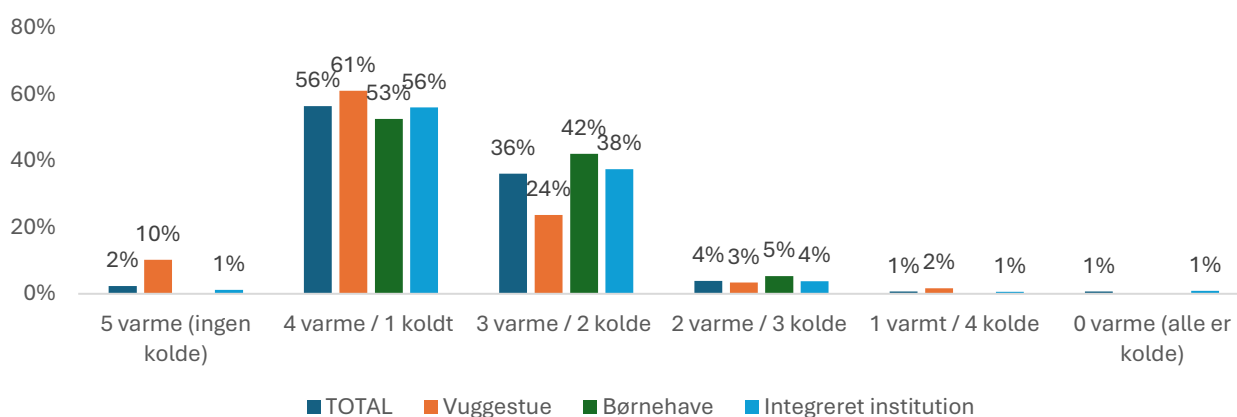
<i>N=377, single, tilbyder formiddagsmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Grøntsager/frugter (totalt)	10%	4%	3%	2%	3%	77%	1%
Mørkegrønne grøntsager	67%	14%	7%	8%	0%	2%	1%
Bælgfrugter og Bælgfrugtpålæg	57%	19%	13%	6%	1%	3%	1%
Fisk og fiskepålæg	87%	7%	3%	1%			2%
Kød og kødpålæg	80%	11%	6%	0%	1%	1%	1%
Æg	85%	10%	3%			1%	1%
Fuldkornsprodukter	7%	7%	10%	10%	11%	55%	1%
Produkter med mindre/ingen fuldkorn	68%	11%	9%	3%	3%	5%	2%
Kartofler	86%	8%	4%	1%			1%
Planteolie	63%	6%	6%	5%	1%	17%	1%
Smør	43%	9%	9%	9%	3%	27%	1%
Nødder	80%	13%	5%	2%		1%	1%
Frø	61%	10%	11%	9%	4%	5%	1%
Mælkeprodukter	65%	11%	6%	3%	1%	13%	1%
Ost	52%	24%	15%	6%	1%	2%	1%

8.3 Frokostmåltidet

Daginstitutionerne tilbereder typisk en blanding af kolde og varme frokostmåltider hen over ugen, men trods det, er der **flere varme måltider i forhold til kolde måltider**. 56% tilbyder 4 varme måltider og 36% tilbyder 3 varme måltider ud af ugens 5 frokostmåltider. Praktisk talt ingen tilbyder kun varme måltider eller kun kolde måltider. Vuggestuer tilbyder lidt flere varme måltider til frokost end de to andre institutionstyper.

Varme og kolde frokostmåltider

Q. Hvor mange varme og hvor mange kolde frokostmåltider har I typisk på en uge? N=433, tilbyder frokostmåltid, single



Tablet: Ud af ugens 5 frokostmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

N=433, single, tilbyder frokostmåltid	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Grøntsager/frugter (totalt)	0%	0%	1%	1%	7%	90%	1%
Mørkegrønne grøntsager	1%	20%	29%	30%	11%	8%	1%
Bælgfrugter (varme målt.)	2%	18%	30%	29%	11%	7%	2%
Bælgfrugtpålæg (kolde måltider)	16%	51%	21%	4%	2%	3%	4%
Fisk (varme måltider)	7%	82%	6%	1%		1%	3%
Fiskepålæg (kolde målt.)	4%	60%	26%	4%	1%	4%	1%
Kød (varme måltider)	9%	66%	18%	4%	1%	0%	2%
Kødpålæg (kolde måltider)	10%	53%	26%	4%	1%	4%	2%
Æg	4%	68%	21%	2%	1%	1%	2%
Fuldkornsprodukter	1%	13%	22%	26%	15%	23%	1%
Produkter med mindre/ingen fuldkorn	51%	33%	8%	3%	1%	1%	3%
Kartofler	4%	63%	28%	4%	0%		1%
Planteolie	12%	14%	17%	21%	15%	16%	5%
Smør	45%	25%	16%	4%	1%	5%	4%
Nødder	48%	34%	8%	2%	0%		8%
Frø	30%	36%	19%	5%	2%	1%	7%
Mælkeprodukter	16%	30%	28%	12%	4%	6%	4%
Ost	15%	59%	18%	3%	1%	0%	4%

Note: Mørkegrønne grøntsager er fx spinat, broccoli og grønkål. Fuldkornsprodukter er fx rugbrød, fuldkornspasta, brune ris, havregryn, rugfrø. Produkter med mindre/ingen fuldkorn er fx hvidt brød, hvide ris, hvid pasta.

8.4 Eftermiddagsmåltidet

Tablet: Ud af 5 eftermiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

<i>N=369, single, tilbyder mellemmåltid</i>	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider	Ved ikke
Grøntsager/frugter (totalt)	4%	4%	4%	5%	4%	79%	1%
Mørkegrønne grøntsager	49%	25%	13%	9%	1%	1%	2%
Bælgfrugter og Bælgfrugt-pålæg	28%	36%	21%	10%	1%	2%	3%
Fisk og fiskepålæg	70%	24%	4%				2%
Kød og kødpålæg	56%	36%	5%	1%		0%	2%
Æg	68%	26%	2%	0%			3%
Fuldkornsprodukter	5%	11%	17%	11%	15%	39%	1%
Produkter med mindre/ingen fuldkorn	59%	18%	10%	8%	3%	1%	1%
Kartofler	78%	17%	3%	1%			2%
Planteolie	49%	11%	13%	8%	3%	13%	3%
Smør	37%	15%	13%	12%	7%	16%	2%
Nødder	62%	23%	8%	2%		0%	4%
Frø	39%	19%	21%	10%	3%	3%	5%
Mælkeprodukter	48%	22%	10%	2%	1%	15%	3%
Ost	28%	43%	20%	5%	1%	1%	2%

Note: Mørkegrønne grøntsager er fx spinat, broccoli og grønkål. Fuldkornsprodukter er fx rugbrød, fuldkornspasta, brune ris, havregryn, rugfrø. Produkter med mindre/ingen fuldkorn er fx hvidt brød, hvide ris, hvid pasta.

Bilag 1. Principper og råvareoversigt - 'Kostråd til Måltider'

Kostråd til Måltider

Principper i daginstitutioner

Oversigten viser principper for sund og klimavenlig mad, og hvordan I kan omsætte dem til 5 måltider, fx 5 frokostmåltider. I kan servere en fødevarer oftere i en mindre mængde, se 'Portionsstørrelser'. Se også 'Mere om mad i daginstitutioner'.

Tip
Brug rester - og undgå madspild

Vand
Tilbyd vand til alle måltider

Mælk
Tilbyd dagligt mælk at drikke

Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri
Fødevarerstyrelsen

Grøntsager og frugter	Bælgfrugter, fisk, kød og æg	Kornprodukter og kartofler	Fedtstoffer, nødder og frø	Mælkeprodukter og ost
<ul style="list-style-type: none"> Lad grønssager og frugter udgøre mindst 1/3 af alle måltider Husk mørkegrønne grønssager 	<ul style="list-style-type: none"> Tilbyd mindre kød - og husk fisk Tilbyd bælgfrugter oftere end kød 	<ul style="list-style-type: none"> Væg primært fuldkorn Variér med kartofler 	<ul style="list-style-type: none"> Brug oftest planteolier Supplér med nødder og frø 	<ul style="list-style-type: none"> Brug mælkeprodukter og ost i moderate mængder
Grønssager og/eller frugter i mange farver (4 ud af 5)	Bælgfrugter (2 ud af 5)	Fuldkornsprodukter (3-4 ud af 5)	Planteolie eller produkter baseret på planteolie (3-4 ud af 5)	Mælkeprodukter (2-3 ud af 5) heraf højst 1 federe type
	Fisk (1 ud af 5)	Varyér med kartofler		
	Kød (1 ud af 5)		Produkter med mindre eller ingen fuldkorn (1-2 af 5)	Nødder (2 ud af 5)
Mørkegrønne grønssager (1 ud af 5)	Æg eller andet (1 ud af 5)		Frø (2 ud af 5)	
			Smør (højst 1 ud af 5)	

Kostråd til Måltider

Råvareoversigt

Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri
Fødevarerstyrelsen

Grønssager
Friske og frosne grønssager også konserveres.

VÆLG
Flere grønssager end frugter.

Grove grønssager fx ærter, kål og rødfrugter, og lad dem udgøre ca. halvdelen af grønssagerne.

Grønssager i mange farver - husk de mørkegrønne grønssager som fx spinat, broccoli og grønkål.

Årstidens grønssager.

Viser hvilke råvarer I skal vælge, når I planlægger og tilbereder sund og klimavenlig mad.

Læs mere på altomkost.dk

Læs om brug af grønt drys på altomkost.dk

Frugter
Friske og frosne frugter og bær.

VÆLG
Årstidens frugter og bær.

BEGRÆNS
Juice, marmelade og tørret frugt fx dadler.
Rosiner til børn under 3 år.

Kartofler
VÆLG
Uforarbejdede eller forarbejdede kartofler med højst 3 g tilsat fedt pr. 100 g.

Variation er vigtig
Tilbyd fx forskellige grønssager og frugter, bælgfrugter, kornprodukter, nødder, frø og fisk. På den måde er det lettere at få dækket behovet for vitaminer, mineraler og andre næringsstoffer. Nogle fødevarer kan indeholde enkelte uønskede stoffer - ved at variere undgår I et for højt indtag af et givent stof.

Gå efter Fuldkornslogoet

Kornprodukter
Rugbrød, hvedebrød, knækbrød, mel, pasta, quinoa, cous cous, bulgur, ris, gryn, mysi og morgenmadsprodukter.

VÆLG
Primært fuldkornsvarianter.

Brød med frø.

Mindst 1/2 fuldkornsmel, når I selv bager.

BEGRÆNS
Ris
• Til en gang om ugen i skoler og kantiner.
• Til en gang hver anden uge i daginstitutioner

1 af 3

Råvareoversigt

Bælgfrugter

Tørrede og frosne bælgfrugter også konserves, samt bælgfrugtprodukter, som fx bønnepostej.

VÆLG

Fx brune, hvide og sorte bønner, kidneybønner, hestebønner, edamamebønner, kikærter, grønne linser, røde linser, puylinser, belugalinsener.

Giv bælgfrugterne smag

Bælgfrugter smager ikke af så meget i sig selv.

Pift smagen op ved at tilsætte smag til kogevandet fx bouillon. Det kan også være friske eller tørrede krydderurter, krydderier som fx chili og nelliker eller grøntsager som fx hvidløg, løg, fennikel, rodfrugter og tomater.

Sørg også for kryddring og tilsmagning fx med vineddike eller citronsaft.

Det er vigtigt at tilberede bælgfrugter korrekt. Følg altid anvisningen på produktet.

Der er mange måder at bruge bælgfrugter på fx:

- I gryderetter
- I salater
- I supper
- Farsretter lavet af linser, bønner eller kikærter.
- Postej af linser eller bønner
- Burger med bøf af bønner
- Chili sin carne
- Som spread på brødt
- Som dip til grøntsagerne
- Ristede kikærter som topping på salat og suppe.

Fisk

Friske og frosne fisk og skaldyr også konserves.

VÆLG

Både magre og fede fisk. Fede fisk indeholder mere end 8 g fedt pr. 100 g fx sild, makrel, laks og ørred.

Fisk med fx Ø-mærket, NaturSkånsom eller MSC- eller ASC-mærkerne.

BEGRÆNS

Store rovflask som fx tun.

Tun på dåse til børn fra 3-14 år og undlad til børn under 3 år.

Kød og æg

Hele udskæringer, hakket kød og pålæg.

Alle slags æg.

VÆLG

Hovedsageligt magert kød med højt 10 g fedt pr. 100 g.

Kød og indmad fra især fjerkræ og gris.

BEGRÆNS

Forarbejdet kød mest muligt, dvs. kød der fx er røget og saltet herunder kødpålæg, pølser og bacon.

Okse, kalv og lam til højest ¼ af alt kød.

Råvareoversigt

Fedtstoffer

Fedtstoffer og fedtholdige produkter til madlavning, på brød og som tilbehør.

VÆLG

Oftest planteolier eller produkter med planteolier frem for hårde fedtstoffer som fx smør, smørblandinger samt kokosfedt (fx fra kokosmælk) og palmefedt.

Især raps- og olivenolie eller bløde og flydende fedtstoffer baseret på disse.

Produkter, hvor planteolier som fx raps- og olivenolie udgør hoveddelen af fedt, fx mayonnaise, pesto, hummus og nogle dressinger.

Nøglehullet guider jer til produkter med mindre fedt, sukker og salt samt flere kostfibre og fuldkorn.



Mælkeprodukter

I madlavningen, som hoveddel af et måltid og som drikkemælk.

VÆLG

Oftest produkter med højest 5 g fedt pr. 100 g i madlavningen.

Produkter med højest 1,5 g fedt og højest 4 g tilsat sukker pr. 100 g, når det er hoveddelen af et måltid.

Mini- eller skummetmælk til voksne og børn fra ca. 2 år. Letmælk til børn på 1 år.

Oftest produkter med højest 4,5 g protein pr. 100 g fx yoghurt og A38 til børn i vuggestue.

Ost

Ost og friskost til madlavning og som pålæg.

VÆLG

Både fed og mager ost. Mager ost er ost med højest 17 g fedt (fx 30+) og friskost med højest 5 g fedt pr. 100 g.

Nødder og frø

Nødder, mandler og frø.

VÆLG

Usaltede eller saltede nødder med højest 0,8 g salt pr. 100 g.

Forskellige slags nødder fx valnødder, hasselnødder, mandler, cashewnødder og jordnødder.

Forskellige slags frø fx sesamfrø, pinjekerner og græskarkerner.

BEGRÆNS

Solsikkekerner og hørfrø, og hold igen med paranødder, pistacienødder og ristede mandler.

Mere om mad i daginstitutioner

Følg principperne når I sammensætter morgenmad, frokost og mellemmåltider. Læs her om detaljer og undtagelser for de enkelte måltider.

På tværs af måltiderne

Hvis der er noget, I ønsker at servere mindre af i nogle måltider og mere af i andre, så kan I sagtens det. Hvis I fx ikke tilbyder mørkegrønne grøntsager i mellemmåltiderne, så kan I servere mørkegrønne grøntsager oftere i frokostmåltidet.



Morgenmad

Husk grøntsager og frugter

Grøntsager og frugter kan udgøre mindre end 1/3 af måltidet.

Bælgfrugter, fisk, kød og æg

I kan undlade at servere bælgfrugter, fisk, kød og æg.

Nødder kan erstatte fedtstoffer

I kan vælge at tilbyde nødder i stedet for fedtstoffer.

Husk at blende eller hakke nødder fint til børn under 3 år.

Mælk eller mælkeprodukt

Tilbyd dagligt mælk eller mælkeprodukt til gryn, mysliv. eller mælk at drikke.

Husk mælk i grød

Brug halv mælk og halv vand, når I tilbereder grød.



Frokost

Når I vælger pålæg

Hver gang I tilbyder 5 slags pålæg (måske over flere dage) vil en god fordeling være: 2 bælgfrugtpålæg, 1 fisk, 1 kød, 1 æg.

I kan dog vælge at servere fisk hver gang som pålæg.

Æg eller andet

Andet kan dække over fx grød eller vegetarretter (med fx nødder og/eller ost).

Brødtyper til de yngste

Server produkter med mindre eller ingen fuldkorn i mellemmåltiderne til vuggestuebørn, især de yngste under 2 år, når I serverer rugbrød i de kolde frokost måltider.

Grød - ikke for ofte

Grød med gryn, ris eller flager kan I maks. tilbyde en gang hver anden uge.

Mellemmåltider

Bælgfrugter, fisk, kød og æg

I kan undlade at servere bælgfrugter, fisk, kød og æg i små mellemmåltider.

Hvis I undlader bælgfrugter, fisk, kød og æg i det store mellemmåltid, bør I i stedet tilbyde mængden i det lille mellemmåltid eller i frokostmåltidet.

Måltid med mælkeprodukt

Det er muligt at tilbyde mælkeprodukter som hoveddel af små og store mellemmåltider 1 ud af 5 gange.

Grøntsager og frugter - der skal være nok

Lad grøntsager og frugter udgøre ca. 1/2 af måltidet.

Mælk

Tilbyd dagligt mælk at drikke enten til et mellemmåltid eller til frokost - ca. 1 dl pr. barn (et lille glas).

I praksis kan I tilbyde letmælk til vuggestuebørn og skummet- eller minimælk til børnehavebørn.



Bilag 2. Spørgeskema

1.1 Hvilken type daginstitution arbejder du i?

1. Vuggestue
2. Børnehave
3. Integreret institution → **INDSÆT TEKST**

TEKST HVIS 1.1=_3: Hvis du arbejder i en integreret institution, hvor der laves mad til både vuggestuebørn og børnehavebørn, så bedes du besvare spørgsmålene med fokus på børnehavebørnene.

1.2 Hvilke madordninger tilbyder I, hvis nogle? Flere svar muligt

1. Morgenmad
2. Formiddagsmad
3. Frokost
4. Eftermiddagsmad
5. Sen eftermiddagsmad (efter kl. 16)
6. Aftensmad
7. Tilbyder ingen madordninger → **AFSLUT**

1.3 I hvilken region ligger daginstitutionen?

1. Region Hovedstaden
2. Region Midtjylland
3. Region Nordjylland
4. Region Sjælland
5. Region Syddanmark

1.4 I hvilken kommune ligger daginstitutionen? (drop down menu)

1.5 Hvor mange børn er der i daginstitutionen?

1. Under 25
2. 25-50
3. 51-100
4. Over 100
5. Ved ikke

1.6 Hvem har truffet beslutning om, at der skal være madordning i institutionen? Flere svar mulige

1. Kommunen
2. Forældrebestyrelsen
3. Forældre ved afstemning
4. Institutionen selv
5. Andet
6. Ved ikke

Filter: Har madordning til morgenmad (1.2=_1):

1.7 Hvem står typisk for opgaverne i forbindelse med morgenmaden? Flere svar mulige

	Pædagogisk personale	Madprofessionelle i daginstitutionen	Ekstern cateringleverandør	Forældre	Ikke relevant / ved ikke
Planlægning					
Indkøb					
Tilberedning					
Spise sammen med børnene					

Filter: Har madordning til formiddagsmaden (1.2=_2):

1.8 Hvem står typisk for opgaverne i forbindelse med formiddagsmaden? Flere svar mulige

	Pædagogisk personale	Madprofessionelle i daginstitutionen	Ekstern cateringlevemandør	Forældre	Ikke relevant / ved ikke
Planlægning					
Indkøb					
Tilberedning					
Spise sammen med børnene					

Filter: Har madordning til frokost (1.2=_3):

1.9 Hvem står typisk for opgaverne i forbindelse med frokosten? Flere svar mulige

	Pædagogisk personale	Madprofessionelle i daginstitutionen	Ekstern cateringlevemandør	Forældre	Ikke relevant / ved ikke
Planlægning					
Indkøb					
Tilberedning					
Spise sammen med børnene					

Filter: Har madordning til eftermiddagsmad (1.2=_4)

1.10 Hvem står typisk for opgaverne i forbindelse med eftermiddagsmaden? Flere svar mulige

	Pædagogisk personale	Madprofessionelle i daginstitutionen	Ekstern cateringlevemandør	Forældre	Ikke relevant / ved ikke
Planlægning					
Indkøb					
Tilberedning					
Spise sammen med børnene					

1.11 Hvor ofte deltager børnene i tilberedning/klargøring af maden enten på stuen eller i køkkenet?

1. Dagligt
2. 2-4 gange om ugen
3. Én gang om ugen
4. Mere sjældent
5. Aldrig
6. Ved ikke

1.12 Hvor ofte deltager børnene i rammerne omkring måltiderne, fx ved at dække bord, stille maden frem eller rydde af?

1. Dagligt
2. 2-4 gange om ugen
3. Én gang om ugen
4. Mere sjældent
5. Aldrig
6. Ved ikke

2.1. Hvor mange timer om ugen er der cirka sat af til arbejdet i køkkenet? (Samlet for alle medarbejdere)

1. Under 5 timer
2. Ca. 10 timer
3. Ca. 15 timer
4. Ca. 30 timer
5. Ca. 37 timer
6. Ca. 50 timer
7. Ca. 75 timer
8. Ca. 90 timer eller mere
9. Ved ikke

2.2 Hvor mange timer bruger du/I om ugen på opgaver, der ikke handler om børnenes mad og måltider? Fx mødeforplejning, vask af hagesmækker, rengøring uden for køkkenet, passe børn osv.

1. Mindre end 1 time
2. 1-5 timer
3. 5-10 timer
4. Mere end 10 timer
5. Ved ikke

2.3 Hvilken uddannelse har du og dine madprofessionelle kollegaer (hvis du har nogle)? Flere svar mulige

1. Ernærings- eller køkkenassistent
2. Ernæringsteknolog
3. Køkkenleder
4. Økonoma
5. Cater
6. Kok
7. Bager/konditor
8. Slager
9. Smørrebrødsjomfru
10. Ernærings- og husholdningsøkonom
11. Professionsbachelor i ernæring og sundhed
12. Pædagogisk uddannelse
13. Ufaglært
14. Anden kostfaglig uddannelse
15. Andet, noter _____
16. Ved ikke

2.4 Har du inden for de seneste 2 år været på fagligt relevant kursus/efteruddannelse i arbejdstiden?

1. Ja
2. Nej
3. Ved ikke

Filter: Hvis ja i 2.4 (2.4=_1):

2.5 Hvad handlede kurset/kurserne om? Flere svar mulige

1. Mad til børn baseret på De officielle Kost-
råd/Kostråd til Måltider
2. Plantebaseret mad
3. Mad med bælgfrugter
4. Klimavenlig mad/bæredygtighed, herunder
madspild
5. Økologi
6. Diæter ved allergi og fødevareintolerance
7. Kommunikation om kost og sundhed
8. Måltidsplanlægning
9. Ernæring
10. Fødevarehygiejne
11. Ledelse
12. Andet, notér _____
13. Ved ikke

Filter: Hvis ja i 2.4 (2.4=_1):

2.6 Hvem lavede mad, mens du var på kursus?

1. Jeg forberedte maden, inden jeg tog på kursus, så den bare skulle varmes/stilles frem
2. En kollega
3. En vikar
4. Det pædagogiske personale
5. Andre
6. Ved ikke

2.7 Er daginstitutionens måltider noget, I taler om på institutionens personalemøder?

1. Ja, hver gang
2. Ja, ca. hvert andet møde
3. Ja, ca. hvert tredje møde
4. Sjældnere
5. Nej
6. Ved ikke

Filter: 2.8 stilles kun, hvis 2.7=_1,_2,_3,_4

2.8 Hvilke emner taler I om vedrørende måltiderne? Notér venligst: _____

2.9 Deltager du selv (som madprofessionel) på daginstitutionens personalemøder?

1. Ja
2. Nej
3. Ved ikke

2.10 Bruger jeres institution mad og måltider til at arbejde pædagogisk med børnene omkring følgende temaer? Flere svar mulige

1. Madmod
2. Råvarekendskab
3. Madspild
4. Sundhed
5. Bæredygtighed
6. Måltidsværtsskab
7. Køkkenfærdigheder
8. Ingen af ovenstående
9. Nej, vi bruger ikke mad og måltider i det pædagogiske arbejde
10. Ved ikke

2.11 Har daginstitutionen en nedskreven mad- og måltidspolitik eller lignende?

1. Ja
2. Nej
3. Ved ikke

Filter: Hvis ja i 2.11 (2.11=_1):

2.12 Hvem har udarbejdet politikken? Flere svar mulige

1. Ledelsen i daginstitutionen
2. Madprofessionelle i daginstitutionen
3. Pædagogisk personale i daginstitutionen
4. Forældrebestyrelsen i daginstitutionen
5. Forældrerådet i daginstitutionen
6. Kommunen
7. Andet
8. Ved ikke

2.13 Hvilke anbefalinger bruger I, når I planlægger maden og måltiderne? Flere svar mulige

1. De officielle Kostråd (fra Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri)
2. Kostråd til Måltider i daginstitutioner (fra Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri)

3. Mad til små - fra mælk til familiens mad (fra Sundhedsstyrelsen og Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri)
4. Mad til børn (fra Landbrug & Fødevarer og Mejeriforeningen)
5. Rammer om det gode måltid - En guide til daginstitutionen (fra Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri)
6. Anbefalinger for den danske institutionskost (fra Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri og Sundhedsstyrelsen)
7. Kommunale retningslinjer
8. Andet, noter _____
9. Bruger ingen anbefalinger
10. Ved ikke



Logo af Nøglehulsmærket indsættes

2.14 Når I køber mad- og drikkevarer, går I så efter varer med Nøglehulsmærket?

1. Altid
2. Næsten altid
3. Af og til
4. Sjældent
5. Aldrig
6. Ved ikke

3.0 Kendskab til og brugen af Kostråd til Måltider

Tekst: De næste spørgsmål handler om daginstitutionens brug af forskellige råvarer og fødevarer.

3.0.1 Kender du Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeris 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner', der giver vejledning til sund mad, der samtidig tager hensyn til klimaet?

1. Ja
2. Nej
3. Ved ikke

Filter: Hvis ja i 3.0.1 (3.0.1=_1):

3.0.2 Bruger I de værktøjer, der er til rådighed i 'Kostråd til Måltider'? Flere svar mulige

1. Ja, de overordnede principper
2. Ja, råvareoversigten
3. Ja, oversigten med portionsstørrelser
4. Nej, bruger ingen af dem
5. Ved ikke

3.1 Grøntsager og frugter

3.1.1 Hvor meget udgør grønnsager/frugter samlet set af de måltider I tilbyder? Du skal tage udgangspunkt i måltiderne, serveret i løbet af en uge. Giv dit bedste skøn.

Grøntsager/frugter udgør:

	Mindre end 1/3 af måltidet	Ca. 1/3 af måltidet	Ca. 1/2 af måltidet	Mere end 1/2 af måltidet	Ved ikke	Tilbyder ikke dette måltid
Morgenmad						
Formiddagsmåltid						
Frokost						

Eftermiddagsmåltid						
--------------------	--	--	--	--	--	--

3.1.2 Hvor meget udgør grove grøntsager af de grøntsager, I anvender? Du skal tage udgangspunkt i måltiderne, serveret i løbet af en uge. *Grove grøntsager er fx ærter, kål og rodfrugter.*

1. Mindre end 1/3 af grøntsagerne er grove grøntsager
2. Ca. 1/3 af grøntsagerne er grove grøntsager
3. Ca. 1/2 af grøntsagerne er grove grøntsager
4. Mere end 1/2 af grøntsagerne er grove grøntsager
5. Ved ikke

3.1.3 Hvor meget udgør grøntsager og frugter i forhold til hinanden i de måltider, I tilbyder? Du skal tage udgangspunkt i måltiderne, serveret i løbet af en uge. *Giv dit bedste skøn.*

	Indeholder flere frugter end grøntsager	Indeholder flere grøntsager end frugter	Indeholder cirka lige meget frugt og grønt	Indeholder ikke frugt eller grønt	Tilbyder ikke dette måltid
Morgenmad					
Formiddagsmåltid					
Frokost					
Eftermiddagsmåltid					

3.1.4 Hvad har betydning, når I vælger frugter og grøntsager? *Flere svar mulige*

1. At de er økologiske
2. At de er danske
3. At det er årstidens frugt og grønt
4. Lav pris
5. Lokale råvarer
6. Andet
7. Ved ikke

3.2 Bælgfrugter, fisk, kød og æg

3.2.1 Inden for de seneste to uger, hvilke bælgfrugter har I anvendt/serveret? *Samlet for al anvendelse, både spread, gryderetter, dip, frikadeller/falafler, etc. Flere svar mulige.*

1. Brune, hvide, sorte bønner
2. Kidneybønner
3. Hestebønner
4. Mungbønner
5. Sojabønner/edamamebønner
6. Kikærter
7. Gule ærter
8. Røde linser, grønne linser
9. Puylinser, belugalinser
10. Forarbejdede bælgfrugtprodukter (fx tofu, tempeh, ærteprotein, mv.)
11. Andre typer, notér _____
12. Har ikke anvendt bælgfrugter de seneste to uger
13. Ved ikke

3.2.2 Inden for de seneste to uger, hvilke fisk har I anvendt/serveret? *Samlet for al anvendelse, både tilberedt fisk, fiskekonserves, fiskepålæg etc. Flere svar muligt.*

1. Fede fisk som fx ørred, laks, makrel, sild
2. Magre fisk som fx torsk, sej, kuller, rødspætter, skrubber
3. Skaldyr

4. Har ikke serveret fisk de seneste to uger
5. Ved ikke

Logo af Ø-mærket, MSC-mærket, ASC-mærket og NaturSkånsom indsættes



3.2.3 Hvor ofte vælger I fisk med et eller flere af disse mærker?

1. Altid
2. Næsten altid
3. Af og til
4. Sjældent
5. Aldrig
6. Ved ikke

3.2.4 Inden for de seneste to uger, hvilken kødtype har I serveret mest af? Kun ét svar.

1. Oksekød, kalvekød og lammekød
2. Grisekød og fjerkræ
3. Serveret ligeligt
4. Har ikke serveret kød de seneste to uger
5. Ved ikke

Filter: Q3.2.5 stilles kun, hvis Q3.2.4 = 1, 2

3.2.5 Når I anvender kød, hvilken andel udgør oksekød, kalvekød og lammekød af den samlede mængde kød? (som gennemsnit/cirka)

1. Mindre end 1/4 af kødet er oksekød, kalvekød og lammekød
2. Ca. 1/4 af kødet er oksekød, kalvekød og lammekød
3. Ca. 1/2 af kødet er oksekød, kalvekød og lammekød
4. Mere end 1/2 af kødet er oksekød, kalvekød og lammekød
5. Ved ikke

3.2.6 Hvilken fedtprocent vælger I oftest, når I vælger kød?

1. Kød med højest 10 g. fedt pr. 100 g.
2. Kød med 10-15 g. fedt pr. 100 g.
3. Kød med mere end 15 g. fedt pr. 100 g.
4. Det er meget forskelligt
5. Ved ikke

3.2.7 Hvor ofte serverer I forarbejdet kød, dvs. kød der fx er røget og saltet, som kødpålæg, pølser og bacon?

1. Flere gange dagligt
2. En gang dagligt
3. 2-4 gange om ugen
4. En gang om ugen
5. Mere sjældent
6. Aldrig
7. Ved ikke

3.3 Kornprodukter og kartofler

3.3.1 Når I selv bager, hvor meget fuldkornsmel er der typisk i jeres hjemmebagte brød og boller? (som gennemsnit/cirka)

1. Mindre end 1/3 af melet er fuldkornsmel
2. Ca. 1/3 af melet er fuldkornsmel

3. Ca. 1/2 af melet er fuldkornsmel
4. Mere end 1/2 af melet er fuldkornsmel
5. Vi bager ikke selv
6. Ved ikke



Logo af Fuldkornsmærket indsættes

3.3.2 Når I køber brød, pasta, bulgur, mel, mysli, morgenmadsprodukter mv., hvor ofte går I så efter fuldkornslogoet?

1. Altid
2. Næsten altid
3. Af og til
4. Sjældent
5. Aldrig
6. Ved ikke

3.4 Fedtstoffer, nødder og frø

3.4.1 Hvor ofte anvender I følgende typer fedtstoffer, når I tilbereder varme måltider?

	Flere gange dagligt	Dagligt	2-4 gange om ugen	En gang om ugen	Mere sjældent	Aldrig	Ved ikke
Smør/smørblanding							
Plantemargarine/flydende plantemargarine							
Olivenolie/rapsole							
Andre typer olie							
Kokosfedt (fx kokosolie eller kokosmælk)							

3.4.2 Hvor ofte anvender I følgende typer fedtstoffer, når I serverer kolde måltider fx brød?

	Flere gange dagligt	Dagligt	2-4 gange om ugen	En gang om ugen	Mere sjældent	Aldrig	Ved ikke
Smør/smørblanding							
Plantemargarine							
Produkter tilberedt med planteolie (humus, pesto, mayonnaise mv.)							

3.4.3 Hvilke typer frø og nødder har I anvendt de seneste 2 uger? Flere svar mulige

- | | |
|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Valnødder 2. Hasselnødder 3. Mandler 4. Cashewnødder 5. Jordnødder 6. Paranødder 7. Pistacienødder 8. Sesamfrø | <ol style="list-style-type: none"> 9. Solsikkekerner 10. Hørfrø 11. Pinjekerner 12. Græskarkerner 13. Andet 14. Har ikke anvendt frø/nødder de seneste 2 uger 15. Ved ikke |
|--|---|

3.4.4 Vælger I oftest saltede eller usaltede nødder?

1. Saltede med mere end 0,8 g salt pr. 100 g
2. Saltede med mindre end 0,8 g salt pr. 100 g
3. Usaltede nødder
4. Vælges ligeligt
5. Bruger ikke nødder
6. Ved ikke

3.5 Mælkeprodukter og ost

3.5.1 Hvilke mælkeprodukter har I anvendt i madlavningen de seneste to uger (fx creme fraiche, madlavningsfløde, mælk mv.)? Flere svar mulige.

1. Mælkeprodukter med højst 5 g. fedt pr. 100 g
2. Mælkeprodukter med 6-10 g. fedt pr. 100 g
3. Mælkeprodukter med mere end 10 g. fedt pr. 100 g
4. Har ikke brugt mælkeprodukter i madlavningen de seneste to uger
5. Ved ikke

3.5.2 Hvilke mælkeprodukter har I anvendt, når det udgør hoveddelen af et måltid (fx yoghurt, A38, ymer mv.) de seneste to uger? Flere svar mulige.

1. Natural produkter med højst 1,5 g. fedt pr. 100 g
2. Natural produkter med mere end 1,5 g. fedt pr. 100 g
3. Produkter med højst 1,5 g. fedt og højst 4 g. tilsat sukker pr. 100 g
4. Produkter med mere end 1,5 g. fedt og mere end 4 g. tilsat sukker pr 100 g
5. Har ikke brugt mælkeprodukter som hoveddel af et måltid de seneste to uger
6. Ved ikke

3.5.3 Hvor ofte tilbyder I følgende drikkevarer?

	Flere gange dagligt	En gang dagligt	2-4 gange om ugen	En gang om ugen	Mere sjældent	Aldrig	Ved ikke
Mælk							
Plantedrik							
Vand							

4. Omsætning af principperne til måltider

4.1 Morgenmåltider

Filter: Hele afsnit 4.1 stilles kun, hvis man har madordning til morgenmad (1.2=_1):

De næste spørgsmål handler om morgenmaden, og hvad der serveres. Du skal tage udgangspunkt i 5 morgenmåltider, serveret i løbet af en uge.

4.1.1 Ud af ugens 5 morgenmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider (alle måltider)	Ved ikke
Grøntsager/frugter (totalt set)							
Mørkegrønne grøntsager (fx spinat, broccoli og grønkål)							
Bælgfrugter og bælgfrugtpålæg							
Fisk og fiskepålæg							

Kød og kødpålæg							
Æg							
Fuldkornsprodukter (fx rugbrød, fuldkornspasta, brune ris, havregryn, rugfrø)							
Produkter med mindre/ ingen fuldkorn (fx hvidt brød, hvide ris, hvid pasta)							
Kartofler							
Planteolie							
Smør							
Nødder							
Frø							
Mælkeprodukter							
Ost							

4.1.2 Hvilke drikkevarer tilbydes børnene til morgenmåltidet? Flere svar muligt.

- | | |
|------------------------------------|--------------------------------|
| 1. Vand | 9. Kakao |
| 2. Mælk (skummet-/mini-/kærnemælk) | 10. Drikkeyoghurt |
| 3. Mælk (let-/sødmælk) | 11. Modernmælkserstatning |
| 4. Plantedrikke | 12. Tilskudsblandinger |
| 5. Saft | 13. Andet |
| 6. Iste | 14. Ingen drikkevarer tilbydes |
| 7. Sodavand | 15. Ved ikke |
| 8. Juice, smoothie | |

4.2 Formiddagsmåltider

Filter: Hele afsnit 4.2 stilles kun, hvis man har madordning til formiddagsmaden (1.2=_2):

De næste spørgsmål handler om formiddagsmaden, og hvad der serveres. Du skal tage udgangspunkt i 5 formiddagsmåltider, serveret i løbet af en uge.

4.2.1 Ud af ugens 5 formiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider (alle måltider)	Ved ikke
Grøntsager/frugter (totalt set)							
Mørkegrønne grøntsager (fx spinat, broccoli og grønkål)							
Bælgfrugter og bælgfrugtpålæg							
Fisk og fiskepålæg							
Kød og kødpålæg							
Æg							
Fuldkornsprodukter (fx rugbrød, fuldkornspasta, brune ris, havregryn, rugfrø)							
Produkter med mindre/ ingen fuldkorn (fx hvidt brød, hvide ris, hvid pasta)							
Kartofler							
Planteolie							
Smør							
Nødder							
Frø							
Mælkeprodukter							
Ost							

4.2.2 Hvilke drikkevarer tilbydes børnene til formiddagsmåltidet? Flere svar muligt.

- | | |
|------------------------------------|--------------------------------|
| 1. Vand | 9. Kakao |
| 2. Mælk (skummet-/mini-/kærnemælk) | 10. Drikkeyoghurt |
| 3. Mælk (let-/sødmælk) | 11. Modermælkserstatning |
| 4. Plantedrikke | 12. Tilskudsblandinger |
| 5. Saft | 13. Andet |
| 6. Iste | 14. Ingen drikkevarer tilbydes |
| 7. Sodavand | 15. Ved ikke |
| 8. Juice, smoothie | |

4.3 Frokostmåltider

Filter: Hele afsnit 4.3 stilles kun, hvis man har madordning til frokost (1.2=_3):

De næste spørgsmål handler om frokosten, og hvad der serveres. Du skal tage udgangspunkt i 5 frokostmåltider, serveret i løbet af en uge.

4.3.1. Hvor mange varme og hvor mange kolde frokostmåltider har I typisk på en uge?

- 5 varme frokostmåltider (ingen kolde)
- 4 varme / 1 koldt frokostmåltid
- 3 varme / 2 kolde frokostmåltider
- 2 varme / 3 kolde frokostmåltider
- 1 varmt / 4 kolde frokostmåltider
- 0 varme frokostmåltider (alle er kolde)
- Ved ikke

4.3.2 Ud af ugens 5 frokostmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider (alle måltider)	Ved ikke
Grøntsager/frugter (totalt set)							
Mørkegrønne grøntsager (fx spinat, broccoli og grønkål)							
Bælgfrugter (varme måltider)							
Bælgfrugtpålæg (kolde måltider)							
Fisk (varme måltider)							
Fiskepålæg (kolde måltider)							
Kød (varme måltider)							
Kødpålæg (kolde måltider)							
Æg							
Fuldkornsprodukter (fx rugbrød, fuldkornspasta, brune ris, havregryn)							
Produkter med mindre/ingen fuldkorn (fx hvidt brød, hvide ris, hvid pasta)							
Kartofler							
Planteolie							
Smør							
Nødder							
Frø							
Mælkeprodukter							
Ost							

4.3.3 Hvilke drikkevarer tilbydes børnene til frokosten? Flere svar muligt.

1. Vand
2. Mælk (skummet-/mini-/kærnemælk)
3. Mælk (let-/sødmælk)
4. Plantedrikke
5. Saft
6. Iste
7. Sodavand
8. Juice, smoothie
9. Kakao,
10. Drikkeyoghurt
11. Modernmælkserstatning
12. Tilskudsblandinger
13. Andet
14. Ingen drikkevarer tilbydes
15. Ved ikke

4.4 Eftermiddagsmåltider

Filter: Hele afsnit 4.4 stilles kun, hvis man har madordning til eftermiddagsmad (1.2=_4)

De næste spørgsmål handler om eftermiddagsmaden, og hvad der serveres. Du skal tage udgangspunkt i 5 eftermiddagsmåltider, serveret i løbet af en uge.

4.4.1 Ud af 5 eftermiddagsmåltider, hvor mange af måltiderne indeholder da...

	0 måltider	1 ud af 5 måltider	2 ud af 5 måltider	3 ud af 5 måltider	4 ud af 5 måltider	5 ud af 5 måltider (alle måltider)	Ved ikke
Grøntsager/frugter (totalt set)							
Mørkegrønne grøntsager (fx spinat, broccoli og grønkål)							
Bælgfrugter og bælgfrugtpålæg							
Fisk og fiskepålæg							
Kød og kødpålæg							
Æg							
Fuldkornsprodukter (fx rugbrød, fuldkornspasta, brune ris, havregryn, rugfrø)							
Produkter med mindre/ingen fuldkorn (fx hvidt brød, hvide ris, hvid pasta)							
Kartofler							
Planteolie							
Smør							
Nødder							
Frø							
Mælkeprodukter							
Ost							

4.4.2 Hvilke drikkevarer tilbydes børnene til eftermiddagsmåltidet? Flere svar muligt

1. Vand
2. Mælk (skummet-/mini-/kærnemælk)
3. Mælk (let-/sødmælk)
4. Plantedrikke
5. Saft
6. Iste
7. Sodavand
8. Juice, smoothie
9. Kakao
10. Drikkeyoghurt
11. Modernmælkserstatning
12. Tilskudsblandinger
13. Andet
14. Ingen drikkevarer tilbydes
15. Ved ikke