

RIVM rapport 350030002/2004

**Resultaten van
de Voedselconsumptiepeiling 2003**

Hulshof KFAM¹, Ocké MC, van Rossum CTM,
Buurma-Rethans EJM, Brants HAM¹,
Drijvers JJMM², ter Doest D¹

Corresponderende auteurs:

KFAM Hulshof, Food and Chemical Risk Analysis, TNO Voeding,

e-mail adres: hulshof@voeding.tno.nl

MC Ocké, Centrum voor Voeding en Gezondheid, RIVM, e-mail adres: mc.ocke@rivm.nl

¹Food and Chemical Risk Analysis, TNO Voeding, Zeist

²Divisie Julius Centrum voor Gezondheidswetenschappen en Eerstelijns Geneeskunde,
Universitair Medisch Centrum Utrecht, Utrecht



TNO Voeding

TNO rapport nr. V6000

Dit onderzoek werd verricht in opdracht en ten laste van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport in het kader van project V/350030, Voedselconsumptiepeilingen (RIVM) en 010.22094/30270 (TNO Voeding).

RIVM, Postbus 1, 3720 BA Bilthoven, telefoon: 030 - 274 91 11; fax: 030 - 274 29 71

Abstract

Results of the national food consumption survey 2003

Consumption of vegetables and fruits among Dutch young adults is grossly inadequate. With regard to dietary fat intake, intake of saturated fats is still too high, whereas average intake of trans fatty acids stands almost at the recommended level.

A great gain in public health can be achieved by improving dietary habits to meet with recommendation levels, for example, by increasing vegetable and fruit consumption and improving the fatty acid profile in the diet.

Food consumption was assessed in 750 Dutch adults 19-30 years of age. Given the recommendation of 150-200 g vegetables per day, only 2% of the research population consumed 150 g daily and none of the 750 adults assessed consumed 200 g daily. Less than 10% of the population consumed the recommended 200 g of fruit per day. Over half the respondents (53% of the women and 58% of the men) consumed a diet containing less than 35% energy fat. The recommendation to use a diet with less than 10% energy saturated fatty acids was met by few: 11% of the men and 6% of the women. Almost 60% of the men and 28% of the women used a diet that contained less than 1% energy from trans fatty acids. Based on these results we recommend that nutrition policy remain focused on increasing vegetable and fruit consumption, and decreasing intake of saturated fatty acids.

Rapport in het kort – De voeding van jongvolwassen Nederlanders

Nederlandse jongvolwassenen consumeren veel te weinig groenten en fruit. Met betrekking tot de vetinneming is met name de inneming van verzadigde vetzuren te hoog, terwijl de inneming van transvetzuren de aanbeveling gemiddeld benadert.

Er valt veel gezondheidswinst te behalen wanneer de voedingsgewoonten in lijn zouden zijn met de aanbevelingen, met name door de groente- en fruitconsumptie te verhogen en het vetzuurprofiel in de voeding te verbeteren.

In dit onderzoek zijn de voedingsgewoonten van 750 19-30 jarige Nederlanders gemeten. Uitgaande van de aanbeveling van 150-200 gram groenten per dag, bleek dat slechts 2% van de deelnemers (5,5% van de mannen en 0,2% van de vrouwen) minstens 150 g per dag consumeerde en niemand gewoonlijk 200 gram groente of meer gebruikte. Op basis van gebruikelijke consumptie voor de groep 'vruchten' bleek dat slechts 7-8% de aanbevolen 200 gram at. Ruim de helft van de deelnemers (53% van de vrouwen en 58% van de mannen) gebruikte een voeding met minder dan 35 energie% vet. De richtlijn om minder dan 10 energie% verzadigde vetzuren te gebruiken werd slechts door weinigen bereikt: namelijk door 11% van de mannen en 6% van de vrouwen. Bijna 60% van de mannen en 28% van de vrouwen gebruikten een voeding die minder dan één energie% transvetzuren bevatte. Op basis van deze resultaten wordt geadviseerd om het voedingsbeleid te blijven richten op het stimuleren van de groente- en fruitconsumptie en het verminderen van de hoeveelheid verzadigde vetzuren in de voeding.

Inhoud

Samenvatting	7
1. Inleiding	9
2. Methoden	11
2.1 <i>Onderzoekspopulatie en gegevensverzameling</i>	11
2.2 <i>Gegevensverwerking</i>	12
2.3 <i>Berekeningen op basis van de 24-uursvoedingsnavraag</i>	13
2.4 <i>Berekeningen op basis van de schriftelijke vragenlijst</i>	14
2.5 <i>Statistiek</i>	14
3. Resultaten	17
3.1 <i>Kenmerken van de onderzochte populatie</i>	17
3.2 <i>Consumptie van voedingsmiddelen</i>	18
3.3 <i>Inneming van energie en voedingsstoffen</i>	21
3.4 <i>Beoordeling van inneming van energie, vet(zuren), groenten en fruit ten opzichte van de aanbevelingen</i>	23
3.5 <i>Belangrijke bronnen voor de inneming van energie en vetten</i>	25
3.6 <i>Dieetgebruik</i>	27
3.7 <i>Maaltijdgebruik en plaats van consumptie</i>	27
3.8 <i>Verrijkte producten</i>	29
3.9 <i>Voedingssupplementen</i>	30
3.10 <i>Invloed van sociodemografische en leefstijlvariabelen op de inneming van energie, vet(zuren), groenten en fruit</i>	31
4. Discussie	35
Dankwoord	39
Literatuur	41

zie pagina 6 voor overzicht bijlagen

Bijlage 1. Samenstelling begeleidingscommissie	43
Bijlage 2. Voedingsmiddelenlijst in EPIC-SOFT	45
Bijlage 3. Gemiddelde consumptie van de afzonderlijke producten (g/d) door de gebruikers en door alle personen (n=750)	67
Bijlage 4. Overzicht van het ‘nooit-ooit’ gebruik van (groepen) voedingsmiddelen voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar	89
Bijlage 5. Dagelijkse inneming (gemiddelde en standaarddeviatie) van energie en voedingsstoffen naar geslacht voor deelnemers aan VCP-2003, 19-30 jaar	91
Bijlage 6. Gemiddelde bijdrage (%) van voedingsmiddelen aan de inname van voedingsstoffen	93
Bijlage 7. Gemiddelde bijdrage (%) van de verschillende eetmomenten aan de consumptie van groepen voedingsmiddelen	99
Bijlage 8. Gemiddelde bijdrage (%) van de verschillende eetmomenten aan de inneming van energie en voedingsstoffen	101
Bijlage 9. Gemiddelde bijdrage (%) van locatie aan de consumptie van groepen voedingsmiddelen voor deelnemers aan VCP-2003, 19-30 jaar	105
Bijlage 10. Gemiddelde bijdrage (%) van de locatie aan de inneming van energie en voedingsstoffen voor deelnemers aan VCP-2003, 19-30 jaar	107
Bijlage 11. Energie-innemering (in kJ) voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar naar klassen van sociodemografische kenmerken, BMI en leefstijl, gecorrigeerd voor leeftijd en bewegen	109
Bijlage 12. Gehaltes van vet, verzadigde vetzuren, en transvetzuren in de voeding (energieprocent) voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar, naar klassen van sociodemografische kenmerken, BMI en leefstijl	111

Samenvatting

Voedingssignalering is belangrijk om het voedingsbeleid te evalueren en ontwikkelen. De doelstelling van het huidige onderzoek richtte zich op de inneming van energie, totaal vet, verzadigde vetzuren en transvetzuren en de consumptie van groenten en fruit onder jongvolwassenen.

In 2003 is een beperkte voedselconsumptiepeiling uitgevoerd onder 750 mannen en vrouwen in de leeftijd van 19-30 jaar. De voeding is nagevraagd door middel van een gecomputeriseerde 24-uursnavraagmethode op twee onafhankelijke dagen.

Ten opzichte van de aanbeveling van 150-200 gram groenten per dag, bleek dat slechts 2% van de deelnemers (5,5% van de mannen en 0,2% van de vrouwen) minstens 150 g per dag consumeerde en niemand gewoonlijk 200 gram groente of meer gebruikte. Op basis van gebruikelijke consumptie voor de groep 'vruchten' bleek dat slechts 7-8% de aanbevolen 200 gram at. Ruim de helft van de deelnemers (53% van de vrouwen en 58% van de mannen) gebruikte een voeding met minder dan 35 energie% vet. De richtlijn om minder dan 10 energie% verzadigde vetzuren te gebruiken werd slechts door weinigen bereikt: namelijk door 11% van de mannen en 6% van de vrouwen. Bijna 60% van de mannen en 28% van de vrouwen gebruikten een voeding die minder dan één energie% transvetzuren bevatte.

Er wordt geconcludeerd dat de consumptie van zowel groenten als fruit onder Nederlandse jongvolwassenen onvoldoende is. Wat de vetvoorziening betreft is de inneming van met name verzadigde vetzuren te hoog. Dit geldt in mindere mate voor transvetzuren. Daarom wordt geadviseerd om het voedingsbeleid te blijven richten op het stimuleren van de groente- en fruitconsumptie en het verminderen van de hoeveelheid verzadigd vet in de voeding.

1. Inleiding

Voorgaande voedselconsumptiepeilingen en veranderde beleidsbehoeften

Voor een adequaat voedingsbeleid is het noodzakelijk te beschikken over gegevens betreffende de voedselconsumptie en voedingstoestand van de Nederlandse bevolking als geheel, alsmede van bepaalde bevolkingsgroepen. Sinds 1987 kent Nederland een voedingspeilingsysteem waarmee periodiek (1987-1988, 1992 en 1997-1998) voedselconsumptieonderzoek wordt uitgevoerd. De deelnemers van die voedselconsumptiepeilingen (leeftijd 1 jaar en ouder) waren afkomstig van een representatieve steekproef van huishoudens. Met behulp van een tweedaagse opschrijfmethode gedurende twee aaneengesloten dagen werden de binnenshuis gebruikte voedingsmiddelen genoteerd door de persoon die verantwoordelijk was voor de aankoop en bereiding van de voeding en werd het gebruik buitenshuis door iedere deelnemer afzonderlijk genoteerd.

Vanwege veranderde beleidsbehoeften, sociodemografische ontwikkelingen, trends in voedingsgewoonten en ontwikkelingen met betrekking tot onderzoeksmethodieken is er behoefte aan een nieuw voedingspeilingsysteem.^{1,2} De in de periode 1987 tot en met 1998 gebruikte methode leent zich minder goed voor het beantwoorden van vragen op het terrein van voedselveiligheid omdat met consumptiegegevens over twee aaneengesloten dagen er geen inzicht is in de gebruikelijke inneming en omdat er in de bestanden betrekkelijk weinig detailniveau over voedingsmiddelen aanwezig is. Bovendien worden de discontinuïteit van het systeem (1 maal per vijf jaar) en de ondervertegenwoordiging van sommige bevolkingsgroepen in de steekproef als beperkende factoren gezien.²

In maart 2003 hebben het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) en het Ministerie van Landbouw, Natuurbeheer en (toen nog) Visserij (LNV) een werkconferentie georganiseerd over de opzet van een nieuw voedingspeilingsysteem. Het is de bedoeling dat met een nieuwe opzet zowel vragen op het gebied van verantwoorde voeding als op het gebied van voedselveiligheid kunnen worden beantwoord.

Voedselconsumptiepeiling 2003 (VCP-2003)

Medio 2003 heeft het Ministerie van VWS aangegeven nog in datzelfde jaar prioriteit te geven aan de uitvoering van een beperkte voedselconsumptiepeiling (VCP-2003) als aanzet voor het nieuwe VCP-systeem. Doel van VCP-2003 is het verkrijgen van gegevens van mannen en vrouwen van 19 tot en met 30 jaar, om inzicht te krijgen in de mate waarin de voeding van deze bevolkingsgroep voldoet aan de door het voedingsbeleid gestelde doelen met betrekking tot de consumptie van groenten en fruit en de inneming van totaal vet, verzadigde vetzuren, transvetzuren en energie.

De inperking tot één leeftijdsgroep is ingegeven door een beperkt onderzoeksbudget. De keuze voor 19- tot en met 30-jarigen als onderzoeksgroep hing samen met verschillende aspecten: het optreden van zowel veranderingen als stabilisatie in de voeding tijdens deze levensfase (groep is uit experimentele fase), de mogelijkheid om nog veel gezondheidswinst te behalen als de voeding van jongvolwassenen wordt bijgestuurd, het hanteren van dezelfde leeftijdsgrenzen (19 en 30 jaar) in de voedingsnormen van de Gezondheidsraad en de aansluiting bij diverse campagnes voor deze leeftijdsgroep.

VCP-2003 dient tevens aanwijzingen te geven voor een nieuwe opzet van het voedingspeilingsstelsel. De Gezondheidsraad is gevraagd te beoordelen in hoeverre de opzet en werkwijze van VCP-2003 bruikbaar is om beleidsvragen ten aanzien van voeding, zowel met betrekking tot verantwoorde voeding als voedselveiligheid, te beantwoorden.

Organisatie VCP-2003

Het Ministerie van VWS heeft het RIVM en TNO Voeding opdracht verleend om VCP-2003 gezamenlijk voor te bereiden, de gegevensverzameling te begeleiden en de resultaten te rapporteren. Het RIVM was verantwoordelijk voor de uitbesteding van de gegevensverzameling en de algehele coördinatie. Het ministerie stelde de voorwaarde dat de uitvoering van de gegevensverzameling vóór eind 2003 was voltooid. Door het ministerie werd een Begeleidingscommissie VCP-2003 ingesteld (zie Bijlage 1). Deze commissie had tot doel het ministerie omtrent de opzet en rapportage van VCP-2003 te adviseren en de voortgang te bewaken.

Met de International Agency for Research on Cancer (IARC) te Lyon, Unit of Nutrition and Cancer, werd contact opgenomen om na te gaan of het softwarepakket EPIC-SOFT ingezet kon worden bij een nationaal voedselconsumptieonderzoek in Nederland. EPIC-SOFT is een gevalideerd programma, ontwikkeld voor het uitvoeren van computergeassisteerde 24-uursvoedingsnavragen (zie hoofdstuk 2.2) in het kader van een internationaal project naar de relatie voeding. Afsproken werd dat EPIC-SOFT voor VCP-2003 aangepast kon worden. Deze aanpassing was in handen van RIVM en TNO. Het IARC zorgde voor de implementatie van de veranderingen in de software.

De dataverzameling van het onderzoek werd in opdracht van het RIVM uitgevoerd door het marktonderzoeksbureau GfK Panel Services Benelux (verder aangeduid als GfK). De gegevens van VCP-2003 zijn verzameld tussen 20 oktober en 13 december 2003.

Rapportages VCP-2003

De rapportage over VCP-2003 heeft gefaseerd plaatsgevonden:

- In januari 2004, direct na het afronden van de gegevensverzameling, is een tussentijdse rapportage aangeboden aan de Begeleidingscommissie.³ Hierin is gerapporteerd over de behaalde aantallen en de respons, over de karakteristieken van de studiepopulatie en de voorlopige resultaten ten aanzien van de groente- en fruitconsumptie.
- Later in 2004 is een procesevaluatie afgerond.⁴ In deze rapportage wordt ingegaan op de methodiek en de gevolgde procedures van VCP-2003, alsmede op de evaluatie hiervan.
- In het huidige rapport worden de resultaten van VCP-2003 op het niveau van voedingsmiddelen en voedingsstoffen gepresenteerd. De rapportage richt zich vooral, conform de doelstelling van het Ministerie van VWS, op de consumptie van groenten en fruit en de inneming van totaal vet, verzadigde vetzuren, transvetzuren en energie. De gegevens worden wel in een ruimere context van de totale voeding geplaatst. Hierdoor komt ook de consumptie van andere groepen voedingsmiddelen en de inneming van een aantal andere voedingsstoffen aan bod.

2. Methoden

Voor een uitgebreide beschrijving van de werkwijze en de gebruikte methoden wordt verwezen naar de procesrapportage.⁴ Hieronder volgt een samenvatting van de belangrijkste aspecten van deze rapportage.

2.1 Onderzoekspopulatie en gegevensverzameling

Onderzoekspopulatie

Respondenten in VCP-2003 zijn afkomstig uit representatieve consumentenpanels van het marktonderzoeksbureau GfK. Zoals in voorgaande VCP's zijn ook nu, om praktische en inhoudelijke redenen, enkele groepen personen uitgesloten, te weten geïnstitutionaliseerde individuen (vanwege een verminderde vrijheid in voedselkeuze en een meer gereguleerde verstrekkingssituatie) en personen die de Nederlandse taal niet of onvoldoende beheersen. In het huidige onderzoek zijn ook geen zwangeren en vrouwen die borstvoeding geven in de steekproef opgenomen.

Aan VCP-2003 hebben 750 personen in de leeftijd van 19 tot en met 30 jaar meegewerkt (respons 42%). Deze personen werden representatief geacht voor de kenmerken man/vrouw, leeftijd, regio en opleiding. Wat betreft de mate van verstedelijking is in de steekproef iets vertekend in de richting minder verstedelijkt. Door middel van weegfactoren werd voor deze lichte vertekening in sociodemografische kenmerken gecorrigeerd.

24-uursvoedingsnavraag

In VCP-2003 is de voedselconsumptie van de deelnemers gemeten over twee onafhankelijke dagen met behulp van een computergeassisteerde 24-uursvoedingsnavraag (EPIC-SOFT), waarbij de antwoorden door de interviewer direct in de computer werden ingevoerd.⁵ De interviews voor VCP-2003 werden telefonisch afgenomen door speciaal hiervoor getrainde diëtisten. Een fieldworksupervisor onderhield de contacten met de interviewers en was het eerste aanspreekpunt voor het beantwoorden van voedingskundige vragen en eventuele problemen met EPIC-SOFT.

De 24-uursnavraag betrof de periode van het opstaan op de dag voorafgaand aan het interview dag tot het opstaan op de dag van navraag. De consumptie op zaterdag is op de maandag erna nagevraagd. Het streven was om alle onderzoeksdagen in gelijke mate in het onderzoek te laten voorkomen. De interviewers konden de verdeling bijhouden met behulp van een zogenaamde spreidingskaart. De navragen over de vrijdag bleken bij vrouwen echter ondervertegenwoordigd te zijn; hiervoor zijn de resultaten gewogen. De tijd tussen het eerste en tweede interview was vastgesteld op 7-14 dagen. Het tweede interview betrof in principe een andere dag van de week dan het eerste interview.

Het voedingsinterview met EPIC-SOFT omvatte de volgende onderdelen:

- a) Vastleggen van algemene gegevens van de deelnemer: initialen, identificatienummer, geboortedatum, geslacht, lengte, gewicht, dieetgebruik, datum van navraagdag, omschrijving van type dag (indien afwijkend), begintijd (moment van opstaan van dag van navraag) en eindtijd (moment van opstaan van daaropvolgende dag) van de na te vragen dag en nacht.
- b) Per consumptiemoment vastleggen van tijdstip, consumptieplaats en geconsumeerde voedingsmiddelen op hoofdlijnen (Quick List) .

- c) Beschrijven en kwantificeren van de gerapporteerde voedingsmiddelen per consumptiemoment. Per voedingsmiddel worden zo nodig nadere specificaties nagevraagd en vastgelegd, zoals de bereidingswijze (bijvoorbeeld gekookt of gefrituurd) of het vetgehalte (bijvoorbeeld halfvol of vol) enzovoort. Portiegroottes konden door de respondent op verschillende wijzen worden geschat: uit voorbeeldporties op foto's, in huishoudelijke maten, standaardeenheden of in gewicht of volume.
- d) Controle van de gegevens op hoeveelheden (waarschuwing bij overschrijden van grenswaarde) en op ontbrekende informatie en controle op basis van een globale berekening van de inneming van energie en macrovoedingsstoffen.
- e) Vastleggen van het gebruik van vitamine- en mineralenpreparaten.

Schriftelijke vragenlijst

Ter aanvulling op gegevens over de 24-uursvoeding werden met behulp van een schriftelijke vragenlijst een aantal achtergrond- en leefstijlkenmerken verkregen. De leefstijlkenmerken betroffen het lichamelijk activiteitenpatroon, roken en alcoholconsumptie. Teneinde een goede schatting te kunnen maken van de gebruikelijke voeding is met de vragenlijst ook de gebruiksfrequentie en het 'ooit-' of 'nooit-gebruik' van een aantal (groepen) voedingsmiddelen nagevraagd (zie paragraaf 2.4).

2.2 Gegevensverwerking

Controle gegevens 24-uursvoedingsnavraag

Gedurende het veldwerk zijn de interviewgegevens wekelijks op een aantal aspecten gecontroleerd, zoals fouten in het identificatienummer, inconsistenties in de algemene gegevens tussen het eerste en tweede interview, gebruik van foto's die niet voorkwamen in het fotoboek, etc. Deze controles zijn uitgevoerd met behulp van het programma SAS. Fouten zijn met behulp van gegevens van de spreidingskaart, de van de panels bekende NAW-gegevens (naam-adres-woonplaats) en informatie uit de vragenlijst gecorrigeerd. De consumptiegegevens zijn gescreend op onvolkomenheden en direct of in de latere wijzigingsfase verbeterd. Opmerkingen bij de interviews die betrekking hadden op specifieke producten of op de samenstelling van gerechten die niet standaard in de voedingsmiddelen- of receptenlijst van het EPIC-SOFT-programma te vinden waren, zijn doorgespeeld aan de fieldsupervisor. Deze zocht aanvullende informatie. Aan het einde van de gehele onderzoeksperiode zijn de oplossingen verwerkt op interviewbasis of op programmabasis (update van EPIC-SOFT). In de laatste wijzigingsronde is tevens de toepassing van huishoudelijke maten als kwantificeringsmethode geüniformeerd aan de hand van overeengekomen criteria tussen TNO en RIVM.

Koppeling van voedingsmiddelen aan NEVO-tabel

Om uit de gegevens, verzameld met de 24-uursnavraagmethode volgens EPIC-SOFT, de inneming van energie en voedingsstoffen te kunnen berekenen zijn de gerapporteerde voedingmiddelitem voorzien van de best passende NEVO-code uit de meest recente versie (2001) van de NEVO-tabel.⁶ Bij het toekennen van de NEVO-codes is gewerkt volgens een aantal vooraf vastgelegde principes. Vooraf zijn zo min mogelijk voedingsmiddelen samengevoegd, dus verschillende facetten en descriptoren bij een zelfde product zijn in stand gehouden. Dit is gedaan om het volledige NEVO-bestand te benutten en zo veel mogelijk informatie te behouden die ook voor toekomstig onderzoek handvatten kan bieden. Aan een aantal reeds in de NEVO-tabel opgenomen producten werden nieuwe productcodes

toegekend. EPIC-SOFT registreert namelijk bij kroketten, patates frites en een aantal andere bereide producten het bereidingsvet afzonderlijk, dit in tegenstelling tot de NEVO-tabel, waarin analysecijfers van de bereide (voor consumptie gereed zijnde) producten, inclusief het vet zijn opgenomen. Om dubbeltellingen te voorkomen is in deze gevallen bij de nieuwe NEVO-code het gehalte aan vet en de vetzuursamenstelling van het onbereide product opgenomen en is de samenstelling van de overige voedingsstoffen overgenomen van het geanalyseerde product. In totaal zijn voor het coderen van 7120 voedingsmiddelenitems 1115 NEVO-codes gebruikt. Er zijn 82 nieuwe productcodes en 273 receptcodes (berekend uit twee of meer ingrediënten) aan de NEVO-tabel 2001 toegevoegd. Na koppeling met de NEVO-code zijn de voedingsmiddelen nogmaals gecheckt op onwaarschijnlijke hoeveelheden en codenummers. Na omzetting in energie en voedingsstoffen heeft vervolgens per voedingsstof een beoordeling van de 10 hoogste en laagste waarden plaatsgevonden. De controles op voedingsmiddelen en voedingsstoffen is afzonderlijk per dag en per geslacht uitgevoerd.

Controle gegevens schriftelijke vragenlijst

De gegevens en uitkomsten van de schriftelijke vragenlijst zijn gecheckt op consistenties, missende waarden, onjuiste antwoorden (waarden die niet passen binnen de range van antwoordcategorieën), inconsistenties tussen de vragenlijst en gegevens van de twee voedingsnavragen. Alle inconsistenties, missende en onjuiste waarden zijn teruggezocht en indien nodig aangevuld en/of gecorrigeerd.

2.3 Berekeningen op basis van de 24-uursvoedingsnavraag

Voor de huidige rapportage zijn de gerapporteerde voedingsmiddelen ingedeeld in productgroepen volgens de EPIC-SOFT-indeling, met 17 hoofdgroepen. Een aantal hoofdgroepen is opgesplitst in subgroepen. Voor een overzicht van de ingedeelde voedingsmiddelen wordt verwezen naar Bijlage 2. De consumptie van productgroepen per dag en gemiddeld over de twee dagen is voor iedere deelnemer berekend op hoofd- en subgroepniveau. Eveneens per dag en gemiddeld over twee dagen is de geconsumeerde hoeveelheid van de voedingsmiddelen, geaggregeerd op NEVO-codeniveau, berekend. Bovendien is voor iedere deelnemer bepaald of deze het voedingsmiddel of de product(sub)groep op één of beide dagen heeft gebruikt.

De inneming per dag van energie en voedingsstoffen is berekend met behulp van de voor dit onderzoek uitgebreide versie van de NEVO-tabel 2001. De berekende inneming van voedingsstoffen is uitgedrukt in absolute eenheden en is voor een aantal voedingsstoffen ook gerelateerd aan de energie-inneming. Zo zijn macrovoedingsstoffen ook weergegeven in energieprocenten (en%): dat wil zeggen de procentuele bijdrage van deze voedingsstof aan de energie-inneming. De informatie over energie en voedingsstoffen is weer gemiddeld over de twee 24-uursnavragen.

De Body Mass Index (BMI) is berekend uit de lengte en het lichaamsgewicht (kg/m^2). Deze informatie was gerapporteerd aan het begin van de 24-uurs navraag. Volgens de WHO⁷ is er sprake van overgewicht bij een BMI van 25 kg/m^2 en hoger.

In EPIC-SOFT worden de volgende eetmomenten onderscheiden: ontbijt, lunch, diner en de tussendoor momenten in de loop van de ochtend, middag en avond. Voor iedere deelnemer is bepaald of het betreffende maaltijdmoment op één of beide dagen is gebruikt. Ook is

berekend welke bijdrage de afzonderlijke momenten leveren aan de gemiddelde consumptie van voedingsmiddelen en de inneming van energie en voedingsstoffen.

Ook is met EPIC-SOFT de plaats van consumptie vastgelegd. Voor de huidige rapportage is de consumptie thuis en buitenshuis berekend en de bijdrage hiervan aan de gemiddelde inneming van energie, voedingsstoffen en productgroepen.

2.4 Berekeningen op basis van de schriftelijke vragenlijst

Uit de schriftelijke vragen naar lichamelijke activiteit is de enkelvoudige vraag (waarin deelnemers zelf het aantal dagen moeten inschatten waarop zij minstens 30 minuten lichamelijk inspannend actief zijn) gebruikt om af te leiden of de deelnemer aan de Nederlandse norm 'Gezond Bewegen' voldoet.⁸ Dit is het geval als dit 5 dagen of meer was.

Op basis van de gegevens over alcoholgebruik zijn personen die nu geen alcohol gebruiken maar dat vroeger wel hebben gedaan, vanwege de geringe aantallen samengevoegd met personen die nooit alcohol gebruiken ('Alcoholgebruik Nee').

Het opleidingsniveau is aan de hand van de hoogste niet perse voltooide opleiding en de huidige opleiding teruggebracht tot de drie categorieën 'hoog', 'midden' en 'laag'. Tot de categorie 'laag' behoren: lager onderwijs, lager\voorbereidend beroepsonderwijs, mavo, vmbo en leerlingenwezen. Tot de categorie 'midden' zijn gerekend: havo\vwo en mbo (middelbaar beroepsonderwijs). In de groep 'hoger' onderwijs zijn ingedeeld: hbo (hoger beroepsonderwijs), post-hbo en wetenschappelijk onderwijs.

De levensfase van de deelnemer is bepaald door informatie over de gezinscyclus op basis van de leeftijd van het jongste kind in het huishouden te combineren met gegevens over de rol/positie van de deelnemer in het gezin. Dit leidde tot de klassen alleenstaand; inwonend bij ouder(s); samenwonend/gehuwd zonder kinderen, gezin met kinderen. Twee personen die met iemand anders dan een partner of ouders samenwoonden zijn als alleenstaand geclassificeerd.

Het 'ooit-gebruik' van 28 verschillende product(groepen) uit de 'checklist gebruik voedingsmiddelen' en van groenten, fruit en vruchtensap is bepaald door na te gaan of een deelnemer het product wel eens of vaker gebruikt. Het aantal gebruikers van groenten, fruit en sap vormt onderdeel van de berekeningen naar de gebruikelijke voeding.

Op basis van de door de respondenten gerapporteerde gegevens zijn de gemiddelde waarden en de bijbehorende standaardafwijking van de leeftijd (in jaren), lengte (in cm) en gewicht (in kg) berekend.

2.5 Statistiek

De berekeningen van groepsgemiddelden en standaardafwijkingen, die zijn gemaakt voor de inneming van energie, voedingsstoffen en productgroepen, zijn gebaseerd op de gemiddelde inneming van de deelnemers over twee dagen. Voor het berekenen van het % gebruikers van een product(groep), is een gebruiker gedefinieerd als iemand die op één of beide dagen het betreffende product heeft gegeten of gedronken.

Doordat bij de berekeningen gebruikgemaakt is van weegfactoren bieden de gegevens een representatieve afspiegeling van de Nederlandse bevolking. Resultaten betreffende de 24-uursvoedingsnavragen zijn gewogen naar dag van de week én naar sociodemografische factoren; de overige resultaten zijn gewogen naar sociodemografische factoren.⁴

Voor dieetgebruik en het volgen van een leefregel betreffende de voeding en voor het gebruik van voedingssupplementen op één of beide navraagdagen zijn prevalentiecijfers berekend.

Bovendien is per dag de geconsumeerde hoeveelheid van de afzonderlijke producten berekend, gerangschikt per hoofd/subgroep en gesorteerd op NEVO-code, uitgedrukt in gemiddelde waarden en de bijbehorende standaardafwijking.

Of de inneming van energie en voedingsstoffen tussen subgroepen in de populatie verschilde is getoetst met F-toetsen; bij de beschrijving van de resultaten of bij de tabellen is genoemd waarvoor is gecorrigeerd. Voor productgroepen zijn verschillen in inneming tussen subgroepen parametervrij getoetst met Kruskal-Wallis test. P-waarden kleiner dan 0,05 zijn als statistisch significant beschouwd.

De berekeningen en statistiek zijn uitgevoerd met behulp van het dataverwerkingspakket SAS, versie 8.2.

Gebruikelijke voeding

Zoals eerder is beschreven, is de gemiddelde inneming van een voedingsstof en de variatie daarin berekend over twee dagen. De variatie in deze inneming bevat ook de tussen-dagvariatie ofwel de binnenpersoonsvariatie.^{9,10} Voor een correcte evaluatie van de inneming ten opzichte van de voedingsnormen is niet de gemiddelde inneming over twee dagen van belang, maar de inneming over een langere periode (gebruikelijke inneming). Hierbij bestaat de variatie in inneming uitsluitend uit variatie tussen personen.

De gebruikelijke inneming kan worden afgeleid uit de ruwe data door hieruit de binnenpersoonsvariatie te verwijderen.¹⁰⁻¹⁴ Hoffmann e.a. hebben vijf verschillende methoden met elkaar vergeleken om de gebruikelijke inneming te schatten.¹⁵ Zij concludeerden dat de Nussermethode¹² het meest flexibel en efficiënt zou zijn. Deze methode, de ‘semiparametric transformation approach’, is ontwikkeld door Nusser e.a. aan Iowa State University, gebaseerd op aanbevelingen van de National Academy of Science.¹⁶ De Nussermethode is operationeel via de softwarepakketten SIDE en C-SIDE.¹⁷⁻¹⁹ Voor VCP-2003 is gekozen voor de Nussermethode met behulp van het gebruiksvriendelijke pakket C-SIDE.¹⁹ Wanneer deze methode wordt toegepast op productgroepen, wordt eerst een schatting gemaakt van het percentage nooit-gebruikers. De informatie uit de schriftelijke vragenlijst over de gebruiksfrequentie van groenten en fruit is gebruikt om te controleren of deze schatting klopt. Dit bleek inderdaad niet veel af te wijken. Bij deze procedure is aan de individuen in de steekproef ook weer de weegfactor voor afwijkingen in sociodemografische kenmerken en dag-van-de-week toegekend.

3. Resultaten

3.1 Kenmerken van de onderzochte populatie

Tabel 1 vermeldt de verdelingen van een aantal populatiekenmerken van de totale groep 19-30-jarigen, opgesplitst naar geslacht.

Tabel 1. Kenmerken van deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar*

	Totaal		Man (n=352)		Vrouw (n=398)	
	n	%	n	%	n	%
Leeftijd (jaar)						
19-24	332	44,3	162	44,5	170	44,0
25-30	418	55,7	202	55,5	216	56,0
Gezinscyclus						
Alleen	110	14,6	33	9,2	76	19,7
met partner	181	24,1	108	29,7	73	18,8
Gezin met kinderen	145	19,4	43	11,9	102	26,5
inwonend bij ouder(s)	315	41,9	180	49,3	135	35,0
Opleiding						
lag	185	24,7	75	20,7	110	28,4
Midden	350	46,7	172	47,2	178	46,1
Hoog	215	28,7	117	32,1	98	25,4
Regio						
3 grote steden	133	17,8	49	13,5	84	21,8
rest west	214	28,5	96	26,5	118	30,5
Noord	83	11,1	47	12,8	36	9,4
Oost	149	19,9	73	20,1	76	19,6
Zuid	171	22,8	99	27,1	72	18,7
Mate van verstedelijking						
zeer stedelijk	163	21,7	72	19,8	91	23,5
Sterk	212	28,3	106	29,2	106	27,4
Matig	146	19,5	71	19,6	75	19,4
Weinig	143	19,1	70	19,3	73	18,8
Niet	86	11,5	44	12,1	42	10,9
Geboorteland						
Nederland	718	95,7	346	95,0	372	96,4
Suriname	3	0,4	0	0,0	3	0,8
Turkije	1	0,1	1	0,3	0	0,0
Overig	28	3,8	17	4,8	11	2,9
1e nationaliteit						
Nederlands	744	99,2	359	98,5	385	99,8
Anders	6	0,8	5	1,5	1	0,2
BMI (kg/m²)						
<18,5 of 20	28	3,7	16	4,4	12	3,1
<25	474	63,3	254	69,8	220	57,0
≥25-<30	187	24,9	79	21,6	108	28,0
≥30	61	8,2	15	4,2	46	11,9
Alcoholgebruik						
Nee	127	17,0	38	10,5	89	23,2
ja, minder dan 1 glas/week	258	34,5	76	20,9	182	47,4
ja, 1 glas/week of meer	362	48,5	250	68,7	113	29,4
Roken						
Ja	243	32,4	119	32,8	124	32,1
nee, vroeger wel	100	13,4	46	12,5	55	14,2
nee, nooit	406	54,2	199	54,7	207	53,7
Lichamelijke activiteit						
1-2 dagen/week	133	18,6	90	26,1	43	11,6
3-4 dagen/week	156	21,8	83	24,2	73	19,7
5-7 dagen/week	427	59,6	171	49,8	256	68,7

*gewogen naar sociodemografische kenmerken

Circa 44% van de deelnemers was jonger dan 25 jaar.

Bijna 10% van de mannen en 20% van de vrouwen woonde alleen; bijna de helft van de mannen en ruim eenderde van de vrouwen was inwonend bij ouder(s). De overige deelnemers woonden samen met partner (30% van de mannen en bijna 20% van de vrouwen) of hadden een gezin met kinderen (12% van de mannen en 26% van de vrouwen).

Bijna een kwart van de deelnemers (meer vrouwen dan mannen) was laag opgeleid; bijna een derde van de mannen en een kwart van de vrouwen had een hogere opleiding. Deze gegevens betreffen het voltooide opleidingsniveau.

Iets minder dan de helft van de deelnemers woonde in het westen, inclusief de drie grote steden. 10 tot 13% woonde in het noorden, bijna 20% in het oosten en 18% (vrouwen) tot 27% (mannen) in het zuiden.

Bijna 50% van de deelnemers woonde in een zeer sterk of sterk verstedelijkt gebied; ruim 11% woonde in een niet-verstedelijkt gebied.

Circa 5% van de deelnemers was niet in Nederland geboren. Vrijwel alle personen hadden Nederlands als eerste nationaliteit.

Conform de verwachting was de gemiddelde lengte en het lichaamsgewicht bij mannen hoger dan bij vrouwen (mannen: lengte 1,85 m, gewicht 79,6 kg; vrouwen: lengte 1,70 m, gewicht 71,4 kg). De gemiddelde BMI was hoger bij de vrouwelijke deelnemers (respectievelijk 23,5 kg/m² versus 24,6 kg/m²). Overgewicht (BMI >25) werd aangetroffen bij 26% van de mannen en 40% van de vrouwen. Circa 4% van deze mannen en 12% van deze vrouwen had een BMI van 30 kg/m² of hoger.

Bijna een derde van de onderzochte populatie (32% van de mannen en 33% van de vrouwen) gaf aan te roken. Meer dan de helft had nooit gerookt.

Bijna 70% van de mannen en 30% van de vrouwen rapporteerde wekelijks één of meer glazen alcoholische dranken te gebruiken. 10% van de mannen en 23% van de vrouwen gaf aan nooit alcohol te gebruiken. Bijna de helft van de vrouwen en 21% van de mannen rapporteerde wel eens alcohol te drinken maar minder dan één glas per week.

Bijna de helft van de mannen en 70% van de vrouwen gaf aan gedurende 5-7 dagen in de week minstens een halfuur te besteden aan inspannende lichamelijke activiteiten.

3.2 Consumptie van voedingsmiddelen

Tabel 2 vermeldt de consumptie van groepen voedingsmiddelen voor de totale onderzoekspopulatie en voor mannen en vrouwen afzonderlijk. Naast de gemiddelde hoeveelheid is ook de standaardafwijking vermeld en het percentage deelnemers dat de verschillende productgroepen op één of beide onderzoeksdagen gebruikte. Voor inzicht in het gebruik van de afzonderlijke producten (weergegeven per NEVO-code) wordt verwezen naar Bijlage 3. Verder geeft Bijlage 4 voor een aantal relevant geachte productgroepen inzicht in het percentage deelnemers dat deze producten nooit, wel eens of tenminste 1 maal per maand gebruikte. Uit deze bijlage blijkt dat de productgroepen 'brood', 'boter, margarine, olie, vet voor bakken/braden' en 'rijst/pasta' door meer dan 90% van de deelnemers minstens 1 maal per maand gebruikt. 'Vegetarische schnitzels, tofu, quorn, tempeh' en 'orgaanvlees' hadden de meeste nooit-gebruikers. Meer mannen dan vrouwen gebruikten nooit 'muesli, cornflakes, andere ontbijtgranen' en 'light frisdranken', terwijl dat voor 'overige frisdranken', 'orgaanvlees', 'jus' en 'suiker' juist omgekeerd was (verschillen groter dan 5%).

Tabel 2. Consumptie van groepen voedingsmiddelen voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar*

Productgroepen- EPIC-SOFT	Totaal (n=750)			Mannen (n=352)			Vrouwen (n=398)			#
	gemid- delde g/d	sd g/d	gebrui- kers (%)	gemid- delde g/d	sd g/d	gebrui- kers (%)	gemid- delde g/d	sd g/d	gebrui- kers (%)	
Aardappelen en andere knolgewassen	96	87	77	115	101	79	78	67	75	***
Aardappelen	96	87	77	115	102	79	78	67	75	***
Groenten	100	68	95	111	72	96	90	62	95	***
Bladgroenten (excl. koolsoorten)	15	29	34	18	34	36	12	23	32	
Vruchtgroenten	28	36	65	30	39	68	27	33	62	
Knolgroenten	7	21	27	7	23	27	7	19	28	
Koolsoorten	23	42	35	25	45	35	21	39	35	
Paddestoelen	2	8	15	2	8	16	2	7	14	
Erwten, maïs, tuinbonen	3	11	8	2	10	7	3	12	8	
Uien, knoflook	10	16	53	12	19	56	8	13	51	*
Stengel- en spruitgroenten	3	9	15	2	8	14	3	10	16	
Gemengde salades/groenten	9	23	26	11	28	28	7	17	24	
Peulvruchten	3	17	5	4	22	6	2	11	4	
Peulvruchten	3	17	5	4	22	6	2	11	4	
Vruchten	98	109	81	96	109	80	99	109	83	
Fruit	89	108	71	86	108	68	92	105	74	
Noten, zaden, notenspread	7	15	28	8	17	30	6	13	26	
Gemengd fruit/noten	2	12	3	2	12	3	2	11	3	
Olijven	0	3	3	0	3	4	0	2	3	
Melkproducten	391	297	99	439	326	100	346	255	99	***
Melk	197	240	69	232	265	73	165	207	66	***
Melkdranken	32	102	16	35	117	16	29	83	17	
Yoghurt	84	132	47	84	148	43	84	114	51	
Kwark, verse kaas	5	23	6	7	28	7	3	18	6	
Kaas	32	31	80	35	32	80	29	29	81	*
Puddingen op melk/room/mousse basis	33	68	30	38	80	30	28	53	30	
Room en roomvervangers	2	7	16	2	7	15	2	8	16	
Koffiemelk en creamers	6	16	34	6	12	37	5	18	32	*
Granen en graanproducten	219	105	100	266	111	100	175	77	100	***
Meel, vlokken en bindmiddelen	1	6	13	1	8	15	0	3	12	
Deegwaren, rijst, andere granen	46	69	46	57	85	46	36	50	46	*
Brood, knäckebröd, beschuit	151	76	99	183	80	99	120	56	99	***
Ontbijtgranen	4	12	15	4	13	13	4	10	16	
Zoutjes, toast	12	21	43	14	25	42	10	15	44	
Deeg	5	20	8	6	21	9	5	19	8	
Vlees en vleesproducten	120	72	97	142	79	98	98	60	96	***
Vers vlees	44	51	63	53	57	67	35	42	59	***
Gevogelte	15	33	30	18	38	30	13	27	30	
Wild	0	4	0	0	1	0	0	6	0	
Vleesproducten	60	54	88	72	58	92	50	46	85	***
Orgaanvlees	0	3	1	0	4	1	0	1	0	
Vis, schaal- en schelpdieren	8	24	19	10	28	19	7	20	18	
Vis	4	16	12	5	18	12	4	14	11	
Schaal- en schelpdieren	1	9	6	1	5	4	2	11	7	
Visproducten, vissticks	3	16	4	4	20	5	1	10	2	
Eieren	11	20	37	14	25	40	8	15	34	*
Eieren	11	20	37	14	25	40	8	15	34	
Vetten	24	18	98	31	21	99	18	12	97	
Vetten niet specifiek	1	3	13	1	2	10	1	2	11	***
Plantaardige oliën	2	4	39	3	5	39	2	4	39	
Boter	2	7	23	3	8	27	1	4	20	*
Margarines	16	16	88	21	19	88	12	11	88	***
Frituurvetten	3	6	32	4	7	35	2	4	30	
Andere dierlijke vetten	0	0	1	0	0	1	0	0	0	
Suiker en zoetwaren	49	46	94	57	52	96	41	39	93	***
Geconfitte vruchten	0	0	1	0	0	2	0	0	1	
Suiker, honing, jam	17	25	73	23	29	79	12	18	68	***
Chocola, candybars, chocoladehagel/vlokken	15	23	58	17	26	60	13	19	56	

Productgroepen- EPIC-SOFT	Totaal (n=750)			Mannen (n=352)			Vrouwen (n=398)			#
	gemid- delde g/d	sd g/d	gebrui- kers (%)	gemid- delde g/d	sd g/d	gebrui- kers (%)	gemid- delde g/d	sd g/d	gebrui- kers (%)	
Zoetwaren (geen chocola)	7	17	42	8	19	39	6	13	46	
Siropen en stroop	3	11	13	2	9	13	3	12	14	
IJs, waterijs	7	21	13	7	23	12	6	19	14	
Koek, gebak en biscuit	46	54	74	44	57	70	48	51	79	**
Koek, cake en gebak	28	45	46	27	48	42	29	42	51	*
Koekjes en biscuit	18	27	56	17	30	53	19	25	60	
Niet alcoholische dranken	1715	738	100	1572	637	99	1849	799	100	***
Niet-alcoholische dranken, niet specifiek	1	18	1	2	19	1	1	15	1	
Vruchten- en groentesappen	159	230	57	143	229	53	143	197	55	**
Limonades en isotone dranken	366	420	73	419	420	79	348	416	71	***
Koffie, thee en kruidenthee	734	560	92	666	483	91	798	609	93	*
(Mineraal)water	454	574	76	343	467	69	560	632	81	***
Alcoholische dranken	236	581	42	417	774	56	65	175	30	***
Wijn	20	70	13	18	74	9	23	65	17	**
Sherry, port, vermut e.d.	1	8	5	1	9	6	0	6	4	
Bier, cider	206	571	25	391	764	43	32	143	7	***
Gedistilleerde dranken	3	15	6	3	15	8	2	15	3	*
Anijsdranken	0	1	0	0	1	0	0	0	0	
Likeuren	2	15	3	1	14	2	2	20	4	
Cocktails en mixdranken	4	33	2	3	34	2	5	32	3	
Sauzen en kruiden/specerijen	36	34	87	43	38	87	30	28	88	***
Sauzen	35	34	85	42	38	85	29	28	85	***
Kruiden, specerijen en smaakstoffen	0	0	1	0	0	1	0	0	2	
Smaakmakers	1	3	21	1	4	23	1	3	20	
Soepen	58	91	42	69	101	47	48	80	37	**
Soepen	54	90	35	65	100	40	44	77	31	**
Bouillon	4	17	9	3	16	9	4	17	9	
Diversen	21	56	40	19	45	34	23	66	45	
Algemeen	0	2	1	0	2	1	0	3	1	
Sojaproducten	3	24	7	2	23	7	3	25	7	
Dieetproducten	5	44	14	2	18	6	9	57	22	***
Snacks	13	30	23	15	35	24	11	24	23	

*Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

Statistisch significant verschil tussen mannen en vrouwen *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

Productgroepen die op één of beide navraagdagen door 90% of meer van de respondenten werden gebruikt zijn 'groenten', 'melkproducten' (inclusief kaas), 'granen en graanproducten' (brood behoort tot de graanproducten en werd door 99% van de deelnemers gegeten), 'vlees en vleesproducten', 'vetten' (smeer- en bereidingsvetten), 'suiker en zoetwaren' en 'niet alcoholische dranken'. Binnen de laatste productgroep werden koffie en thee door meer dan 90% gedronken; limonades en isotone dranken (sportdranken) werden door bijna 80% van de mannen en 71% van de vrouwen gebruikt en voor 'vruchten- en groentesappen en vruchtendranken' waren de percentages voor mannen en vrouwen respectievelijk 53 en 60. Gebruikerspercentages tussen de 70 en 90 werden aangetroffen voor de productgroepen 'aardappelen', 'koek, gebak en biscuit' en 'sauzen en kruiden/specerijen'. 'Peulvruchten' en 'vis' behoorden tot de groepen met het laagste aantal gebruikers (circa 5 respectievelijk 19%) (Tabel 2).

Voor de meeste hoofd- en subgroepen voedingsmiddelen was het percentage gebruikers het hoogst bij de mannen. Uitzonderingen waren fruit (vers fruit en fruitconserven), yoghurt, zoetwaren (geen chocolade), koek, gebak en biscuit, (mineraal)water, wijn en dieetproducten (bijvoorbeeld maaltijdvervangers). Voor deze voedingsmiddelengroepen was het percentage gebruikers bij de vrouwen tenminste 5% hoger vergeleken met de mannen.

Mannen aten in het algemeen meer dan vrouwen. Een uitzondering op deze regel vormden met name productgroepen die zich ook onderscheiden door een hoger percentage gebruikers bij de vrouwen. Deze producten werden niet alleen vaker gebruikt door vrouwen, er werd gemiddeld ook meer van gegeten of gedronken. Met uitzondering van de groepen 'peulvruchten', 'vis, schaal- en schelpdieren', 'vruchten' en 'diversen' waren de verschillen op hoofdgroepniveau statistisch significant naar geslacht. Ook op subgroepniveau deden zich veel significante verschillen voor (zie Tabel 2).

Groenten en fruit in meer detail

In de Nederlandse voorlichting over gezonde voeding wordt een ruim gebruik van groenten en fruit benadrukt. In de schriftelijke vragenlijst (Bijlage 4) gaven veel personen aan '1-3 keer per maand' (24%) of op '1 dag per week' (26%) sla of rauwkost te gebruiken. Gekookte of gebakken groenten werden door veel deelnemers 4 of 5 dagen per week geconsumeerd (ieder ruim 20%). Uit de 24-uursvoedingsnavraag bleek dat door 95% van de 19-30-jarigen op één of beide onderzoeksdagen groenten worden gegeten. De gemiddelde geconsumeerde hoeveelheid bedroeg 100 g/dag. Mannen aten meer groenten dan vrouwen (gemiddeld 111 versus 90 g/dag).

Uit Tabel 2 blijkt welke type groenten het grootste aandeel aan het consumptiecijfer leverden. Zowel bij mannen als vrouwen werd ruim de helft van de hoeveelheid groenten gegeten als vruchtgroenten (met name tomaat, komkommer, sperziebonen) en koolsoorten (met name bloemkool, boerenkool, broccoli en spruiten). Uien en gemengde salades/groenten leverden ieder circa 10%. Toch had meer dan de helft van deelnemers gedurende één of beide onderzoeksdagen ui en/of knoflook gegeten. In de praktijk zal de gegeten hoeveelheid vaak beperkt zijn omdat deze soorten vooral als smaakmaker en veel in combinatie met diverse andere soorten groenten worden gebruikt.

In de schriftelijke vragenlijst (Bijlage 4) rapporteerde 18% van de mannen en 25% van de vrouwen dat ze elke dag fruit aten, 20% van de mannen en 11% van de vrouwen gaf aan dit minder dan 1 dag per week te doen. Uit Tabel 2 blijkt dat 'vruchten' door 80% van de mannen en 83% van de vrouwen op één of beide nagevraagde dagen zijn gegeten. De groep 'vruchten' bestaat behalve uit vers fruit en vruchtenconserven ook uit noten en zaden, gemengd fruit en noten (studentenhaver) en olijven. Circa 90% van de vruchten werd gegeten als fruit (vers en geconserveerd) en 7% als noten en zaden. Van de vers gegeten soorten werden appels, mandarijnen en bananen het meest gegeten. Bij de vruchtenconserven scoorden appelmoes en -compote het hoogst.

De gemiddelde consumptie van groenten en fruit bleef ver achter bij de door het Voedingscentrum aanbevolen hoeveelheid van 150-200 g groenten en 200 g fruit.

3.3 Inneming van energie en voedingsstoffen

In Tabel 3 en Bijlage 5 wordt de gemiddelde inneming van energie en een aantal geselecteerde voedingsstoffen gepresenteerd voor de totale populatie en voor mannen en vrouwen afzonderlijk. De gegevens hebben betrekking op de gemiddelde dag en worden gepresenteerd in absolute eenheden, in energieprocenten (en%) voor macrovoedingsstoffen en per eenheid energie voor voedingsvezel. De berekende inneming heeft uitsluitend betrekking op de consumptie van voedingsmiddelen (inclusief verrijkte producten). De bijdrage van voedingssupplementen is buiten beschouwing gebleven.

De gemiddelde energie-innemering in de leeftijd van 19 tot en met 30 jaar bedroeg 9772 kJ (2328 kcal). Met een inneming van 8063 kJ (1921 kcal) was de energie-innemering van vrouwen circa 3500 kJ lager dan van de deelnemende mannen (11582 kJ). Uitgedrukt in absolute hoeveelheden was de inneming van macro- en microvoedingsstoffen bij vrouwen steeds lager. Met uitzondering van vitamine C zijn deze verschillen statistisch significant.

Tabel 3. Gemiddelde dagelijkse inneming (gemiddelde en standaarddeviatie) van energie en voedingsstoffen naar geslacht voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar*

	Totaal (n=750)		Mannen (n=352)		Vrouwen (n=398)		#
	gemiddelde	sd	gemiddelde	sd	gemiddelde	sd	
Energie (kJ)	9772	3250	11581	3219	8063	2181	***
Energie (Kcal)	2328	776	2760	769	1921	521	***
Eiwit							
- grammen	81,2	26,9	94,9	26,5	68,3	19,9	***
- en%	14,3	3,3	14,0	2,7	14,6	3,7	*
Vet, totaal							
- grammen	89,7	36,0	105,7	36,0	74,6	28,8	***
- en%	34,4	6,8	34,4	6,3	34,3	7,3	
Verzadigde vetzuren							
- grammen	33,4	14,1	38,9	14,7	28,2	11,3	***
- en%	12,9	3,2	12,7	3,2	13,0	3,3	
Transvetzuren							
- grammen	2,8	1,8	3,2	2,0	2,5	1,4	***
- en%	1,1	0,5	1,0	0,5	1,1	0,5	**
Onverzadigde vetzuren							
- grammen	46,8	20,4	55,6	20,3	38,4	16,5	***
- en%	17,9	4,4	18,1	4,1	17,6	4,7	
Koolhydraten							
- grammen	277,4	93,2	323,2	94,6	234,2	67,7	***
- en%	48,2	7,4	47,2	7,0	49,1	7,6	***
Mono- en disacchariden							
- grammen	143,7	62,4	164,7	66,9	123,8	50,5	***
- en%	24,9	7,5	23,8	7,0	25,9	7,9	***
Alcohol							
- grammen	12,0	25,4	19,2	32,9	5,2	11,8	***
- en%	3,0	5,4	4,3	6,4	1,8	3,9	***
Voedingsvezel							
- grammen	19,3	7,9	22,1	8,3	16,6	6,3	***
- g/MJ	2,1	0,8	2,0	0,7	2,1	0,8	**
Calcium (mg)	1032	463	1135	493	935	411	***
IJzer (mg)	10,8	3,9	12,2	3,6	9,4	3,7	***
Retinolequivalenten (µg)	1011	931	1176	1092	856	714	***
Vitamine B1 (mg)	1,3	0,6	1,5	0,6	1,1	0,6	***
Vitamine B2 (mg)	1,6	0,8	1,8	0,8	1,4	0,7	***
Vitamine B6 (mg)	1,9	0,9	2,1	0,9	1,6	0,8	***
Foliumzuur (µg)	185	92	220	108	153	56	***
Vitamine B12 (µg)	4,0	4,0	4,8	5,3	3,3	2,0	***
Vitamine C (mg)	96	62	99	66	93	57	
Vitamine D (µg)	3,2	2,2	3,8	2,2	2,7	2,0	***
Vitamine E (mg)	11,8	6,4	13,6	6,9	10,0	5,4	***

*Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

Statistisch significant verschil tussen mannen en vrouwen *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

Voor totaal vet en verzadigde vetzuren zijn deze verschillen er niet wanneer de inneming wordt gerelateerd aan de energievoorziening. In de voeding van de deelnemers aan VCP-2003 leverden vetten gemiddeld 34,4% van de energievoorziening. Bijna 13% van de energie was afkomstig van verzadigde vetzuren. Het verschil in de bijdrage van transvetzuren (1,0 en% mannen en 1,1 en% vrouwen) en van de overige macrovoedingsstoffen was statistisch significant. Eiwitten en koolhydraten leveren bij de mannen relatief meer energie dan bij vrouwen; alcohol was voor mannen een grotere energieleverancier dan voor vrouwen (4,3 versus 1,8 en%). Indien de hoeveelheid voedingsvezel wordt gerelateerd aan de energie-innemering dan was de inneming bij vrouwen iets hoger (2,1 versus 2,0 g/MJ).

Vergelijking met voedingsnormen

Voor de beoordeling van de inneming van voedingsstoffen zijn onlangs door de Commissie Voedingsnormen van de Gezondheidsraad aanbevelingen geformuleerd voor een groot aantal voedingsstoffen.²⁰⁻²² In tegenstelling tot de vroegere aanbevelingen richten de geactualiseerde adviezen zich meer op de preventie van chronische ziekten.

De voedingsnormen zijn bedoeld voor een gezonde populatie. De aanbevolen hoeveelheid is die inneming die voor vrijwel alle mensen (97,5%) in de beschouwde groep voldoende is. Op gemiddeld niveau was de eiwitvoorziening ruim, de vetvoorziening lag net onder de 35 en% (35 en% wordt vaak als bovengrens voor een gezonde voeding gehanteerd) en de bijdrage van koolhydraten bevond zich in het aanbevolen traject. Het aandeel van verzadigde vetzuren in de gemiddelde voeding van mannen respectievelijk vrouwen was hoger dan wordt aanbevolen; de bijdrage van transvetzuren zou minder dan één en% moeten bedragen. Deze aanbeveling werd net niet bereikt. De hoeveelheid voedingsvezel was gemiddeld lager dan de richtlijn van 3,0 g/MJ. De gemiddelde inneming van de meeste gerapporteerde mineralen en vitamines kwam bij de mannen (ruim) overeen met de aanbevolen of adequate hoeveelheid. Bij vrouwen was met name de ijzervoorziening beduidend lager dan aanbevolen (aanbeveling 15-16 mg/d) en bleef de calciuminneming wat achter bij de adequate inneming van 1000 mg/d. Ook de gemiddelde inneming van foliumzuur was lager dan de aanbevolen 200-300 µg/d (voor vrouwen met een kinderwens bedraagt de aanbeveling 400-600 µg/d). Bij zowel mannen als vrouwen was de inneming van vitamine E lager dan de aanbevolen 15 mg/d.

Voor het schatten van het percentage mensen dat voldoet aan de aanbevelingen is het essentieel de verdeling van de gebruikelijke individuele inneming in ogenschouw te nemen. Deze kan geschat worden door de voedselconsumptiegegevens van twee onafhankelijke dagen te transformeren naar de gebruikelijke inneming (zie hoofdstuk 2.5). In de huidige rapportage is deze bewerking uitgevoerd voor de doelvariabelen vet, verzadigde vetzuren en transvetzuren en voor de consumptie van groenten en fruit.

3.4 Beoordeling van inneming van energie, vet(zuren), groenten en fruit ten opzichte van de aanbevelingen

Tabel 4 geeft voor de totale populatie en voor mannen en vrouwen afzonderlijk inzicht in de gebruikelijke inneming van energie, vet en geselecteerde vetzuren en de consumptie van groenten en vruchten plus noten. Naast de gemiddelde waarden en de verdeling van de inneming wordt ook het percentage deelnemers aangegeven met een voeding die voldoet aan de aanbeveling.

Uit Tabel 4 blijkt dat meer dan de helft van de deelnemers (53% van de vrouwen en 58% van de mannen) een voeding gebruikte met minder dan 35 en% vet. De richtlijn <10 en% verzadigde vetzuren werd slechts door weinigen bereikt (circa 11% van de mannen en bijna 6% van de vrouwen). Bijna 60% van de mannen en 28% van de vrouwen gebruiken een voeding die minder dan één en% transvetzuren bevatte.

Tabel 4. Gebruikelijke inneming (gemiddelde en percentielen) voor energie, vet, en groenten en fruit naar geslacht voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar *

	N	gemid- delde	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling	Voldoet aan aan- beveling (%)
Totaal									
Energie (kJ)	750	9914	6170	8135	9656	11400	14537		-
Vet, totaal (en%)	750	34,4	26,9	31,4	34,4	37,4	41,7	<35	55,4
Verzadigde vetzuren (en%)	750	12,9	9,5	11,5	12,9	14,3	16,5	<10	8,1
Transvetzuren (en%)	750	1,06	0,70	0,88	1,03	1,21	1,49	<1	44,2
Groenten (g/dag)	750	102	93	112	126	141	164	150	2,0
Groenten (g/dag)	750	102	93	112	126	141	164	200	0,0
Vruchten met noten (g/dag)	750	97	40	93	144	200	312	200 ¹	7,2
Groenten en fruit (g/dag)	750	195	99	156	208	270	382	400	1,8
Groenten en fruit inclusief sappen (g/dag)	750	223	111	175	232	300	419	400	4,1
Mannen									
Energie (kJ)	352	11747	8478	10160	11539	13120	15734		-
Vet, totaal (en%)	352	34,1	27,9	31,6	34,2	36,9	40,6	<35	58,6
Verzadigde vetzuren (en%)	352	12,5	9,2	11,1	12,5	13,9	16,2	<10	11,1
Transvetzuren (en%)	352	0,98	0,62	0,80	0,95	1,13	1,44	<1	58,1
Groenten (g/dag)	352	114	109	126	139	152	172	150	5,5
Groenten (g/dag)	352	114	109	126	139	152	172	200	0,0
Vruchten met noten (g/dag)	352	96	34	89	150	213	338	200 ¹	7,8
Groenten en fruit (g/dag)	352	207	104	164	219	284	402	400	2,5
Groenten en fruit inclusief sappen (g/dag)	352	231	114	182	239	306	429	400	4,7
Vrouwen									
Energie (KJ)	398	8141	5736	7053	8058	9139	10830		-
Vet, totaal (en%)	398	34,6	26,2	31,2	34,5	37,9	42,6	<35	53,1
Verzadigde vetzuren (en%)	398	13,3	9,8	11,9	13,3	14,7	16,9	<10	5,9
Transvetzuren (en%)	398	1,13	0,81	0,98	1,12	1,26	1,50	<1	27,9
Groenten (g/dag)	398	91	86	102	115	128	149	150	0,2
Groenten (g/dag)	398	91	86	102	115	128	149	200	0,0
Vruchten met noten (g/dag)	398	97	45	93	140	192	288	200 ¹	6,7
Groenten en fruit (g/dag)	398	185	95	149	199	258	362	400	1,3
Groenten en fruit inclusief sappen (g/dag)	398	215	108	170	225	291	408	400	3,4

* Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

¹ 2 stuks fruit /dag is geïnterpreteerd als 200 gram/dag

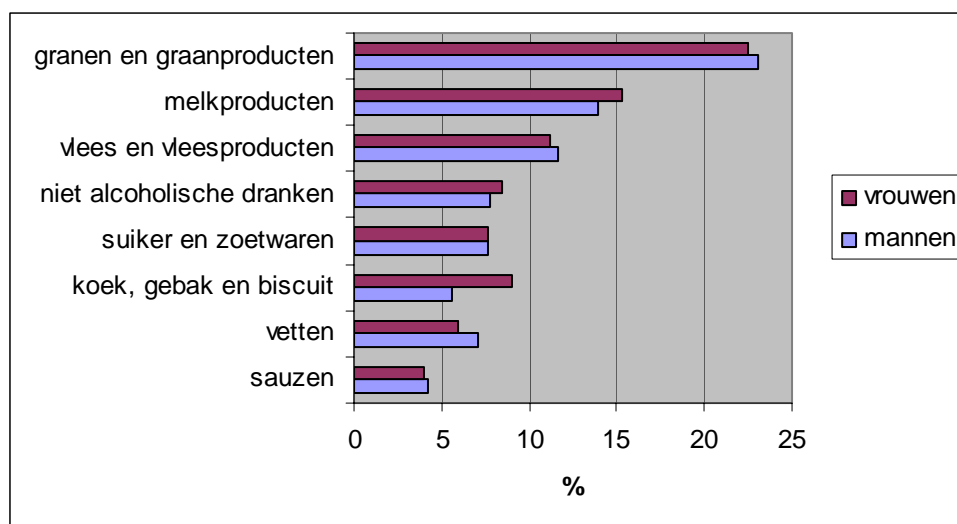
³ maximaal 100 gram fruit mag vervangen zijn door één glas vruchtensap, uitgegaan is van 150 gram voor één glas

Ten opzichte van de aanbeveling van 150-200 g groenten per dag blijkt dat slechts 2% van alle deelnemers (5,5% van de mannen en 0,2% van de vrouwen) minstens 150 g per dag consumeert en niemand gewoonlijk 200 g groente of meer gebruikte. Voor 'fruit' en 'fruit inclusief sappen' was het niet mogelijk de gebruikelijke consumptie te schatten. Dit kwam omdat de waargenomen inneming niet getransformeerd kan worden naar een normale verdeling. Op basis van gebruikelijke consumptie voor de groep 'vruchten' (fruit inclusief noten) bleek dat slechts 7-8% de aanbevolen 200 g at. Indien rekening wordt gehouden met een mogelijke vervanging van fruit door sap – bij personen die geen 200 g fruit gebruikten werd maximaal 100 g fruit vervangen door één glas (150 g) vruchtensap – dan zal het percentage dat voldoet aan de aanbeveling wel iets hoger zijn. De gecombineerde aanbeveling van 200 g groenten en 200 g fruit werd door minder dan 2% gehaald (4% indien ook sap in de berekening werd opgenomen).

3.5 Belangrijke bronnen voor de inneming van energie en vetten

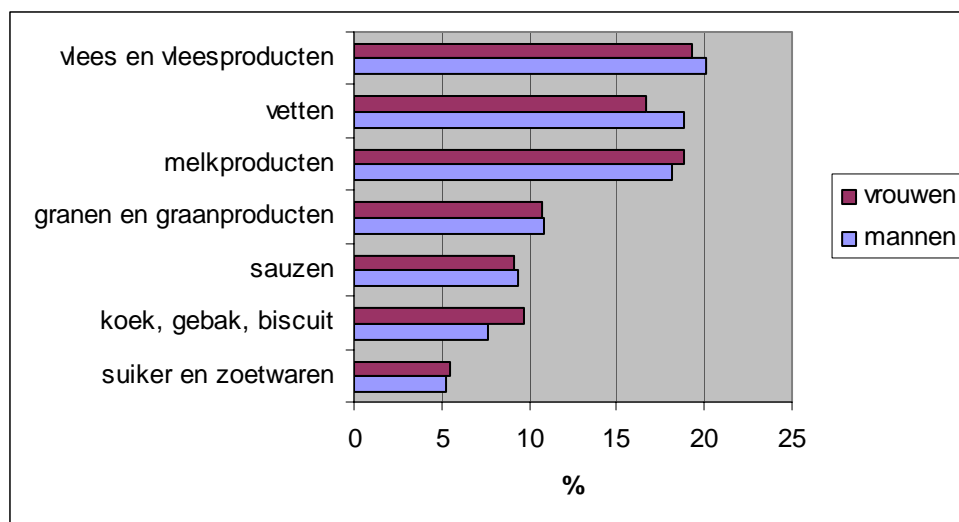
In de figuren 1-5 en Bijlage 6 is de procentuele bijdrage weergegeven die de in Tabel 2 gerapporteerde productgroepen leverden aan de inneming van energie en voedingsstoffen. In deze rapportage wordt ingegaan op de belangrijkste leveranciers van energie en vetten.

In de gemiddelde Nederlandse voeding waren 'granen en graanproducten' voor 19-30-jarigen de belangrijkste energiebron. Zij leverden circa 23% van de energie. Verreweg het grootste deel hiervan kwam uit 'brood' (17%). De groepen 'melkproducten' (inclusief kaas) en 'vlees en vleesproducten' leverden respectievelijk 14,5 en 11,5%; de bijdrage uit de groep 'niet-alcoholische dranken' bedroeg 8,1% (frisdranken bijna 5%); 'suiker en zoetwaren' en de groep 'koek, gebak en biscuit' leverden respectievelijk 7,7 en 7%; het aandeel van de groep 'vetten' (smeer- en bereidingsvetten) was 6,6%; de groep 'sauzen (inclusief jus), kruiden en specerijen' leverde 4,1%. Met uitzondering van 'koek, gebak en biscuit' waren de verschillen in bijdragen tussen mannen en vrouwen gering. (Figuur 1)



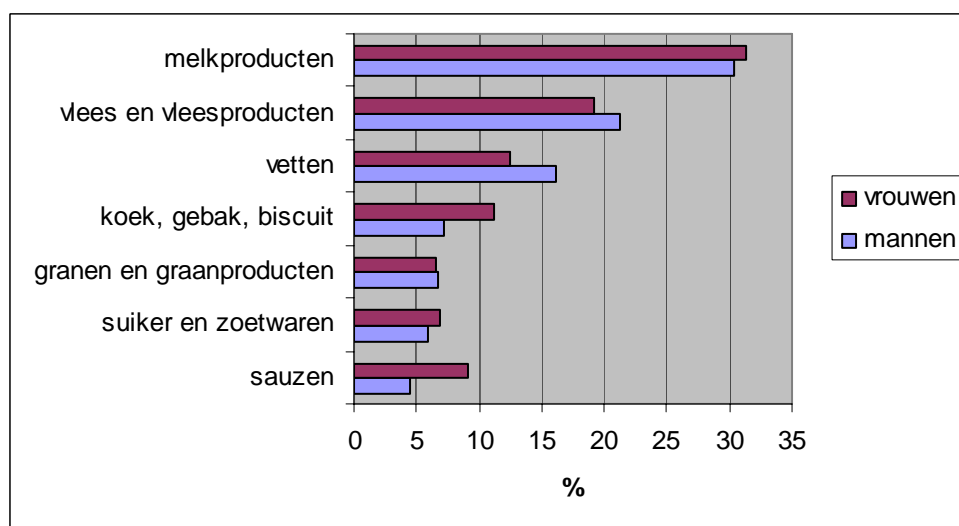
Figuur 1. Bijdrage (%) van groepen voedingsmiddelen aan de inneming van energie voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar (gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week)

De groepen 'vlees en vleesproducten', 'vetten' en 'melkproducten' waren de belangrijkste bronnen voor totaal vet. Samen leverden deze groepen 57% van de gemiddelde vetinneming. Ook 'granen en graanproducten' en 'sauzen, kruiden en specerijen' waren belangrijke leveranciers; binnen de groep 'granen en graanproducten' waren hiervoor vooral de subgroepen 'brood' en 'zoutjes' verantwoordelijk (bijna 6% respectievelijk 4%); 'koek, gebak en biscuit' leverde bijna 8%. (Figuur 2)



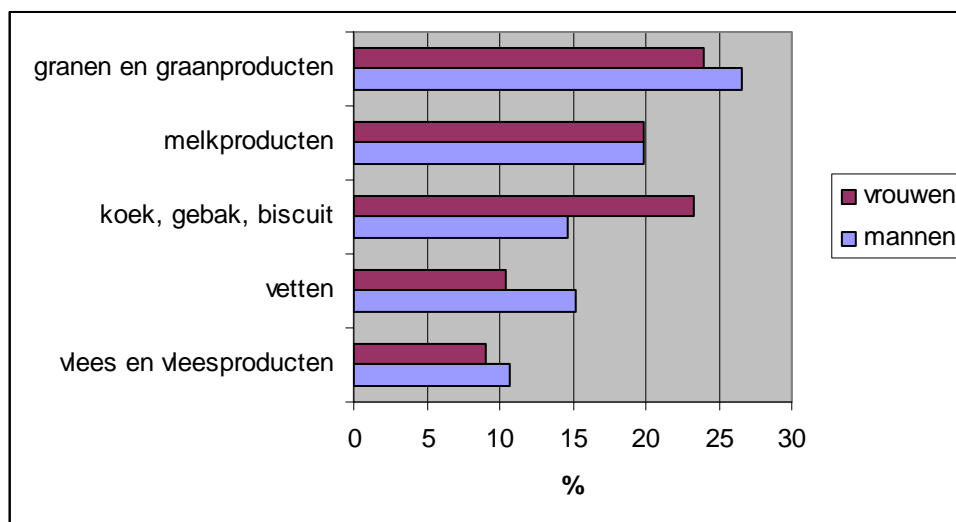
Figuur 2. Bijdrage (%) van groepen voedingsmiddelen aan de inneming van vet voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar (gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week)

‘Melkproducten’ (inclusief kaas) en ‘vlees en vleesproducten’ leverden gemiddeld circa 31%, respectievelijk 20% van de inneming aan verzadigde vetzuren. De groep ‘vetten’ bezette met een bijdrage van 14,5% (16% bij de mannen en 12% bij de vrouwen) de derde plaats. Andere belangrijke bronnen waren de groepen ‘koek, gebak en biscuit’ (circa 7% bij de mannen en 11% bij de vrouwen), ‘granen en graanproducten’ (6,7%) en ‘suiker en zoetwaren’ (6-7%). (Figuur 3)



Figuur 3. Bijdrage (%) van groepen voedingsmiddelen aan de inneming van verzadigde vetzuren voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar (gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week)

Voor de transvetzuren bleek de groep ‘granen en graanproducten’, met name zoutjes, de belangrijkste bron. De groep ‘melkproducten’ bezette met circa 20% (kaas leverde 13%) een tweede plaats, gevolgd door de groepen ‘koek, gebak en biscuit’ (15% bij de mannen en 23% bij de vrouwen), ‘vetten’ (15% bij de mannen en 10% bij de vrouwen) en ‘vlees en vleeswaren’ (circa 10%) (Figuur 4). Dit betekent dat circa 70% van de transvetzuurinneming afkomstig is van producten die partieel geharde vetten bevatten.



Figuur 4. Bijdrage (%) van groepen voedingsmiddelen aan de inneming van trans vetzuren voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar (gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week)

Voor de interpretatie van deze gegevens is het belangrijk te weten dat het vet dat gebruikt werd bij de (industriële en horeca-) bereiding van patates frites, kroketten e.d. in EPIC-SOFT is ingedeeld in de groep 'vetten'. Dit geldt ook voor het vet gebruikt bij de bereiding van de maaltijden, bijvoorbeeld bij het bakken van vlees, aardappelen e.d. (zie paragraaf 2.2).

3.6 Dieetgebruik

Op de eerste onderzoeksdag gaf minder dan 1% van de mannen (0,7%) en 11,4% van de vrouwen te kennen een voeding volgens een bepaalde leefregel of een dieet te volgen. Op de tweede onderzoeksdag was dit 0,8% respectievelijk 8,7%. Bij de vrouwen bleek dit vooral een vermageringsdieet te zijn, meestal op eigen initiatief. Op de eerste dag werd door 7 personen (6 vrouwen en 1 man) aangegeven een vegetarische voeding te gebruiken, op de tweede dag door 5 vrouwen.

3.7 Maaltijdgebruik en plaats van consumptie

Maaltijdgebruik

In EPIC-SOFT zijn de gegevens van de 24-uursvoedingsnavraag vastgelegd per consumptiemoment en per consumptieplaats. Tabel 5 geeft inzicht in de verschillende eetmomenten. In Figuur 5 en Bijlage 7 en 8 wordt voor geselecteerde voedingsstoffen en productgroepen ingegaan op de bijdrage van deze eetmomenten aan de totale consumptie.

Tabel 5. Maaltijdgebruik voor deelnemers van VCP-2003, 19-30-jaar*

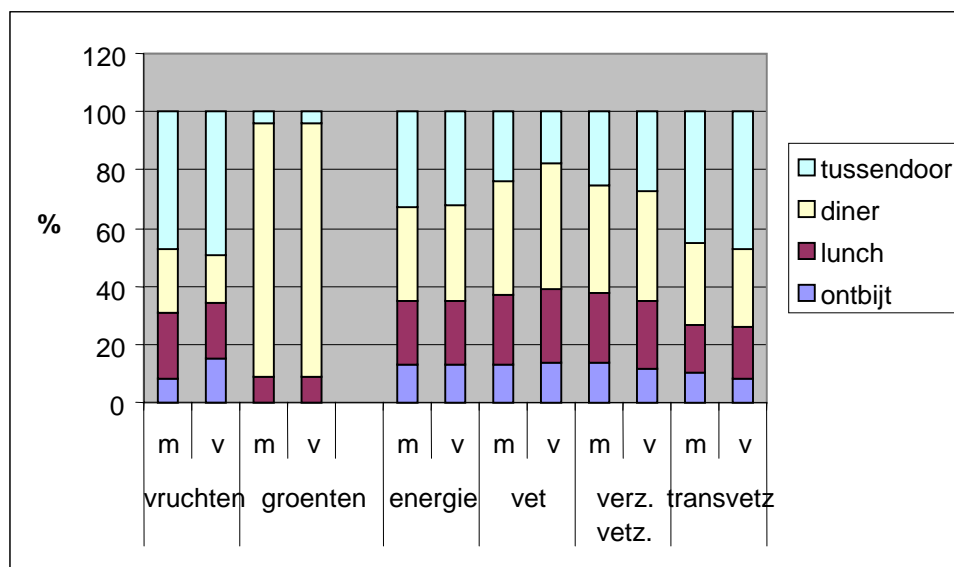
	Totale populatie (n=750)			Mannen (n=352)			Vrouwen (n=398)		
	Totaal	Beide dagen	1 dag	Totaal	Beide dagen	1 dag	Totaal	Beide dagen	1 dag
	%	%	%	%	%	%	%	%	%
Ontbijt	94,2	75,1	19,1	93,4	70,9	22,5	95,0	79,1	15,9
Lunch	97,2	77,9	19,3	97,2	74,9	22,3	97,2	80,8	16,5
Diner	99,9	93,9	6,0	100	95,0	5,0	99,7	92,8	6,9
Tussendoor totaal	99,7	98,6	1,1	99,4	98,3	1,1	100	98,9	1,1

*Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

Van de in VCP-2003 onderzochte populatie gebruikte 94% op één of beide onderzoeksdagen een ontbijt en 97% een lunch. Nagenoeg alle personen aten en/of dronken iets bij de warme maaltijd en tussendoor. De verschillen tussen mannen en vrouwen waren gering; bij vrouwen was het percentage ontbijtgebruikers 2% hoger dan bij mannen.

Wanneer echter gekeken wordt naar het aantal personen dat op beide dagen een ontbijt of lunch gebruikte dan zijn er wel verschillen naar geslacht. Uit Tabel 5 blijkt dat circa 71% van de mannen en 79% van de vrouwen op beide dagen ontbeet en bijna 75% van de mannen en 81% van de vrouwen een lunch gebruikte. Bij de mannen werden deze maaltijden dus vaker overgeslagen. Daarentegen kwam het overslaan van de warme maaltijd op één van beide dagen iets vaker voor bij de vrouwen (circa 7% versus 5%).

Uit Figuur 5 blijkt dat van het merendeel (87%) van de gegeten hoeveelheid 'groenten' bij de warme maaltijd werd gebruikt, bijna 10% werd bij de lunch gegeten; het tussendoorgebruik van groenten was vrijwel te verwaarlozen. Het gebruik van 'vruchten' verschilde naar maaltijdmoment. Bij mannen leverde het ontbijt een lager aandeel aan het consumptiecijfer dan bij vrouwen, terwijl de bijdrage van de lunch en de warme maaltijd iets groter was. Bijna 50% van de hoeveelheid vruchten werd tussendoor gegeten. Van de totale hoeveelheid vruchtensap werd circa 42% (mannen) tot 47% (vrouwen) bij de hoofdmaaltijden gedronken. Hierbij was het aandeel bij het ontbijt het hoogst (circa 20%).



Figuur 5. Bijdrage van de maaltijden aan de consumptie van groenten en vruchten en de inneming van diverse voedingsstoffen voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar (gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week)

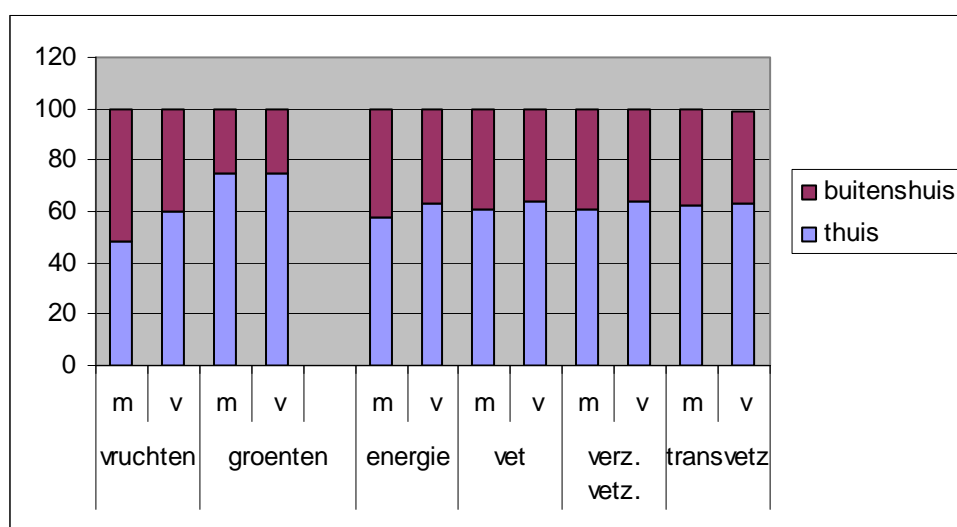
Het ontbijt leverde gemiddeld 13% van de dagelijkse energie-inneming, 11-13% van de hoeveelheid vet, 12-14% van de hoeveelheid verzadigde vetzuren en 8-10% van de transvetzuren (Figuur 5). De lunch leverde circa 22-24% aan de inneming van energie, vet en verzadigde vetzuren en 17-18% van transvetzuren. De warme maaltijd voorzag in ongeveer eenderde van de hoeveelheid energie, 37-40% van de inneming aan vet en verzadigde vetzuren en 27-28% aan transvetzuren. Tussendoortjes, gebruikt in de loop van de morgen, middag en avond, leverden gezamenlijk eenderde van de hoeveelheid energie, ongeveer een kwart van de inneming van vet en verzadigde vetzuren en 45-47% van de hoeveelheid transvetzuren in de voeding.

Plaats van consumptie

Ten aanzien van de plaats van consumptie is in deze rapportage onderscheid gemaakt in het gebruik thuis en buitenshuis. Het gaat hierbij om de locatie waar wordt gegeten en/of gedronken en dus niet om de herkomst van het product.

Uit Figuur 6 blijkt dat bij zowel mannen als vrouwen driekwart van de gegeten hoeveelheid groenten thuis werd geconsumeerd. Vrouwen aten 60% van de geconsumeerde hoeveelheid vruchten thuis, mannen iets minder dan de helft (48%). Tweederde van de hoeveelheid vruchtensap werd thuis gedronken.

Van de gemiddelde dagelijkse energie-inneming werd door mannen 42% en door vrouwen 37% buitenshuis gebruikt. Voor zowel totaal vet als vetzuren was dit aandeel 39% bij de mannen en 36% bij de vrouwen. De consumptie buitenshuis droeg voor 38% en 36% bij aan de hoeveelheid transvetzuren in de voeding van mannen respectievelijk vrouwen (Figuur 6). Voor verdere informatie over de bijdrage van de locatie aan de consumptiecijfers wordt verwezen naar Bijlage 9 en 10.



Figuur 6. Bijdrage van het buitenshuis en thuis gebruik aan de consumptie van groenten en vruchten en de inneming van diverse voedingsstoffen voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar (gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week)

3.8 Verrijkte producten

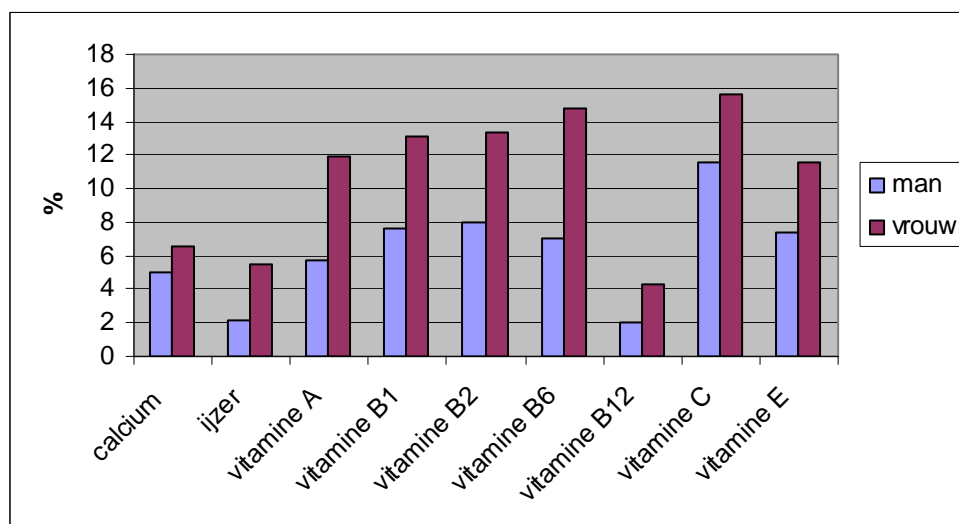
Sinds 1996 is in Nederland de wetgeving met betrekking tot toevoeging van microvoedingsstoffen aan voedingsmiddelen (de zogenaamd verrijkte producten) geliberaliseerd.²³ In VCP-2003 werden in het totaal 83 codes voor verrijkte voedingsmiddelen gebruikt. Circa 47% van de vrouwen en 35% van de mannen gebruikte één of meer van deze producten gedurende één of beide onderzoeksdagen. Tabel 6 laat zien dat het merendeel van de gegeten verrijkte producten behoorde tot de categorieën 'vruchtensappen en -dranken' en 'melkproducten'. Uit de standaarddeviaties blijkt dat de spreiding in het gebruik van verrijkte producten erg groot is doordat deze producten veel niet-gebruikers kennen en een beperkt aantal gebruikers die relatief grote hoeveelheden consumeren.

Tabel 6. Gemiddelde consumptie (g/d) en percentage gebruikers van verrijkte producten voor alle deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar*

Verrijkte producten	Mannen (n=352)			Vrouwen (n=398)		
	gemiddelde	sd	gebruikers (%)	gemiddelde	sd	gebruikers (%)
Melkproducten	32	121	10	25	78	13
Graanproducten	0	4	2	1	4	3
Halvarine	1	6	7	1	4	7
Vruchtensappen/-dranken	51	13	18	83	191	26
Koek, gebak, biscuit	1	7	2	1	5	5
Dieetproducten	1	18	1	8	59	3

*Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

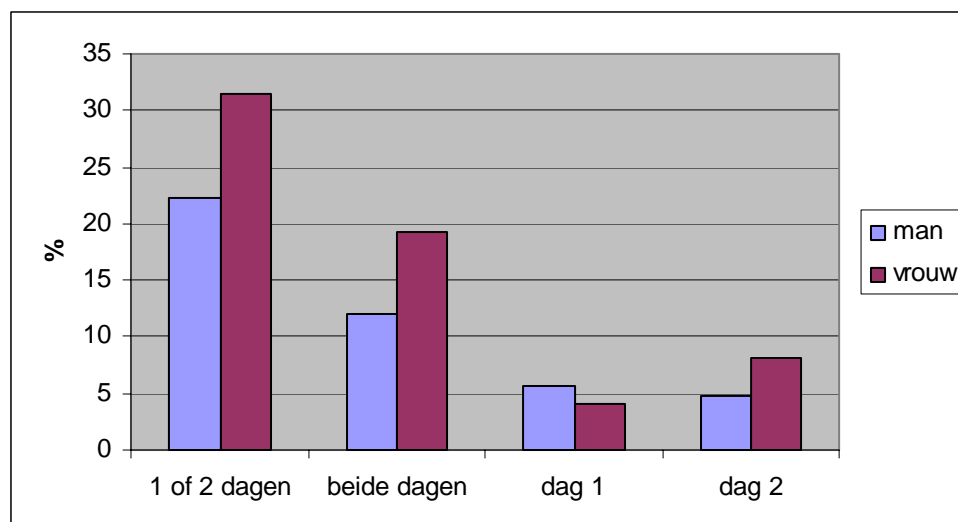
Inclusief de van nature aanwezige microvoedingsstoffen leverden de verrijkte voedingsmiddelen bij de mannen bijna 2% van de energie, 2-5% van de gerapporteerde mineralen en 2-8% van B-vitamines, en circa 7% en bijna 12% van respectievelijk vitamine E en vitamine C. Bij de vrouwen waren deze bijdrages enkele procenten hoger (Figuur 7).



Figuur 7. Bijdrage (%) van verrijkte voedingsmiddelen aan de inneming van geselecteerde microvoedingsstoffen voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar (gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week)

3.9 Voedingssupplementen

Tijdens de 24-uursvoedingsnavraag is ook nagegaan of de deelnemers op de betreffende dag voedingssupplementen hadden gebruikt. Uit Figuur 8 blijkt dat ruim een vijfde van de mannen en bijna eenderde van de vrouwen op één of beide onderzoeksdagen voedingssupplementen gebruikte (11% en 19% van de mannen respectievelijk vrouwen nam op beide dagen supplementen).



Figuur 8. Gebruik van voedingssupplementen op één en/of twee onderzoeksdagen voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar (gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week)

Wat type supplementen betreft laat Tabel 7 zien dat vooral multivitamine/mineraalpreparaten werden gebruikt. Ook vitamine-C-preparaten scoorden hoog. Tot de categorie overige supplementen behoorden onder andere Ginseng, Spirulina, Echina force. Omdat tijdens het onderzoek gegevens over de samenstelling van deze supplementen ontbraken, is bij de berekening van de inneming van voedingsstoffen vooralsnog de bijdrage van voedingssupplementen buiten beschouwing gebleven.

Tabel 7. Gebruik van voedingssupplementen naar type preparaat voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar*

	Mannen (n=352)				Vrouwen (n=398)			
	Totaal	Beide dagen	Alleen dag 1	Alleen dag 2	Totaal	Beide dagen	Alleen dag 1	Alleen dag 2
	%	%	%	%	%	%	%	%
Calciumpreparaten	0,9	0,2	0,7	-	1,2	0,2	0,5	0,5
Overige mineraalpreparaten	0,8	0,3	0,3	0,2	0,7	0,5	-	0,2
Vitamine C	6,2	3,3	1,7	1,2	9,1	4,9	1,7	2,5
Foliumzuur	0,3	-	0,3	-	1,4	1,2	0,2	-
Vitamine B-complex	1,0	0,8	0,2	-	2,5	1,8	-	0,7
Overige vitamines	0,6	0,6	-	-	0,9	0,2	0,5	0,2
Multipreparaten (vit/min)	12,9	6,1	3,2	3,6	18,3	9,5	3,5	5,3
Visolie	0,7	0,2	0,5	-	0,4	0,2	0,2	-
Biergist	1,1	0,9	-	0,2	0,5	0,5	-	-
Overige supplementen	3,2	0,3	0,8	2,1	5,8	2,0	1,1	2,7

*Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

3.10 Invloed van sociodemografische en leefstijlvariabelen op de inneming van energie, vet(zuren), groenten en fruit

Van deelnemers aan VCP-2003 is ook een aantal leefstijl en sociodemografische achtergrondkenmerken beschikbaar. De leefstijlkenmerken zijn met name belangrijk om aan na te gaan in hoeverre minder verantwoorde voedingsgewoonten gecombineerd voorkomen met andere (ongezonde) leefstijlfactoren, zoals lichamelijke activiteit, roken, alcoholconsumptie en supplementgebruik. Ook leeftijd, burgerlijke staat, opleiding, regio en stedelijkheid kunnen de samenstelling van het voedingsmiddelenpakket, en dus ook de inneming van voedingsstoffen, beïnvloeden. Daarom is in VCP-2003 nagegaan of er

verschillen waren in de inneming van energie en vet(zuren) en de consumptie van groenten en fruit wat betreft deze variabelen (voor de verschillende categorieën wordt verwezen naar Tabel 1).

De klassen van leeftijd, burgerlijke staat, opleiding, alcohol- en supplementgebruik hingen samen met de inneming van totaal vet, verzadigde vetzuren en transvetzuren. De energie-inneming leek samen te hangen met leeftijd, burgerlijke staat, stedelijkheid, BMI, alcoholgebruik en bewegen. Regio, opleiding en alcoholgebruik waren geassocieerd met de consumptie van groenten en fruit inclusief vruchtensap.

Energie

Zoals blijkt uit Tabel 8 werden er bij mannen verschillen gevonden in de inneming van energie naar leeftijd, mate van verstedelijking, BMI en lichamelijke activiteit ($p \leq 0,05$). Correctie voor leeftijd en/of bewegen had hierop nauwelijks effect (Bijlage 11). Jongere mannen hadden een lagere energie-inneming dan de 25-30-jarigen (verschil 719 kJ of 172 kcal). In de minst verstedelijkte gebieden werd bij mannen de hoogste energie-inneming aangetroffen (verschil niet-verstedelijkt en zeer-verstedelijkt gebied 1684 kJ of 400 kcal). Mannen met overgewicht rapporteerden een lager energiegebruik dan mannen met een normaal gewicht (10869 versus 11839 kJ of 2598 versus 2830 kcal). Mannen met een lage activiteitscore hadden een lagere energie-inneming dan mannen met een hogere score (verschil tussen hoogste en laagste score 1049 kJ [250 kcal]).

Tabel 8. Energie-inneming (in kJ) voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar, naar klassen van sociodemografische kenmerken, BMI en leefstijl

	Mannen			Vrouwen		
	gemiddelde	se	p-waarde overall verschil	gemiddelde	se	p-waarde overall verschil
Leeftijd (jaar)			0,04			1,00
19-24	11984	258		8063	164	
25-30	11265	228		8062	147	
Mate van verstedelijking			0,01			0,41
Zeer stedelijk	10757	378		7940	223	
Sterk	11773	318		7803	213	
Matig	11012	384		8118	248	
Weinig	12173	383		8325	251	
Niet	12441	483		8400	329	
BMI (kg/m²)			0,01			0,12
<25	11839	199		8206	141	
>=25	10869	330		7856	176	
Activiteitscore (tertiel)			0,05			0,29
Laag	11027	294		7967	191	
Midden	11689	281		7909	191	
Hoog	12076	314		8296	185	

Vetten en vetzuren

Tabel 9 vermeldt de ongecorrigeerde gehalten van vet(zuren) voor mannen en vrouwen naar klassen van sociodemografische kenmerken, BMI en leefstijl. Voor de gecorrigeerde waarden wordt verwezen naar Bijlage 12.

Voor totaal vet werden bij mannen significante verschillen gevonden naar alcoholgebruik, roken en bewegen. Vergeleken met niet-alcoholgebruikers was bij mannen die één glas of meer per week dronken de bijdrage van vet aan de energievoorziening aanzienlijk lager (verschil 3 en%); de vetinneming van rokers en ex-rokers was lager dan van niet rokers

(33,4 versus 35,3 en%). Dit effect bleef bestaan na correctie voor leeftijd. Wat betreft de activiteitscore werden de grootste verschillen gevonden tussen de middenklasse (35,3 en%) en de klasse met de hoogste score (33,3 en%). Wanneer de bijdrage van vet aan de energievoorziening werd berekend exclusief de bijdrage uit alcohol verdween het significante verschil naar alcoholgebruik (Bijlage 12).

Tabel 9. Gehaltes van vet, verzadigde vetzuren, en transvetzuren in de voeding (energieprocent) voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar, naar klassen van sociodemografische kenmerken, BMI en leefstijl – ongecorrigeerd

	Totaal vet				Verzadigde vetzuren				Transvetzuren			
	Man		Vrouw		Man		Vrouw		Man		Vrouw	
	gem	se	gem	se	gem	se	gem	se	gem	se	gem	se
Leeftijd (jaar)	p=0,63		p=0,001		p=0,69		p=0,01		p=0,22		p=0,002	
19-24	34,2	0,5	33,0	0,5	12,6	0,3	12,5	0,2	1,0	0,0	1,0	0,0
25-30	34,6	0,5	35,4	0,5	12,7	0,2	13,4	0,2	1,0	0,0	1,2	0,0
Gezinscyclus	p=0,20		p<0,001		p=0,54		p=0,003		p=0,35		p=0,006	
Alleen	34,1	1,1	34,5	0,8	12,6	0,6	13,3	0,4	0,9	0,1	1,1	0,1
Met partner	35,5	0,6	36,7	0,8	13,0	0,3	13,7	0,4	1,0	0,0	1,1	0,1
Gezin met kinderen	33,8	1,0	35,2	0,7	12,2	0,5	13,4	0,3	1,1	0,1	1,2	0,0
Inwonend bij ouder(s)	33,9	0,5	32,3	0,6	12,6	0,2	12,2	0,3	1,0	0,0	1,0	0,0
Opleiding	p=0,21		p=0,69		p=0,006		p=0,36		p=0,66		p=0,99	
Laag	35,2	0,8	34,4	0,7	13,5	0,4	13,2	0,3	1,0	0,1	1,1	0,0
Midden	33,8	0,5	34,0	0,5	12,2	0,2	12,8	0,2	1,0	0,0	1,1	0,0
Hoog	34,8	0,6	34,8	0,7	12,9	0,3	13,3	0,3	1,0	0,0	1,1	0,0
Alcoholgebruik	p=0,03		p=0,002		p=0,15		p=0,006		p=0,04		p=0,16	
Nee	37,0	1,0	35,5	0,8	13,4	0,5	13,4	0,3	1,2	0,1	1,2	0,1
Ja, minder dan 1 glas/week	34,6	0,7	34,9	0,5	13,1	0,4	13,4	0,2	1,1	0,1	1,1	0,0
Ja, 1 glas/week of meer	34,0	0,4	32,4	0,7	12,5	0,2	12,2	0,3	1,0	0,0	1,0	0,0
Roken	p=0,02		p=0,33		p=0,25		p=0,28		p=0,09		p=0,51	
Ja	33,4	0,6	33,9	0,6	12,5	0,3	12,9	0,3	0,9	0,0	1,1	0,0
Nee, vroeger wel	33,4	1,0	35,6	1,0	12,2	0,5	13,7	0,4	0,9	0,1	1,0	0,1
Nee, nooit	35,3	0,5	34,3	0,5	12,9	0,2	12,9	0,2	1,1	0,0	1,1	0,0
Activiteitscore	p=0,05		p=0,68		p=0,33		p=0,96		p=0,28		p=0,87	
Laag	34,4	0,6	34,4	0,6	12,6	0,3	13,0	0,3	1,0	0,0	1,1	0,0
Midden	35,3	0,6	33,9	0,6	13,0	0,3	13,0	0,3	1,0	0,0	1,1	0,0
Hoog	33,3	0,6	34,6	0,6	12,4	0,3	13,1	0,3	0,9	0,0	1,1	0,0
Supplement gebruik	p=0,27		p=0,03		p=0,10		p=0,06		p=0,19		p=0,54	
Niet	34,6	0,4	33,8	0,4	12,8	0,2	12,8	0,2	1,0	0,0	1,1	0,0
Wel	33,7	0,7	35,5	0,6	12,2	0,4	13,5	0,3	0,9	0,1	1,1	0,0

Bij vrouwen werden voor totaal vet significante verschillen gevonden naar leeftijd, levenscyclus, alcoholgebruik en supplementgebruik. Na correctie voor levenscyclus was het verschil tussen beide leeftijdsgroepen niet meer significant. De verschillen in inneming naar levenscyclus bleven ook na correctie voor leeftijd bestaan. De laagste vetinneming werd aangetroffen bij vrouwen die bij ouders inwoonden; de hoogste bij vrouwen die met een partner samenwoonden (32,5 en% versus 36,6 en%). Ook bij vrouwen verschilde de bijdrage van vet aan de energievoorziening inclusief alcohol wel maar exclusief alcohol niet significant naar alcoholgebruik. Na correctie voor leeftijd bleef de vetinneming bij supplementgebruikers hoger dan bij niet-supplementgebruikers (35,5 versus 33,8 ongecorrigeerd en 35,2 versus 33,7 en% gecorrigeerd).

De inneming van verzadigde vetzuren verschilde bij mannen naar opleiding. Mannen met de laagste opleiding hadden gemiddeld de hoogste inneming (13,5 en%). De laagste inneming werd aangetroffen in de middenklasse (12,2 en%). Bij vrouwen werden voor verzadigde vetzuren geen opleidingsverschillen aangetroffen en was het patroon voor de overige kenmerken vergelijkbaar met dat van totaal vet. De inneming verschilde echter niet naar supplementgebruik.

Bij mannen verdween het verschil in de inneming van transvetzuren naar alcoholgebruik na correctie. Bij vrouwen waren de verschillen in de inneming van deze vetzuren naar leeftijd en levenscyclus na correctie niet meer significant.

Groenten en fruit

De groenteconsumptie verschilde bij mannen significant naar regio (Tabel 10). De hoogste consumptie (127 g/d) werd gevonden in het zuiden, de laagste consumptie in de drie grote steden (99 g/d). Mannen met een lage opleiding aten significant minder groenten dan de overige mannen; de hoogste consumptie werd aangetroffen in de hoogste opleidingsklasse (125 g/d). Bij vrouwen verschilde de groenteconsumptie niet naar regio. Wat betreft opleiding werd hetzelfde beeld gezien als bij de mannen.

*Tabel 10. Consumptie van groenten en fruit incl sap in gram voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar, naar klassen van sociodemografische kenmerken en leefstijl – ongecorrigeerd**

	Groenten				Fruit incl sap			
	Man		Vrouw		Man		Vrouw	
	gemiddelde	se	gemiddelde	se	gemiddelde	se	gemiddelde	se
Regio	p=0,04		p=0,63		p=0,95		p=0,20	
3 grote steden	99	11	92	7	111	17	152	13
Rest west	107	7	88	6	123	12	123	11
Noord	110	11	86	10	121	17	109	18
Oost	103	9	95	7	127	14	141	13
Zuid	127	7	85	7	115	12	120	14
Opleiding	p=0,03		p=0,005		p=0,17		p=0,62	
Laag	97	9	78	6	99	14	122	11
Midden	107	6	90	4	119	9	130	9
Hoog	125	7	102	6	134	11	141	12
Alcoholgebruik	p=0,10		p=0,06		p=0,01		p=0,50	
Nee	105	12	76	6	70	19	132	12
ja, < dan 1 glas/week	93	9	93	5	131	13	137	9
ja, >=1 glas/week	117	5	95	6	124	7	120	11

* *test kruskall wallis*

Bij fruit inclusief vruchtensap werd alleen bij mannen een significant verschil naar alcoholgebruik gevonden. Mannen die geen alcohol dronken hadden een lagere consumptie (70 g/d) dan de overige mannen (131 g/d bij <1 glas/week en 124 g/d bij ≥1 glas/week) (Tabel 10).

4. Discussie

Consumptie van groenten en fruit en inneming van vet en vetzuren

Conform de doelstelling van het Ministerie van VWS geeft het huidige onderzoek onder andere inzicht in de consumptie van groenten en fruit en de inneming van totaal vet, verzadigde vetzuren, transvetzuren en energie bij mannen en vrouwen van 19 tot en met 30 jaar in 2003. De gegevens laten zien dat bij mannen de gemiddelde consumptie van de meeste groepen voedingsmiddelen hoger is dan bij vrouwen. Dit leidt ook tot een hogere gemiddelde inneming van energie en de meeste voedingsstoffen in absolute hoeveelheden. De bijdrage van totaal vet en verzadigde vetzuren aan de energievoorziening verschilt echter niet naar geslacht, de bijdrage van transvetzuren is bij vrouwen hoger dan bij mannen. Op basis van een gemiddelde inneming, berekend over twee dagen, is bij zowel mannen als vrouwen vooral de bijdrage van verzadigde vetzuren hoger dan wordt aanbevolen. De resultaten voor groenten en fruit laten zien dat de gemiddelde consumptie van deze groepen voedingsmiddelen door de 19-30 jarigen beduidend lager is dan de aanbeveling.

Voor een correcte evaluatie van de inneming ten opzichte van de voedingsnormen is de gebruikelijke inneming een beter uitgangspunt. Deze kon worden geschat op basis van de twee onafhankelijke dagen met behulp van de Nussermethode.¹² Wat de consumptie van groenten en fruit betreft is er alle reden tot zorg. Geen van de deelnemers haalt de richtlijn voor 200 g groente en slechts 2% van de deelnemers voor 150 g groenten; het percentage dat de richtlijn voor fruit haalt is eveneens laag. Wat de consumptie van fruit betreft is ook een scenario berekend waarbij maximaal 100 g fruit vervangen kan worden door één glas (aannee 150 g) vruchtensap. In afwijking van de uitgangspunten van het Voedingscentrum²⁴ is besloten dat in deze vervanging niet alleen vitamine-C-rijke vruchtensappen meetellen maar is uitgegaan van de matrix van puur fruit. De resultaten verbeteren wel iets; het percentage deelnemers dat 400 gr groenten + fruit eet verdubbelt maar bedraagt zelfs dan nog slechts 4%. Voor het bereiken van de aanbeveling lijken geslachtsverschillen nauwelijks een rol te spelen. Voor het beoordelen van de fruitconsumptie ten opzichte van de aanbeveling is het gewenst dat het op basis van de literatuur duidelijk wordt of de gezondheidseffecten van vruchtensappen vergelijkbaar zijn met die van fruit en welke vruchtensappen dat betreft.

Dat de richtlijn voor fruit (+ sap) gemakkelijker wordt gehaald dan de richtlijn voor groenten houdt mogelijk verband met de verdeling van het gebruik over de dag. Groenten worden bij uitstek gegeten bij de warme maaltijd; fruit (+ sap) worden meer verdeeld over de gehele dag geconsumeerd.

Bij de consumptie van groenten en fruit kan het seizoen een rol spelen. De huidige gegevens zijn in het najaar verzameld. Dit betekent dat de gegevens niet representatief zijn voor het hele jaar. Op basis van VCP-3 werd geconstateerd dat uitsluitend bij vrouwen in deze leeftijdsgroep de gemiddelde groenteconsumptie in de andere kwartalen 20 g hoger was dan in het najaar. Op grond van deze bevinding kan niet worden uitgesloten dat bij de vrouwen de prevalentie voor het voldoen aan de aanbeveling voor groenten iets is onderschat. Voor de consumptie van fruit werd noch bij vrouwen noch bij mannen een seizoensverschil aangetroffen.

Meer dan de helft van de deelnemers gebruikte een voeding die minder dan 35 en% vet bevat. Veel meer deelnemers overschreden de grenzen voor verzadigde vetzuren en transvetzuren. Kennelijk is het ook bij een gewenste vetinneming moeilijk om een lage inneming van deze vetzuren te verwezenlijken. Bij het behalen van de richtlijnen voor vet(zuren) scoorden

mannen in VCP-2003 gunstiger dan de vrouwelijke deelnemers. Dit kan te maken hebben met een hogere alcoholconsumptie van de mannen. De richtlijnen worden uitgedrukt op basis van energieprocenten en deze worden berekend inclusief de bijdrage van alcohol aan de energievoorziening. In tegenstelling tot de consumptie van groenten verschilde in VCP-3 de vetinneming het laatste kwartaal niet van de rest van het jaar.

Het aandeel dat de verschillende maaltijden leverden aan de voorziening van vet en verzadigde vetzuren is vrijwel vergelijkbaar. Voor transvetzuren bleken met name de tussendoortjes een belangrijke leverancier. Koek, gebak en biscuit en zoutjes zijn dan een belangrijke bron. Het verschil in consumptie van koek, gebak en biscuit naar geslacht kan (mede) een reden zijn voor de grote discrepantie in het behalen van de richtlijn voor transvetzuren tussen mannen en vrouwen.

Inneming van overige voedingsstoffen

Naast de zogenaamde doelvariabelen is in dit onderzoek ook de inneming van een aantal andere voedingsstoffen gerapporteerd. Bij deze voedingsstoffen is alleen de gemiddelde inneming over twee dagen berekend. Uit een globale beoordeling van deze gemiddelde inneming lijkt met name bij vrouwen de inneming van ijzer, foliumzuur en mogelijk ook calcium gemiddeld lager dan wordt aanbevolen. Bij mannen en vrouwen blijft de gemiddelde inneming van vitamine E achter bij de aanbeveling.

Ook voor deze voedingsstoffen is een inschatting van het percentage personen met onvoldoende inneming op basis van de gebruikelijke inneming van belang. Dit valt echter buiten het bestek van deze rapportage. Bovendien kan alleen een onderzoek naar voedingsstatus inzicht geven in de werkelijke prevalentie van een te lage inneming.

Onderzoekspopulatie

Voor zowel de huidige als de toekomstige voedselconsumptiepeilingen zijn de lage respons (42%) en de moeilijke bereikbaarheid van de deelnemers punten van zorg. Dit hangt waarschijnlijk nauw samen met de gekozen leeftijdsgroep van jongvolwassenen en niet zo zeer met het panel. Zoals bij de opzet van de studie was ingecalculeerd zijn allochtone groepen ondervertegenwoordigd in VCP-2003.

Omdat de respons iets verschilde naar de mate van verstedelijking, is een weging van de resultaten toegepast om uitspraken te kunnen doen over de algemene bevolking in deze leeftijdsgroep. De voedselconsumptiegegevens zijn bovendien gewogen naar weekdag omdat de vrijdag als onderzoeksdag bij vrouwen ondervertegenwoordigd was.

Wat betreft lichaamskenmerken (lengte bij mannen/gewicht bij vrouwen), groente- en fruitconsumptie en leefstijl (alcoholgebruik, lichamelijke activiteit bij vrouwen) zijn er aanwijzingen dat de onderzoekspopulatie iets afwijkt van de Nederlandse bevolking. Het effect hiervan op de gemiddelde inneming van de doelvariabelen (selectiebias) is voor fruit redelijk groot (consumptie bij mannen 9 g meer en bij vrouwen 9 g minder) maar wordt voor de andere kenmerken als zeer beperkt ingeschat.⁴

De omvang van de onderzoekspopulatie van VCP-2003 is met 750 ruim voldoende om de vooraf gestelde precisie voor de doelvariabelen te bereiken.⁴

Methode voedselconsumptieonderzoek

De gehanteerde voedselconsumptiemethodiek is nieuw in het kader van voedselconsumptiepeilingen in Nederland. Voor het schatten van de gemiddelde inneming op groepsniveau wordt als methode veelal gebruikgemaakt van een 24-uurs navraagmethode of een opschrijfmethode.²⁵ In VCP-2003 is gekozen voor een herhaalde 24-uursvoedingsnavraag. Deze methode sluit aan bij internationale ontwikkelingen op het gebied van monitoring in Europa en de Verenigde Staten.^{26;27} Bovendien is het met deze methode logistiek beter haalbaar om onafhankelijke herhaalde metingen uit te voeren dan met

een opschrijfmethode. Deze herhaalde metingen zijn nodig voor uitspraken over de gebruikelijke voeding.¹⁵

De 24-uursvoedingsnavraag werd met behulp van het software pakket EPIC-SOFT volgens een standaardprotocol telefonisch uitgevoerd. Uit recente literatuur is gebleken dat resultaten van een 24-uursnavraag via een face-to-face-benadering en via een telefonisch interview vergelijkbaar zijn.²⁸⁻³³ Uit Duitsland en Noorwegen waren positieve ervaringen bekend wat betreft het uitvoeren van telefonische interviews met behulp van EPIC-SOFT.^{28,34} Vanwege het gewenste voedingskundige profiel zijn diëtisten ingezet als interviewers die speciaal voor het onderzoek werden getraind.

Hoewel de in VCP-2003 verkregen gegevens op een gestandaardiseerde wijze met systematische kwaliteitscontroles tijdens en na het interview werden verzameld kan er onbewuste en bewuste onderrapportage zijn optreden. Het niveau van de energie-innemings kan worden beoordeeld door deze te relateren aan de energiebehoefte. Deze kan ingeschat worden op basis van de combinatie lengte-gewicht die het basaalmetabolisme bepaalt en het niveau aan lichamelijke activiteit. Omdat de populatie als geheel een laag niveau van lichamelijke activiteit heeft zou de ratio van de energie-innemings en geschat basaalmetabolisme (energieratio) gemiddeld 1,54 moeten zijn.³⁵ In VCP-2003 werd een gemiddelde energieratio van 1,38 gevonden (1,48 mannen en 1,28 vrouwen). Dit duidt op een onderrapportage van circa 11%. Dit is vergelijkbaar met wat eerder gevonden werd met voor EPIC-SOFT verzamelde gegevens in het Nederlandse deel van de EPIC studie.³⁶ Vergeleken met VCP-3 was de energieratio zowel bij mannen als vrouwen lager. Wel is een wat lagere energieratio in lijn met de daling die werd waargenomen over de periode 1987-1998.² Deelnemers met overgewicht hebben een lagere energieratio dan deelnemers zonder overgewicht (1,19 versus 1,47). In VCP3 en vele andere studies is waargenomen dat onderrapportage van de energie-innemings BMI-afhankelijk is. De stijging in BMI is waarschijnlijk ook deels verantwoordelijk voor de stijging in de mate van onderrapportage in de tijd.² Daarnaast heeft onderrapportage wellicht ook te maken met het feit dat elke vorm van zelfrapportage onderhevig is aan een zekere sociale wenselijkheid.

Bij de mannelijke respondenten waren de prevalenties voor roken, alcoholgebruik en lichamelijke activiteiten in overeenstemming met gegevens van andere nationale studies. Bij vrouwen gold dit ook voor roken. Vergeleken met de POLS-gezondheidsenquête waren er in VCP-2003 relatief meer vrouwen die nooit alcohol gebruikten en die voldeden aan de norm voor lichamelijke activiteit.³⁷⁻⁴⁰

Het gebruik van vitaminepreparaten is hoger dan in voorgaande voedselconsumptiepeilingen werd aangetroffen. Bij de mannen komen de huidige gegevens goed overeen met gegevens van het Voedingscentrum uit 2003 waarin werd gevonden dat 26,2% van de mannen vitaminepillen of voedingssupplementen gebruikte. Bij de vrouwen was het gebruik in VCP-2003 iets lager (verschil circa 7%).⁴¹

Vergelijking met voorgaande voedselconsumptiepeilingen

Met de keuze voor de herhaalde 24-uursnavraag wijkt de huidige methode af van de in de drie voorgaande voedselconsumptiepeilingen gehanteerde methodiek waarbij gebruik werd gemaakt van een tweedaagse opschrijfmethode. Bij laatstgenoemde methode is het de bedoeling dat de geconsumeerde producten direct worden geregistreerd en er wordt minder een beroep gedaan op het geheugen van de respondent dan bij een 24-uursvoedingsnavraag. In EPIC-SOFT wordt door middel van checks tijdens en aan het einde van het interview gestreefd naar zo volledig mogelijke informatie. Bij een opschrijfmethode kan sprake zijn van interferentie van voeding met het opschrijfgedrag doordat de mensen zich bewust worden van wat zij eten. Bij een eenmalige 24-uursvoedingsnavraag is dit niet het geval. In

VCP-2003 is niet uit te sluiten dat bij de tweede 24-uursnavraag een aanpassing is opgetreden. Doordat vooraf niet werd aangegeven wanneer het tweede interview zou plaatsvinden is gestreefd de interferentie tot een minimum te beperken.

Behalve verschillen die onlosmakelijk met de methode samenhangen zijn er ook discrepanties in de wijze van schatten van hoeveelheden, verwerking van de informatie via EPIC-SOFT, vastlegging op het niveau van voedingsmiddelitems en NEVO-codes en indeling in voedingsmiddelengroepen. Voor gedetailleerde informatie wordt verwezen naar elders.⁴

Door deze verschillen is een precieze vergelijking tussen de resultaten van VCP-2003 en eerdere VCP's niet zinnig. Het is immers onduidelijk of eventuele verschillen toe te schrijven zijn aan verschillen in methoden of aan werkelijke verschillen in consumptie. Echter, het beeld uit eerder VCP's dat de inneming van verzadigde vetzuren, groenten en fruit gemiddeld ver af staat van de aanbevelingen wordt in VCP-2003 voor 19-30 jarigen bevestigd. Dit geldt eveneens voor het feit dat de inneming van transvetzuren in de laatste jaren is gedaald en dus gunstiger is geworden.⁴²

Conclusie

Met betrekking tot beleidsvragen kan worden geconcludeerd dat de consumptie van zowel groenten als fruit onder Nederlandse jongvolwassenen onvoldoende is en verdere aandacht behoeft. Wat de vetvoorziening betreft is de hoge inneming van met name verzadigde vetzuren een aandachtspunt. Dit geldt in mindere mate voor transvetzuren.

Dankwoord

De voedselconsumptiepeiling 2003 is in heel korte tijd voorbereid, uitgevoerd en gerapporteerd. Dat was niet mogelijk geweest zonder de grote inzet van veel mensen. Wij willen hen allen hartelijk danken. De samenwerking met alle betrokkenen in het project was, ondanks de werkdruk, zeer prettig.

Onze speciale dank gaat uit naar de deelnemers, de interviewers, Marita Donders–Engelen (de fieldsupervisor), Marcel Temminghoff, Kees Meijs, Inge Bijveld, en Anne-Louise van Bijnen van het projectteam van GfK, Martine Jansen-van der Vliet, Susanne Westenbrink en Petra van Aken-Schneijder van TNO, Jan van der Laan, Maryse Niekerk en Patricia Waijers van het RIVM, Nadia Slimani, Corinne Casagrande en Genevieve Deharveng van het Internationale Kankerinstituut (IARC) te Lyon en de leden van de begeleidingscommissie.

Literatuur

1. Beheerscommissie VCP. Notitie. Opzet van een signaleringssysteem Voedselconsumptie. Inventarisatie van informatiebehoefte. Zeist, 2002.
2. Gezondheidsraad. Enkele belangrijke ontwikkelingen in de voedselconsumptie. Publicatie nr 2002/12. Den Haag, 2002.
3. RIVM/TNO. Voedselconsumptiepeiling (VCP) 2003. Voorlopige rapportage m.b.t. de studiepoulatie en de consumptie van groenten en fruit. Bilthoven/Zeist, 2004.
4. Ocké MC, Hulshof KFAM, Buurma-Rethans EJM, et al. Voedselconsumptiepeiling 2003. Samenvatting werkwijze en evaluatie. RIVM rapport nr 350030003/2004; TNO rapport nrV5999/01. Bilthoven: RIVM, 2004.
5. Slimani N, Ferrari P, Ocke M, et al. Standardization of the 24-hour diet recall calibration method used in the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition (EPIC): general concepts and preliminary results. *Eur J Clin Nutr* 2000; 54:900-17.
6. Stichting NEVO. NEVO-tabel. Nederlands Voedingsstoffenbestand 2001. Den Haag: Voedingscentrum, 2001.
7. World Health Organization. Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Report of a WHO Expert Committee. WHO Technical report series number 854. Geneva: World Healthy Organization, 1995.
8. Kemper HC, Ooijendijk WTM, Stiggelbout M. Consensus over de Nederlandse norm voor gezond bewegen. *TSG* 2000;78:180-3.
9. Willet W. Nutritional Epidemiology. In: Nature of variation in the diet. 2^e editie. New York: Oxford University Press, 1998.
10. Buck RJ, Hammerstrom KA, Ryan PB. Estimating long-term exposures from short-term measurements. *J Expos Anal Environ Epidemiol* 1995;5:359-73.
11. Gay C. Estimation of population distributions of habitual nutrient intake based on a short-run weighed food diary. *British Journal of Nutrition* 2000;83:287-93.
12. Nusser SM, Carriquiry AL, Dodd KW, Fuller WA. A semiparametric transformation approach to estimating usual daily intake distributions. *J Am Stat Assoc* 1996;91:1440-9.
13. Slob W. Modeling long-term exposure of the whole population to chemicals in food. *Risk Analysis* 1993;13:525-30.
14. Wallace LA, Duan N, Ziegenfus R. Can long-term exposure be predicted from short-term measurments? *Risk Analysis* 1994;14:75-85.
15. Hoffmann K, Boeing H, Dufour A, et al. Estimating the distribution of usual dietary intake by short-term measurements. *Eur J Clin Nutr* 2002; 56 Suppl 2:S53-62.
16. National Research Council. Nutrient adequacy. Assessment using food consumption surveys. 86. Washington DC: National Academy Press, 1986.
17. Dodd, K. W. A technical guide to C-SIDE . Department of statistics and CARD, Iowa State University, 1996.
18. Iowa State University. A user's guide to SIDE. Technical Report 96-TR 30. Department of Statistics and Center for Agricultural and Rural Development, Iowa State University, 1996.
19. Iowa State University. A user's guide to C-SIDE. Technical Report 96-TR 31. Department of Statistics and Center for Agricultural and Rural Development, Iowa State University, 1996.
20. Gezondheidsraad. Voedingsnormen: calcium, vitamine D, thiamine, riboflavine, niacine, pantotheenzuur en biotine. Publicatie nr. 2000/12. Den Haag, 2000.
21. Gezondheidsraad. Voedingsnormen: energie, eiwitten, vetten en verteerbare koolhydraten. Publicatie 2001/19R. Den Haag, 2001.

22. Gezondheidsraad. Voedingsnormen: vitamine B₆, foliumzuur en vitamine B₁₂. Publicatie nr. 2003/04. Den Haag, 2003.
23. Warenwetbesluit. Toevoeging van microvoedingstoffen aan levensmiddelen. Staatsblad 311, 1996.
24. www.Voedingscentrum.nl/mirakel/pageViewer.jsp?id=2576 en 2577. (mei, 2004)
25. van Staveren WA, Ocké MC. Estimation of dietary intake. In: Bowman BA, Russal RM, ed. Present knowledge in nutrition, Washington: ILSI, 2001.
26. Summary--European food consumption survey method. Eur J Clin Nutr 2002; 56 Suppl 2:S1-3.
27. Brussaard JH, Lowik MR, Steingrimsdottir L, et al. A European food consumption survey method--conclusions and recommendations. Eur J Clin Nutr 2002; 56 Suppl 2:S89-94.
28. Brustad M, Skeie G, Braaten T, Slimani N, Lund E. Comparison of telephone vs face-to-face interviews in the assessment of dietary intake by the 24 h recall EPIC SOFT program--the Norwegian calibration study. Eur J Clin Nutr 2003;57:107-13.
29. Casey PH, Goolsby SL, Lensing SY, Perloff BP, Bogle ML. The use of telephone interview methodology to obtain 24-hour dietary recalls. J Am Diet Assoc 1999;99: 1406-11.
30. Tran KM, Johnson RK, Soultanakis RP, Matthews DE. In-person vs telephone-administered multiple-pass 24-hour recalls in women: validation with doubly labeled water. J Am Diet Assoc 2000;100:777-83.
31. Krantzler NJ, Mullen BJ, Schutz HG, Grivetti LE, Holden CA, Meiselman HL. Validity of telephoned diet recalls and records for assessment of individual food intake. Am J Clin Nutr 1982;36:1234-42.
32. Galasso R, Panico S, Celentano E, Del Pezzo M. Relative validity of multiple telephone versus face-to-face 24-hour dietary recalls. Ann Epidemiol 1994;4:332-6.
33. Fox TA, Heimendinger J, Block G. Telephone surveys as a method for obtaining dietary information: a review. J Am Diet Assoc 1992;92:729-32.
34. Linseisen J. Personal communication. Unit of Human Nutrition and Cancer Prevention, Technical University of Munich, Freising-Weihenstephan, Germany, 2003
35. Goldberg GR, Black AE, Jebb SA, et al. Critical evaluation of energy intake data using fundamental principles of energy physiology: 1. Derivation of cut-off limits to identify under-recording. Eur J Clin Nutr. 1991;45:569-81.
36. Ferrari P, Slimani N, Ciampi A, et al. Evaluation of under- and overreporting of energy intake in the 24-hour diet recalls in the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition (EPIC). Public Health Nutr 2002; 5:1329-45.
37. CBS. CBS Statline versie 2.1.3. Gegevens over 2002. RIVM-versie (meer detailniveau dan [Http://statline.cbs.nl](http://statline.cbs.nl)). 2004.
38. van Lindert H, Droomers M, Westert GP. Tweede Nationale Studie naar ziekten en verrichtingen in de huisartspraktijk. Een kwestie van verschil: verschillen in zelfgerapporteerde leefstijl, gezondheid en zorggebruik. Utrecht: NIVEL, 2004.
39. STIVORO. Jaarverslag 2003. Cijfers en onderzoek. http://www.stivoro.nl/jaarverslag/sup/JV2003_cijfers.pdf (mei 2004)
40. Blokstra A, Schuit AJ. Factsheet overgewicht. Prevalentie en trend. Report 260301/f1/2003. Bilthoven : RIVM, 2003.
41. Anonymous. Nederlanders slikken vitamines ter geruststelling. Voeding NU 2004;6:24.
42. Schoonman D. Terugdringen gebruik verzadigde vetzuren en transvetzuren vordert. Voeding NU 2004;6:18-21.

Bijlage 1. Samenstelling begeleidingscommissie

- Dhr. prof. dr. ir. Pieter van 't Veer (WUR), voorzitter vanaf september 2003
- Mw. ir. Karin Bemelmans (VWS tot oktober 2003/hierna Voedingscentrum)
- Mw. drs. Nienke Blok (VWA)
- Dhr. ir. Willem Bosman (Gezondheidsraad)
- Dhr. ir. Boudewijn Breedveld (Voedingscentrum)
- Dhr. dr. Hans Dagevos (LEI), vanaf september 2003
- Dhr. dr. ir. Martien van Dongen (Universiteit Maastricht)
- Mw. ir. Alma van de Gref (VWS)
- Mw. dr. Karin van Gorp (VWS), vanaf oktober 2003
- Dhr. dr. Stefaan De Henauw (Universiteit Gent)
- Mw. dr. Jeanne de Vries (WUR)

Bijlage 2. Voedingsmiddelenlijst in EPIC-SOFT

01 AARDAPPELEN EN ANDERE KNOLGEWASSEN

01 01 Aardappelen

- 2357 Groentestick
- 1 Aardappel(product)en, niet gespecificeerd
- 2 Aardappelen
- 3 Aardappelschijfjes
- 4 Krieltjes
- 6 Rosti
- 7 Frites, commerc.
- 8 Aardappelkroket
- 9 Aardappelbolletjes
- 10 Aardappeldriekantjes
- 11 Aardappelwafeltje
- 12 Aardappelblokjes
- 13 Aardappel dauphine
- 2072 Rostirondjes

01 02 Andere knolgewassen

- 14 Andere zetmeelrijke knollen, niet gespecificeerd
- 15 Bataat
- 16 Yam
- 17 Cassave

02 GROENTEN

02 01 Bladgroenten (excl. koolsoorten)

- 2457 Krulsla
- 2279 Sla, niet gespecificeerd
- 2265 Nori (zeewier)
- 18 Bladgroenten, niet gespecificeerd
- 19 Groenlof
- 20 Andijvie
- 21 Snijbiet
- 22 Witlof
- 23 Agoema wiri
- 24 Bitar wiri
- 25 Kankong
- 26 Klaroen
- 27 Tajerblad
- 28 Salade groen, niet gespecificeerd
- 29 Waterkers
- 30 Tuinkers
- 31 Sla veld-
- 32 Sla krop-
- 33 Sla frisee
- 34 Sla ijsberg
- 35 Sla mol
- 36 Postelein
- 37 Raapstelen
- 38 Spinazie
- 5 Druiveblad

02 02 Vruchtgroenten

- 145 Banaan bak
- 2280 Tomatenpuree, niet gespecificeerd
- 39 Vruchtgroenten, niet gespecificeerd
- 40 Artisjok
- 41 Courgette
- 42 Komkommer
- 43 Augurk
- 44 Aubergine
- 46 Sperziebonen
- 47 Peulen
- 48 Kouseband
- 49 Snijbonen
- 50 Pompoen
- 51 Spaanse peper
- 52 Paprika, niet gespecificeerd
- 53 Paprika groen
- 54 Paprika rood
- 55 Paprika geel
- 56 Tomaat, niet gespecificeerd
- 57 Tomaat gewoon
- 58 Tomaat vlees
- 59 Tomaat kers
- 2200 Tomatenpuree, normaal
- 2201 Tomatenpuree, Turks
- 60 Avocado
- 61 Oker
- 62 Antroewa
- 63 Siri brededon
- 64 Sopropo
- 65 Botropesi
- 66 Sem
- 67 Kappertjes

02 03 Knolgroenten

- 2264 Kliswortel
- 68 Knolgroenten, niet gespecificeerd
- 69 Rettich
- 70 Bieten
- 71 Wortel
- 72 Knolselderij
- 73 Koolrabi
- 74 Radijs
- 75 Schorseneren
- 76 Ramenas
- 77 Koolraap

02 04 Koolsoorten

- 78 Kool, niet gespecificeerd
- 79 Broccoli
- 80 Kool bloem
- 81 Kool chinese

82 Kool boeren
 83 Kool groene
 84 Kool spits
 85 Kool rode
 86 Kool zuur
 87 Kool savooie
 88 Kool witte
 89 Spruitjes
 90 Amsoi
 91 Kaisoi
 92 Paksoi

02 05 Paddestoelen

93 Paddestoel, niet gespecificeerd
 94 Cantharellen
 95 Oesterzwammen
 2073 Champignons

02 06 Erwtten, mais, tuinbonen

96 Tuinbonen
 97 Mais
 98 Doperwtten

02 07 Uien, knoflook

99 Ui
 100 Ui zilver-
 101 Knoflook
 102 Sjalotje

02 08 Stengel- en spruitgroenten

103 Stengels en spruiten, niet gespecificeerd
 104 Alfalfa
 105 Asperges
 106 Bamboespruiten
 108 Bleekselderij
 109 Venkel
 110 Prei

02 09 Gemende salades/groenten

2565 Mix voor ovenheerlijk/gehaKtdagschotels Maggi
 2546 Groentemix voor roerbakken
 2507 Rauwkost gemiddeld (kies als verder NIETS bekend)
 2399 Mexicomelange
 2374 Salade, slamelange (2/3 krop 1/3 frisee)
 2202 Mix voor nasi en bami
 113 Gemengde groente, niet gespecificeerd
 114 Erwtjes en wortelen
 115 Peultjes met wortelen
 116 Macedonische groente
 117 Atjar Tjampoer
 118 Mixed pickles
 119 Soepgroente
 120 Tursu
 121 Bamipakket

03 PEULVRUCHTEN

03 01 Peulvruchten

123 Bonen, niet gespecificeerd
 124 Erwtten droog, niet gespecificeerd
 125 Bonen witte
 126 Bonen bruine
 127 Kapucijners
 128 Bonen rode nier-
 129 Bonen zwarte nier-
 130 Bonen mung
 131 Erwtten groene
 132 Erwtten split
 133 Erwtten kikker
 134 Linzen
 135 Pesie blackeye
 136 Pesie gele
 137 Flageolets

04 VRUCHTEN

04 01 Fruit

2548 Appelmoes
 111 Rabarber
 139 Fruit, niet gespecificeerd
 140 Abrikoos
 141 Ananas
 142 Awara
 143 Appel
 144 Banaan (eet-)
 146 Bessen, niet gespecificeerd
 147 Bessen bos
 148 Bessen zwarte
 149 Bramen
 150 Bessen blauwe
 151 Carambole
 152 Kersen
 153 Bessen vosse
 154 Cranberries
 155 Peer stoof
 156 Kumkwat
 157 Kwets
 158 Bessen kruis
 159 Pomelo
 160 Grapefruit
 161 Druiven
 162 Guave
 163 Zuurzak
 164 Kaki
 165 Kiwi
 166 Citroen
 167 Limoen
 168 Lychee
 169 Mango
 170 Meloen, niet gespecificeerd

171 Meloen charentas
172 Meloen honing
173 Meloen galia
174 Meloen net
175 Meloen suiker
176 Meloen ogen
177 Meloen water
178 Moerbeien
179 Nectarine
180 Sinaasappel
181 Papaja
182 Passievrucht
183 Perzik
184 Peer
185 Granaatappel
186 Pruim
187 Frambozen
188 Bessen rode
189 Sharonfruit
190 Aardbeien
191 Surinaamse kers
192 Sweetie
193 Tamarinde
194 Mandarijn
195 Ugli
196 Krenten
197 Dadel
198 Vijg
199 Rozijnen
2094 Citrusfruit, niet gespecificeerd

04 02 Noten, zaden, notenspread

2410 Seroendeng
2404 Pinda's suiker
2253 Tahin
200 Noten, niet gespecificeerd
202 Zaden, niet gespecificeerd
203 Pinda's
205 Pecannoten
207 Walnoten
209 Hazelnoten
211 Kokosnoten
212 Paranoten
214 Cashewnoten
215 Amandelen
217 Pistachenoten
219 Kastanjes
221 Macedamianoten
223 Notenpasta, niet gespecificeerd
224 Notenpasta amandel
225 Notenpasta cashew
226 Notenpasta hazelnoot
227 Notenpasta pinda
228 Notenpasta noten gemengd
229 Pindakaas
230 Lijnzaad
231 Zonnebloempitten

232 Sesamzaad
233 Pompoenzaad
234 Maanzaad
235 Pijnboompitten
236 Borrelnoten
239 Gemengde noten, niet gespecificeerd

04 03 Gemengde vruchten

237 Mix studentenhaver
238 Mix pindarozijnen
241 Fruit salade, niet gespecificeerd
2182 Fruit salade, winter
2183 Fruit salade, zomers
242 Fruitcocktail
244 Tutti frutti
2125 Dubbelmoes appel/abrikoos
2126 Dubbelmoes appel/banaan
2127 Dubbelmoes appel/bessen rode
2128 Dubbelmoes appel/tropische vruchten
2173 Dubbelmoes appel/framboos
2174 Dubbelmoes appel/passievruchten

04 04 Olijven

245 Olijven, niet gespecificeerd
246 Olijven groen
247 Olijven zwart
248 Olijven met paprika gevuld
2074 Olijven gevuld

05 MELKPRODUCTEN**05 01 Melk**

249 Melk, niet gespecificeerd
250 Melk gewone
251 Melk boeren
252 Karnemelk
253 Karnzacht
254 Biest
255 Melk bijzondere, niet gespecificeerd
256 Melk bijzondere Caprilon
257 Melk bijzondere Nutrilose
258 Melk bijzondere Ca-verrijkt

05 02 Melkdranken

2552 Chocomel met druivensuiker
2547 Melk chocolade
259 Melkdranken, niet gespecificeerd
261 Melk anijs
262 Weidrank, niet gespecificeerd
263 Weidrank djoez
264 Weidrank taksi
267 Milkshake
2092 Karnemelkdrank

05 03 Yoghurt

2531 Goede morgen! Drinkontbijt
2527 Actimel

2526 Breaker yoghurtsnack	304 Kaas Leerdammer
2470 Yoghurt Griekse	305 Kaas Maasdammer
268 Yoghurt, niet gespecificeerd	306 Kaas Maaslander
269 Yoghurt gewone	307 Kaas Mei
270 Yoghurt boeren	308 Kaas Moerman
271 Yoghurt stand	309 Kaas Brandnetel
272 Yoghurt roer	310 Kaas Oude beemster
273 Yoghurt bulgaarse	311 Kaas Pardano
274 Yoghurt drink	312 Kaas Pompadour
275 Kefir	313 Kaas Rauwmelkse
2075 Yakult	314 Kaas September
	315 Kaas Rook
05 04 Kwark, verse kaas	316 Kaas Stolwijkse
2398 Kwark Biogarde creme	317 Kaas Subenhara met kruiden knoflook
2203 Wei	318 Kaas Terp
276 Kwarkprodukt, niet gespecificeerd	319 Kaas Terschelling
278 Kwark	320 Kaas Texelaar
279 Hangop	321 Kaas Yssel
280 Huttenkase	322 Kaas Zaanlander mild
	323 Kaas Zuidhollandse
05 05 Kaas	326 Kaas korstloze
2551 Zuivelspread light Philadelphia	328 Kaas Edammer
2550 Zuivelspread kruiden Philadelphia	329 Kaas Nagel Friese
2549 Zuivelspread Philadelphia	330 Kaas Leidse met komijn
2278 Kaas Ricotta	331 Kaas Smeltkaaspoeder
2497 Kaas schapen	332 Kaas Herders
2496 Kaas geiten zacht 45+	334 Kaas Linera jong belegen
2495 Kaas geiten hard	335 Kaas Parmezaanse
2494 Kaas Altena	336 Kaas Tessa
2442 Kaas Landana	337 Kaas Uniekaas light
2441 Kaas Cantenaar	338 Kaas Westberger
2370 Kaas brie room	339 Kaas Westlite
2281 Kaas Saint Moret, niet gespecificeerd	340 Kaas Zaanlander light
2207 Kaas Milner 30 +	343 Kaas Leidse, niet gespecificeerd
2206 Kaas Magor	344 Kaas Staphorster
2205 Kaas Noordhollandse	346 Kaas Zwitserse strooi
281 Kaas, niet gespecificeerd	347 Kaas Witschimmel, niet gespecificeerd
282 Kaas Becel goud	348 Kaas Bel Paese
283 Kaas Trenta	349 Kaas Brie
285 Kaas Kernhem	351 Kaas Camembert
287 Kaas Amsterdammer	353 Kaas Blauwschimmel, niet gespecificeerd
288 Kaas Barcelle	354 Kaas Bluefort
289 Kaas Barcy	355 Kaas Bresse blue
290 Kaas Berendsoever	356 Kaas Castello fort
291 Kaas Cheddar	357 Kaas Danish blue
292 Kaas Klooster	358 Kaas Gorgonzola blauwschimmel
293 Kaas komijne	359 Kaas Roquefort
294 Kaas Emmentaler	360 Kaas Stilton
295 Kaas Boeren, niet gespecificeerd	361 Kaas Roodschimmel, niet gespecificeerd
296 Kaas Gorgonzola wit	362 Kaas Limburgse
297 Kaas Goudse	363 Kaas Port Salut
298 Kaas Gouwethaler	364 Kaas Saint Paulin
299 Kaas Gras	366 Kaas Tilsiter
300 Kaas Fondue Grozette	367 Kaas Verse, niet gespecificeerd
301 Kaas Gruyere	368 Kaas Boerenland
302 Kaas Hollandse gaten	369 Kaas Bon ami
303 Kaas Kollumer	370 Kaas Boursault

371 Kaas Boursin
372 Kaas Bressot
373 Kaas Cantadou
374 Kaas Perzik
375 Kaas Gember
376 Kaas Ananas
377 Kaas Peper
379 Kaas Room gewoon
381 Kaas Fromage frais met kruiden
382 Kaas Fromage frais
383 Kaas Gourmandise
384 Kaas Mascarpone
385 Kaas Monchou
386 Kaas Mozzarella
387 Kaas Paturain
388 Kaas Rederijkertje
389 Kaas Saint Moret, normaal
391 Kaas Saint Moret Abricoos
392 Kaas Saint Moret deels geite
393 Kaas Samos
394 Kaas Val Blanc
395 Kaas Vital Gourmet
397 Kaas Smeer, niet gespecificeerd
2129 Kaas Smeer met vlees
2130 Kaas Smeer met champignons
2131 Kaas Smeer met sambal/pikant
2132 Kaas Smeer met kruiden
2133 Kaas Smeer met kerrie
2134 Kaas Smeer met noten
399 Kaas Smeer naturel
404 Kaas Rambol met peper
405 Kaas Rambol met noten
407 Kaas Arina
408 Kaas Feta
2177 Kaas Goudlijntje
2178 Kaas Goudkuipje
2179 Kaas Kiri cheese
2180 Kaas La vache qui rit

05 06 Pudding op melk/room/mousse-basis

2488 Dessert karnemelk met room en vruchten
2403 Pap griesmeel
2307 Pudding griesmeel met saus, niet gespecificeerd
2208 Pudding, luchtig
2204 Mousse op yoghurt basis
409 Pudding, niet gespecificeerd
410 Pudding custard
412 Pudding griesmeel
413 Pudding maizena
2135 Pudding met yoghurt
418 Pudding met saus, niet gespecificeerd
419 Pudding met karamelsaus
420 Pudding amandel met kersensaus
421 Pudding griesmeel met bessensaus
489 Pudding griesmeel suiker & amandelen
422 Pudding frambozen met bessensaus
423 Pudding vanille met aardbeiensaus

424 Pudding chocolade met roomsaus
487 Pap, niet gespecificeerd
490 Rijstebrij
491 Rijstebrij met slagroom en suiker
492 Pap custard
493 Pap karnemelksebloem
494 Pap karnemelksegorde
495 Pap haverhout
496 Pap rijste
497 Pap lammetjes
498 Pap maizena
499 Pap brood
500 Pap beschuit
501 Krentebrij
425 Micky en Mini flan
426 Toetje met room
430 Rijsttoetje
431 Banketbakkersroom
432 Mousse, niet gespecificeerd
2136 Mousse op kwarkbasis
2175 Mousse op roombasis
434 Bavarois
435 Luchtig toetje
436 Vla, niet gespecificeerd
2077 Vla gewone
2235 Tiramisu

05 07 ROOM EN ROOMVERVANGERS

05 07 01 Room

2407 Room Culinair Campina
2351 Room half
441 Room, niet gespecificeerd
442 Creme fraiche
443 Room zure
444 Room slag
445 Room garde

05 07 02 Roomvervangers

2516 Blue band Finesse 'voor verrijken'
2515 Blue band Finesse 'voor opkloppen'
2514 Blue band Finesse 'voor koken'
2414 Topping (light)
446 Imitatieslagroom of topping
447 Klop-klop topping

05 08 Koffiemelk en creamers

448 Koffiemelk/room/creamer vloeibaar
2184 Koffiemelk/room/creamer poeder
2137 Koffiemelk, niet gespecificeerd
449 Koffiemelk met plantaardig vet
450 Koffieroom
451 Koffiecreamer

06 GRANEN EN GRAANPRODUCTEN

06 01 Meel, vlokken en bindmiddelen

2339 Haverzemelen
 2282 Meel pannekoek, niet gespecificeerd
 454 Meel, niet gespecificeerd
 455 Meel boekweit
 456 Meel mais
 457 Gort parel gortbloem
 458 Meel bak zelfrijzend
 459 Bloem rogge
 460 Bloem tarwe patent
 461 Bloem rijste
 462 Meel rogge
 463 Meel tarwe
 464 Meel volkorentarwe
 468 Allesbinder
 469 Bindmiddel, niet gespecificeerd
 470 Jusbinder
 471 Tapioca
 472 Meel aardappel
 473 Taartina
 474 Grutten boekweit
 475 Maizena
 476 Meel gries
 479 Meel taro
 480 Meel pannekoek, normaal
 481 Meel pannekoek viergranen
 482 Meel cake
 484 Seitan
 486 Mix brood
 527 Tarwezemelen
 528 Tarwekiemen
 670 Roggevlokken

06 02 Deegwaren, rijst en andere granen

2572 Rijst meergranen
 2474 Rijst wilde
 2309 Deegwaren volkoren, niet gespecificeerd
 2308 Deegwaren eier
 2209 Rijst siam
 502 Deegwaren, niet gespecificeerd
 2079 Deegwaren gevuld, niet gespecificeerd
 503 Mie
 504 Miehoen
 505 Macaroni volkoren
 506 Macaroni gewoon
 507 Spaghetti volkoren
 508 Spaghetti gewoon
 509 Noedels
 510 Vermicelli
 511 Lasagne deegwaar
 2181 Canneloni deegwaar
 512 Tortellini
 513 Ravioli
 514 Rijst, niet gespecificeerd
 515 Rijst parboiled
 516 Rijst wit
 517 Rijst volkoren
 518 Couscous

519 Granen, niet gespecificeerd
 520 Gierst
 521 Rogge
 522 Tarwe
 523 Haver
 524 Gort
 525 Gerst
 526 Bulgur
 45 Boekweit

06 03 Brood, knäckebröd, beschuit

06 03 01 Brood

2568 Broodje Waldkorn
 2567 Broodje volkoren n.s
 2467 Tortilla
 2423 Brood wit zonnebloempitten
 2422 Brood meergranen, zonnebloempitten
 2421 Brood volkoren, zonnebloempitten
 2379 Brood zuurdesem mais
 2371 Broodje pizza
 2341 Stokbrood kaasuien
 2313 Broodje wit, niet gespecificeerd
 2312 Broodje bruin, niet gespecificeerd
 2311 Stokbrood
 2310 Brood bijzonder, niet gespecificeerd
 2286 Brood rozijnen, niet gespecificeerd
 2285 Brood krente, niet gespecificeerd
 2284 Brood zuurdesem roggetarwe, niet gespecificeerd
 2283 Brood zuurdesem, niet gespecificeerd
 2214 Brood appel
 2213 Brood bruin zonnebloempitten
 2212 Brood mais
 2211 Brood met vruchten en noten
 2210 Brood glutenvrij
 529 Brood, niet gespecificeerd
 530 Brood wit, niet gespecificeerd
 531 Brood bruin
 532 Brood volkoren
 533 Brood Alison
 534 Brood boerenbruin
 535 Brood casino bruin
 536 Brood Duits
 537 Brood grijs
 538 Brood jogge
 539 Brood lijnzaad
 540 Brood malsovit
 541 Brood meergranen
 543 Brood tarvo
 544 Brood tarwerogge
 545 Brood tourkistan
 546 Brood zuurdesem, normaal
 547 Brood zuurdesem met rijst
 548 Brood zemelen
 549 Brood wit melk
 550 Brood wit water
 551 Brood boter

552 Brood casino wit
553 Brood turks wit
554 Brood tijger
555 Stokbrood wit
556 Stokbrood bruin
557 Chapatti
558 Roti
559 Roggebrood, niet gespecificeerd
560 Roggebrood donker
561 Roggebrood licht
562 Roggebrood met zonnebloempitten
563 Roggebrood gelders volkoren
564 Roggebrood licht meergranen
565 Brood schinken
566 Zuurdesem roggetarwe, normaal
567 Zuurdesem roggetarwe zonnebloempit
568 Brood gevuld, niet gespecificeerd
569 Brood gember
570 Brood krente, normaal
571 Brood krente volkoren
572 Krentewegge
573 Brood krente met spijs
574 Brood krente met spijs noten fruit
575 Brood kenia
576 Brood kerst
577 Brood Pinksterslof
578 Brood muesli
579 Brood noten
580 Brood rozijnen, normaal
581 Brood rozijntarwe
582 Brood rozijnenrogge
583 Brood rozijnenrogge met noten
584 Brood suiker
585 Stokbrood met uien
586 Broodjes, niet gespecificeerd
587 Broodje hard
588 Broodje Italiaanse bol
589 Brood shoarma
590 Broodje bruin hard
591 Broodje wit hard
2138 Broodje bruin zacht
2139 Broodje wit zacht
592 Krentebol
593 Krentebol volkoren
594 Broodje muesli
595 Palmpasenhaantje

06 03 02 Knäckebröd, beschuit

2582 Slimmers mais crackers
2564 Cracker maaltijd tarwe/sesam LU
2563 Cracker krokant naturel
2562 Cracker krokant volkoren
2406 Rijstwafel met chocola
2381 Knackebrot lichtgewicht
2380 Knackebrot gewoon
2287 Matse, niet gespecificeerd
2216 Cracker sesamzaad

2215 Cracker glutenvrij
598 Crackers, niet gespecificeerd
599 Beschuitachtigen, niet gespecificeerd
600 Ontbijtbiscuit
601 Cracker water
602 Crackerbread
603 Cracottes, niet gespecificeerd
604 Cracottes volkoren
605 Cracottes brosse zweedse broodjes
606 Cracker cream
607 Cracker cream volkoren
611 Beschuitbol
612 Beschuit muesli
613 Beschuit volkoren
614 Beschuit, niet gespecificeerd
615 Knackebrot, niet gespecificeerd
616 Knackebrot boerenbruin
617 Knackebrot volkoren
618 Knackebrot vezelrijk
619 Knapperbrod
620 Matse, normaal
621 Matse volkoren
622 Toost Varopa
623 Sanovite
624 Rijstwafel
625 Paneermeel
626 Paneermeel met kipkruiden
627 Paneermeel met gehaktmix

06 04 Ontbijtgranen

2545 Wake-up! Brinta
2517 Brinta FruitVit
2289 Nutrigran, niet gespecificeerd
2288 Cruesli, niet gespecificeerd
628 Ontbijtgranen, niet gespecificeerd
629 Havermout
630 Havermout appel rozijnen
631 All bran
632 Bambix volkoren ontbijt
633 Bambix groei ontbijt
634 Branflakes
635 Brinta
636 Cornflakes, niet gespecificeerd
638 Cornflakes naturel
639 Cornflakes volkoren
641 Frosties
642 Cruesli, normaal
648 Cruesli speciaal
649 Hearts
650 Fruit 'n Fibre
651 Muesli, niet gespecificeerd
663 Muesli geroosterd
2140 Muesli ongeroosterd
664 Nutrigran, normaal
665 Nutrigran volkorenpap
666 Nutrix gemengde granen
667 Panda, niet gespecificeerd

671 Rice krispies
 672 Zevengranenmix
 673 Smacks
 674 Weetabix
 675 Choco pops

06 05 Zoutjes, toast

2577 Popcorn magnetron
 2480 Pindasticks (Bolletje)
 2437 Japanse mix rijstcrackers
 2436 Japanse mix pindabevattend
 2358 Wokkels
 2347 Ringlings
 2338 Nibbits
 2315 Premium, niet gespecificeerd
 2314 Toast, niet gespecificeerd
 2220 Emping
 2219 Tuc (van Lu)
 2218 Shuttle
 676 Toostjes, niet gespecificeerd
 677 Partycups
 678 Toost gewoon
 679 Toost volkoren
 680 Roggetoost Grova
 681 Roggerondjes
 682 Snackcups
 683 Premium naturel
 684 Premium volkoren
 685 Mini pizza cracker
 686 Zoutjes, niet gespecificeerd
 687 Zoutstokjes
 688 Soepstengels
 689 Amsterdammertjes
 690 Bloopers
 691 Chipito's
 692 Chips
 693 Cornuco's
 694 Fritessticks
 695 Graino's
 696 Grillos
 697 Klavertje vier
 698 Lachbekjes
 699 Mama mia
 700 Millies
 701 Petatoes
 702 Pom tips
 703 Pyramido's
 704 Tengels
 705 Popcorn
 1864 Satewafeltje
 2080 Kaaswafels
 2081 Kaaskoekje
 2082 Kaasdomino
 2083 Kaasballetjes
 2084 Kroepoek
 2085 Bugles
 2086 Chips tortilla

2087 Taco
 2088 Chips cassave
 2141 Croutons

06 06 Deeg

706 Deeg gebakken, niet gespecificeerd
 708 Deeg pizza gebakken
 709 Deeg brood gebakken, niet gespecificeerd
 710 Deeg brood wit gebakken
 711 Deeg brood bruin gebakken
 712 Deeg brood volkoren gebakken
 713 Deeg blader gebakken
 714 Deeg korst gebakken
 716 Deeg filo blader gebakken

07 VLEES EN VLEESPRODUCTEN

07 01 Vers vlees

07 01 00 niet geclassificeerd

2306 Vlees om te smoren/braden, niet gespecificeerd
 2305 Vlees om te roosteren, niet gespecificeerd
 2304 Vlees om te grillen, niet gespecificeerd
 2303 Vlees om te bakken, niet gespecificeerd
 2302 Vlees om te koken, niet gespecificeerd
 736 Gehakt, niet gespecificeerd
 917 Gehakt half-om-half
 2104 Vlees, niet gespecificeerd

07 01 01 Rundvlees

717 Rund, niet gespecificeerd
 719 Rund om te bakken, niet gespecificeerd
 720 Rund filet-achtig, niet gespecificeerd
 721 Rund mager, niet gespecificeerd
 722 Rund gemiddeld vet, niet gespecificeerd
 723 Rund vet, niet gespecificeerd
 724 Rund filet
 725 Rund tournedos
 726 Rund chateaubriand
 727 Rund baklap
 728 Rund bieflap
 729 Rund klein braadspit
 730 Rund rollade
 731 Rund entrecote
 732 Rund T-bone steak
 734 Rund biefstuk
 735 Rund rosbief
 737 Rund mergballetjes
 738 Rund gehakt
 739 Rund vlees om te stoven, niet gespecificeerd
 740 Rund ossehaas
 741 Rund poulet
 742 Rund lap, normaal
 743 Rund lap lende
 744 Rund lap sucade
 745 Rund lap doorregen
 746 Rund lap rib

747 Rund vlees om te koken, niet gespecificeerd
748 Rund schenkel
750 Rund staartstuk
751 Rund mergpijp
752 Rund klapstuk
753 Rund rolletje
754 Rund vink
755 Rund tartaar
756 Rund lap schouder
757 Rund hacheevlees

07 01 02 Kalfsvlees

758 Kalf, niet gespecificeerd
760 Kalf om te bakken, niet gespecificeerd
761 Kalf filet-achtig, niet gespecificeerd
762 Kalf mager, niet gespecificeerd
763 Kalf gemiddeld vet, niet gespecificeerd
764 Kalf vet, niet gespecificeerd
765 Kalf ribstuk
766 Kalf schnitzel
767 Kalf oester
768 Kalf poulet
769 Kalf biefstuk
770 Kalf fricandeau
771 Kalf lappen mager
772 Kalf blinde vink
773 Kalf gehakt
774 Kalf entrecote
775 Kalf tournedos
776 Kalf rollade
777 Kalf kotelet

07 01 03 Varkensvlees

778 Varken, niet gespecificeerd
779 Varken om te grillen, niet gespecificeerd
780 Varken mager, niet gespecificeerd
781 Varken gemiddeld vet, niet gespecificeerd
782 Varken vet, niet gespecificeerd
783 Varken karbonade, niet gespecificeerd
784 Varken karbonade hals
785 Varken karbonade haas
786 Varken sparerib
787 Varken escalope
788 Varken om te roosteren, niet gespecificeerd
789 Varken rollade
790 Varken filet
791 Varken om te smoren, niet gespecificeerd
792 Varken om te bakken/braden, niet gespecificeerd
794 Varken krabbetjes
796 Varken schouder
797 Varken slavink
798 Varken schnitzel
799 Varken rollade haas
800 Varken rollade filet
801 Varken fricandeau
802 Varken haas
803 Varken oester

804 Varken lap mager
805 Varken lap doorregen
806 Varken lap ham
807 Varken lap schouder
808 Varken poulet
809 Varken rollade procureur
810 Varken rollade rib
811 Varken rollade lende
812 Varken karbonade schouder
813 Varken karbonade rib
814 Varken gehakt
2089 Varken lappen, niet gespecificeerd

07 01 04 Schaapsvlees, lamsvlees

815 Lam, niet gespecificeerd
816 Lam mager, niet gespecificeerd
817 Lam gemiddeld vet, niet gespecificeerd
818 Lam vet, niet gespecificeerd
819 Lam om te grillen, niet gespecificeerd
820 Lam karbonade
821 Lam kotelet
822 Lam vlees om te stoven, niet gespecificeerd
823 Lam bout
824 Lam Schouder
825 Lam zadel
826 Schaap turks gehakt
827 Lam rug
828 Lam schijf shoarma
829 Lam gehakt
830 Lam lapje
831 Lam rollade
832 Lam oester
833 Lam haas
834 Lam krabbetjes
835 Schaap kotelet
838 Schaap bout
839 Lam ragoutvlees

07 01 05 Paardenvlees

840 Paard, niet gespecificeerd
841 Paard rollade magere stoof
842 Paard filet braadstuk
843 Paard rollade braad
844 Paard rosbief
845 Paard hacheevlees
846 Paard rollade doorregen stoof-
847 Paard biefstuk
848 Paard lap

07 01 06 Geitenvlees

2455 Geit karbonade

07 02 Gevogelte**07 02 00 Niet geclassificeerd**

849 Gevogelte, niet gespecificeerd
2120 Parelhoen

07 02 01 Kip, haan

857 Kip, niet gespecificeerd
859 Kip vleugel
860 Kip poot
861 Kip drumstick
862 Kip borst met bot
863 Kip filet
864 Kip heel
865 Kip half
866 Kuiken piep
867 Kip soep
868 TV stick
869 Kip rollade
870 Kip braadstuk
871 Kipkarbonade

07 02 02 Kalkoen

872 Kalkoen, niet gespecificeerd
873 Kalkoen jonge
874 Kalkoen vleugel
875 Kalkoen bout
876 Kalkoen drumstick
877 Kalkoen borst met bot
878 Kalkoen filet
879 Kalkoen oester
880 Kalkoen fricandeau
881 Kalkoen haasje
882 Kalkoen schnitzel
883 Kalkoen biefstuk
884 Kalkoen rollade
885 Kalkoen tournedos
886 Kalkoen karbonade

07 02 03 Eend

888 Eend, niet gespecificeerd
889 Eend poot
890 Eend drumstick
891 Eend borst met bot
892 Eend filet
893 Eend rollade
894 Eend Peking

07 02 04 Gans

895 Gans, niet gespecificeerd
896 Gans vleugel
897 Gans drumstick
898 Gans borst met bot
899 Gans filet

07 02 05 Konijn

900 Konijn, niet gespecificeerd
901 Konijn rug
902 Konijn borst met bot
903 Konijn poot

07 03 Wild

2221 Kwartel
2105 Wild, niet gespecificeerd
2118 Haas
2119 Ree

07 04 Vleesproducten

2570 Cordon bleu van kip
2569 Pikanto gehakstaaf
2509 Worst Hausmacher
2499 Kip schnitzel
2498 Kalkoenrollade
2472 Terrine met vlees
2451 Cordon bleu van gehakt
2435 Ham been
2415 Varkensrollade vleeswaar
2385 Worst gekookt gewoon
2345 Fricandeau als broodbeleg
2344 Rosbief als broodbeleg
2326 Runderrollade vleeswaar
2316 Schijf, niet gespecificeerd
2266 Kalkoenham
2222 Smeerworst met kruiden
911 Vleesproducten, niet gespecificeerd
912 Burger, niet gespecificeerd
913 Burger ham-
914 Schijf Alpen
916 Schijf gelderse
918 Gehakt fantasie, niet gespecificeerd
919 Schijf ham
920 Koteletto
921 Burger Mexicaanse
922 Schijf rollade
924 Schijf knie
925 Burger shoarma
927 Kipnuggets
928 Corned beef
929 Cordon bleu
930 Gehakt met groente
931 Worst, niet gespecificeerd
932 Worst gekookt, niet gespecificeerd
933 Worst knak
934 Worst frankfurter
935 Worst rook
936 Worst niet gekookt, niet gespecificeerd
938 Worst braad, niet gespecificeerd
939 Worst barbecue
942 Saucijzen
943 Schnitzel, niet gespecificeerd
944 Schnitzel vark.vlees, kaas gepaneerd
945 Schnitzel vark.vlees, gepaneerd
946 Schnitzel vark.vlees champignon gepaneerd
949 Worst vleeswaar, niet gespecificeerd
950 Worst vleeswaar gekookt, niet gespecificeerd
951 Worst Ardenner
952 Worstje bier
953 Worstje borrel

954 Worst boterham
955 Worstje cocktail
956 Worst ham
957 Worst jacht
959 Worst osse
960 Worst paling
962 Pain de provence
964 Worst thee
965 Worst gedroogd, niet gespecificeerd
966 Cervelaat
967 Worst chorizo
968 Rotterdammertje
969 Worst Turkse
970 Salami
971 Worst met
972 Worst snij
973 Worst lever, niet gespecificeerd
974 Worst Berliner
975 Kalfsberliner
976 Leverkaas
977 Leverpastei
978 Worst lever gewone
979 Pate
980 Ham, niet gespecificeerd
981 Ham rauwe
982 Ham gekookte
983 Ham uit blik
984 Ham pastei
985 Ham achter
986 Ham schouder
987 Ham boeren
988 Ham ardenner
989 Ham coburger
990 Ham parma
992 Spek, niet gespecificeerd
993 Bacon
994 Spek ontbijt
995 Spek rook
996 Spek katen
997 Spek procureur
998 Spek zeeuws
999 Spek mager
1000 Spek vet
1001 Spek met zwoerd
1002 Spek zonder zwoerd
1003 Spek zuurkool
1004 Vleeswaren gebraden, niet gespecificeerd
1005 Casselerrib
1006 Rollade vleeswaar
1007 Pekelvlees
1008 Rookvlees, niet gespecificeerd
1012 Filet americain
1013 Filet rose
1014 Vleeswaar met organen, niet gespecificeerd
1015 Balkenbrij
1016 Zure zult
1017 Preskop

1018 Rolpens
1019 Worst bloed
1020 Worst tonge
1021 Jellied veal
1022 Kalfspastei
1024 Lever gekookte
1025 Frikandel
1026 Gehakt koud, niet gespecificeerd
1028 Luncheon meat
1029 Gehakt gebraden vleeswaar
1030 Gehakt uit blik
112 Kipfilet als broodbeleg

07 05 Organvlees

749 Ossestaart
1032 Organvlees, niet gespecificeerd
1033 Lever
1034 Hersenen
1035 Nier
1036 Zwezerik
1037 Tong
1038 Hart
1039 Maag

08 VIS, SCHAAL- EN SCHELPIEREN

08 00 Niet geclassificeerd

2376 Kikkerbillen

08 01 Vis

2223 Zeeduivel
1040 Vis, niet gespecificeerd
1041 Vis wit, niet gespecificeerd
2106 Vis zee, niet gespecificeerd
2107 Vis zoetwater, niet gespecificeerd
1042 Brado
1043 Griet
1044 Kabeljauw
1045 Schar
1046 Bot
1047 Schelvis
1048 Baars
1049 Snoekbaars
1050 Snoek
1051 Schol
1052 Koolvis
1053 Rog
1054 Spiering
1055 Tong vis
1056 Stokvis
1057 Zeelt
1058 Tarbot
1059 Pieterman
1060 Wijting
1061 Zeewolf
1062 Vis vet, niet gespecificeerd
1063 Zalm

1064 Bakkeljauw
1065 Bakbokking
1066 Brasem
1067 Karper
1068 Paling
1069 Poon
1070 Heilbot
1071 Haring
1072 Makreel
1073 Zalmforel
1074 Bokking
1075 Sprot
1076 Forel
1077 Tonijn
1078 Panharing
1079 Pilchards
1080 Vis klein, niet gespecificeerd
1081 Ansjovis
1082 Sardines

08 02 Schaal- en schelpdieren

2454 Gamba
1083 Schaaldieren, niet gespecificeerd
1084 Krab
1085 Kreeft
1086 Garnalen
1087 Weekdieren, niet gespecificeerd
1088 Inktvis
1089 Mosselen
1090 Oesters
1091 Slakken
1092 Alikruiken

08 03 Visproducten, vissticks

2471 Terrine vis
2346 Zalmpate/mousse gerookt
1093 Visprodukten gepaneerd, niet gespecificeerd
1094 Visfilets gepaneerd
1095 Vissticks
1096 Visburger
1097 Visschnitzel
1098 Lekkerbek
1099 Kibbeling
1100 Kaviaar
1101 Schelvislever
1102 Kuit

09 EIEREN**09 01 Eieren**

2090 Ei, niet gespecificeerd
1103 Ei heel
1104 Ei eigeel
1105 Ei eiwit
1106 Ei poeder

10 VETTEN**10 00 Niet geclassificeerd**

2317 Vet commercieel
2070 Vet, niet gespecificeerd

10 01 Plantaardige oliën

2505 Olie lijnzaad
2382 Olie, druivenpit
2095 Olie walnoot
1107 Olie plantaardig, niet gespecificeerd
1108 Olie sesam
1110 Olie maaskiem
1111 Olie mais
1112 Olie linolzuurrijk
1113 Olie olijf
1114 Olie arachide
1115 Olie saffloer
1116 Olie sla
1117 Olie soja
1118 Olie zonnebloem
1119 Olie tarwekiem

10 02 Boter

2426 Creme au beurre
1120 Boter, niet gespecificeerd
1121 Boter normaal
1122 Boter gezouten
1123 Braderije
1126 Boter kruiden

10 03 Margarines, halvarines

2512 Bak- en braadvet
2511 Halvarine
2510 Margarine
2411 Smeltjuz onbereid
2071 Smeersel, niet gespecificeerd
2142 Braadvet, niet gespecificeerd
1129 Braadvet met dierl. vet
1139 Mengsel boter en margarine
1140 Mengsel boter en halvarine

10 04 Frituurvetten

2513 Frituurvet

10 05 Mariene oliën

1146 Olie vis

10 06 Andere dierlijke vetten

1147 Reuzel
1148 Rundvet

11 SUIKER EN ZOETWAREN**11 00 Niet geclassificeerd**

1149 Bigarreaux
1150 Sukade

1151 Gember

11 01 Suiker, honing, jam

2491 Fructose
2481 Pudding gelatine appel
2383 Suiker druiven
2377 Jam ongezoet vruchtenbeleg
2318 Jam steenvrucht, niet gespecificeerd
1152 Suiker, niet gespecificeerd
1153 Suiker kristal
1154 Suiker witte basterd
1155 Suiker bruine basterd
1156 Suiker gele basterd
1157 Suiker kandij
1158 Suiker riet
1159 Suiker poeder
1160 Suiker vanille
1161 Honing
1162 Jam, niet gespecificeerd
1163 Jam huishoud
1164 Jam halviture
1165 Jam suikervrij
1166 Jam rozebottel
1167 Jam steenvruchten gezoet
1168 Jam steenvrucht halviture
1169 Jam steenvrucht ongezoet
1170 Marmelade
1171 Gelei, niet gespecificeerd
1172 Gelei rozebottel met honing
1173 Pudding gelatine
1174 Gelei ander

11 02 Chocola, candybars, chocoladehagel/vlokken

2575 Weight Care tussendoortje
2561 Chocolade kikkers/muizen Sint, 'zoete' vulling
2506 Ovomaltine (chocolate powder)
2477 Chocoladepasta hazelnoot met crisps
2473 Musketkransje gevuld
2433 Hagelscrisps chocolade puur
2432 Hagelscrisps chocolade mix
2431 Hagelscrisps chocolade melk
2319 Hagelslag melk gewoon
2301 Chocola wit gevuld, niet gespecificeerd
2300 Chocola melk gevuld, niet gespecificeerd
2299 Chocola gevuld, niet gespecificeerd
2294 Chocoladepasta melk, niet gespecificeerd
2293 Chocoladepasta puur, niet gespecificeerd
2292 Chocola wit, niet gespecificeerd
2291 Chocola melk, niet gespecificeerd
2290 Chocola puur, niet gespecificeerd
2274 Chocola puur gevuld, niet gespecificeerd
2263 Reep, volkoren, meergranen, maaltijdvervanger
2224 Lunchreep 12 uurtje
1175 Chocola, niet gespecificeerd
1176 Chocola repen, niet gespecificeerd
1177 Chocola puur normaal
1178 Chocola puur suikervrij

1181 Chocola melk normaal
1182 Chocola melk suikervrij
1185 Chocola wit normaal
1186 Chocola wit suikervrij
2097 Chocola gevuld normaal
2098 Chocola gevuld suikervrij, niet gespecificeerd
2145 Chocola puur gevuld normaal
2146 Chocola puur gevuld suikervrij, niet gespecificeerd
2147 Chocola melk gevuld normaal
2148 Chocola melk gevuld suikervrij, niet gespecificeerd
2149 Chocola wit gevuld normaal
2150 Chocola wit gevuld suikervrij, niet gespecificeerd
1196 Chocola luchtige
1197 Bros
1198 Bonbon, niet gespecificeerd
122 Mozartkugel
1199 Truffel room
1200 Truffel chocolade
1204 Cacao poeder, niet gespecificeerd
1205 Cacao gezoet
1206 Cacao ongezoet
1207 Candy bars, niet gespecificeerd
1208 Blossomreep
1209 Caddy
1210 Bounty melk
1211 Bounty puur
1212 Club
1213 Curly Wurly
1214 Kitkat
1215 Lion
1216 Mars gewoon
1217 Mars met amandelen
1218 Milkyway
1219 Nussini
1220 Nuts gewoon
1221 Nuts met amandelen
1222 Twix
1223 Snickers
1224 Chocoladepasta, niet gespecificeerd
1225 Chocoladepasta puur normaal
1226 Chocoladepasta melk normaal
1227 Chocoladepasta puur suikervrij
1228 Chocoladepasta melk suikervrij
1230 Chocoladepasta cocos
1231 Chocoladepasta hazelnoot
1232 Chocoladeboter
1233 Hagelslag, niet gespecificeerd
2320 Hagelslag puur gewoon
1234 Hagelslag melk, niet gespecificeerd
1235 Hagelslag puur, niet gespecificeerd
1236 Hagelslag mix wit en puur
1237 Hagelslag melk suikervrij
1238 Hagelslag puur suikervrij
1239 Hagelslag cacaofantasia
1240 Chocoladepindaspeters
1241 Rozijnen/noten met chocolade omhuld
1242 Rozijnen met melkchocolade omhuld

1243 Rozijnen met yoghurt omhuld
 1244 Pinda's met melkchocolade omhuld
 1245 Pinda's met yoghurt omhuld
 1246 Hazelnoten met melkchocolade omhuld
 1247 Hazelnoten met yoghurt omhuld
 1248 M en M's met pinda's
 1249 M en M's zonder pinda's
 1250 Smarties
 1257 Rolo
 1259 Mueslireep met chocolade
 1260 Balisto

11 03 Zoetwaren (geen chocola)

2387 Zwart-wit poeder zout
 2386 Zwart-wit poeder zoet
 2297 Marsepein, niet gespecificeerd
 2296 Nougat, niet gespecificeerd
 2295 Pepermunt, niet gespecificeerd
 1251 Toffee/karamel, niet gespecificeerd
 1252 Toffee, normaal
 1253 Toffee met chocolade
 1254 Toffiffee
 1255 Toffeecrisp
 1256 Karamel
 1258 Mueslireep gewoon
 1261 Extran energiereep met muesli
 1262 Sesamkoekje
 1263 Zoet broodbeleg, niet gespecificeerd
 1264 Kokosbrood
 1266 Hagelslag vruchten
 1267 Hagelslag anijs
 1268 Muisjes heel
 1269 Muisjes gestamp
 1270 Snoep, niet gespecificeerd
 1271 Zuurtje, niet gespecificeerd
 1272 Zuurtje met suiker
 1273 Zuurtje suikervrij
 1274 Gombal
 1275 Groentje
 1276 Hopje
 1277 Schuimpje
 1278 Zuurstok
 1279 Winegums
 1280 Hoestbonbon
 1281 Mentolsnoepje suikervrij
 1282 Pepermunt, normaal
 1283 Pepermunt suikervrij
 1284 Dropmentos
 1285 Nougat, normaal
 1286 Nougatblok met chocolade
 1287 Spekkie
 1288 Borstplaat room
 1289 Rijst snoep
 1290 Lolly
 1291 Marsepein, normaal
 2176 Marsepein met chocola
 1292 Marsh mellows

1293 Turks snoep, niet gespecificeerd
 1294 Vruchtenkoekjes
 1295 Drop, niet gespecificeerd
 1296 Drop zoete
 1297 Drop zoute
 1298 Drop engelse
 1299 Drop met zoetstof
 1301 Salmiak lolly
 1302 Drop met pepermint
 1303 Tikkels
 1304 Kauwgum, niet gespecificeerd
 1305 Kauwgum met suiker
 1306 Kauwgum suikervrij
 1307 Suikerspin
 1229 Karamelpasta

11 04 Siropen en stroop

2412 Splash "siroop"
 2408 Rozebottelsiroop Multivitamine
 2362 Siroop van fruit op siroop, niet gespecificeerd
 2227 Diksap appel onverdund
 2226 Limonadesiroop light, onverdund
 2225 Siroop ahorn
 1308 Stroop, niet gespecificeerd
 1309 Stroop appel
 1310 Stroop suiker
 2108 Siroop gember
 2151 Siroop van fruit op lichte siroop
 2152 Siroop van fruit op zware siroop
 2185 Limonadesiroop, niet gespecificeerd
 2186 Limonadesiroop vruchten
 2187 Limonadesiroop Grenadine
 2188 Rozebottelsiroop, niet gespecificeerd
 2189 Rozebottelsiroop vruchtenmix
 2190 Vruchtensiroop
 2191 Rozebottelsiroop ferro
 2192 Rozebottelsiroop glucose
 2193 Rozebottelsiroop laxerend
 2194 Rozebottelsiroop stop
 2195 Rozebottelsiroop sport
 2196 Rozebottelsiroop dieet

11 05 IJs, waterijs

11 05 01 IJs

2587 IJs McFlurry 'M&M's
 2532 Ijs slagroom
 2373 Ijs aan stokje vruchten laagje
 2372 Ijs aan stokje chocolade laagje
 2228 Ijs yoghurt
 1311 IJs, niet gespecificeerd
 1312 IJs consumptie
 1313 IJs Italiaans
 1314 IJs soft
 1315 IJs room
 1316 Ice-bars, niet gespecificeerd
 2109 IJsreep Bounty

2110 IJsreep Mars
2111 IJsreep Milky way
2112 IJsreep Sky
2113 IJsreep Snickers
2114 IJsreep Twix
1317 IJs aan stokje, niet gespecificeerd
1318 IJs taart
1319 IJs conotop

11 05 02 Sorbetijs

1320 IJs sorbet

11 05 03 Waterijs

1322 IJslolly, niet gespecificeerd
1323 IJslolly op basis van waterijs
1324 IJslolly op basis van vruchten

12 KOEK, GEBAK EN BISCUIT

12 01 Koek, cake, gebak

2588 Chocolade muffin
2576 Cake chocolade
2574 Brownie
2573 Vlaai met chocoladecreme en slagroom
2566 Pannekoek met ham
2479 Koek boter met noten
2476 Cake bitterkoekjes
2469 Vlaai kruimel met pudding
2464 Soes n.s
2446 Oliebolk met glazuur
2444 Flap abrikozen
2427 Croissant, volkoren met zonnebloempitten
2425 Cake appel gezoet met zoetstof
2416 Vlaai pudding met vruchten
2413 Taart noten
2402 Pannekoeken vulling onbekend
2401 Pannekoeken, niet gespecificeerd
2400 Pannekoeken volkoren
2390 Koek gevulde jam
2389 Koek haver gewoon
2365 Vlaai vruchten/kruimel
2360 Flap kersen
2359 Croissant met chocolade
2349 Koek ontbijt met noten en vruchten
2331 Cake met noten
2321 Gebak, niet gespecificeerd
2298 Vlaai vruchten, niet gespecificeerd
2277 Cake appel basis volkorenmeel
2268 Soesje met kaas
2236 Suikerlatten (friese koek)
2230 Koek Indisch
2229 Cake gevuld met room
1325 Cake, niet gespecificeerd
1326 Cake gewone
1327 Cake volkoren
1328 Cake boeren met bigarreux
1329 Cake marmer met chocolade

1330 Cake appel
1331 Cake rozijnen
2153 Cake met glazuurlaag
1332 Gebak met creme, niet gespecificeerd
1333 Soes slagroom
1334 Soes bananen
1335 Tompouce, niet gespecificeerd
2099 Tompouce met gele room
2100 Tompouce met slagroom
1336 Gebak met room
1337 Gebak met mokka
1338 Moorkop
1339 Gebak nogatine
1340 Gebak advocaat
1341 Gebak chocolade
1342 Taart kwark
1343 Gebak marsepein
1344 Taart monchou
1345 Taart sachertorte
1346 Slagroomhoorn
1347 Sneeuwster
1348 Gebak vruchten, niet gespecificeerd
201 Vlaai, niet gespecificeerd
204 Vlaai, rijste
206 Vlaai, pudding
1349 Vlaai vruchten, normaal
2154 Vlaai vruchten met eiwitschuim
1367 Vlaai kruimel
1350 Vruchtengebakte
1351 Schnitt kersen
1352 Taart appel
1353 Carre appel
1354 Flap appel
1355 Rondo appel
1357 Pannekoeken normal
2116 Pannekoeken met appel
2117 Pannekoeken met rozijnen
2121 Pannekoeken met gember
2122 Pannekoeken met ananas
2123 Pannekoeken met kaas
1358 Beignet, niet gespecificeerd
2155 Beignet appel
2156 Beignet banaan
1359 Wafels
1360 Poffertjes
1361 Flensjes
1362 Berliner bol
1363 Donut
1364 Oliebolk
1365 Baklava
1366 Croissant
1368 Koek kruid
1369 Broodje pudding
1370 Tulband
1372 Heertje
1374 Kano
1375 Koek gevulde(met amandelen)

1376 Broodje amandel
 1377 Broodje koffie
 1378 Koek boter
 1379 Banketstaaf
 1382 Koek ontbijt ongevuld, niet gespecificeerd
 1383 Koek ontbijt volkoren ongevuld
 1384 Koek ontbijt met vruchten
 1385 Koek ontbijt met noten
 1386 Koek ontbijt met rozijnen
 1387 Koek ontbijt met kandij
 1388 Koek ontbijt volkoren met kandij
 2091 Koek ontbijt gewoon ongevuld

12 02 Koekjes en biscuit

2585 Happer
 2571 Spacebiscuit
 2560 Koeken Landoogst speculaas amandel
 2559 Koeken Landoogst appel krenten
 2558 Koeken Landoogst noten/zonnebloempit
 2525 Vitalinea biscuit
 2524 Sultana FruitActive
 2523 Sultana Fruitstart
 2522 Liga biscuits continue
 2521 Liga Milkbreak duo
 2520 Liga Milkbreak
 2519 Liga Fruitkick
 2518 Evergo kersen
 2503 Krakeling met chocolade
 2501 Koekje met rozijnen en chocolade
 2485 Stroopwafel n.s
 2484 Wafel chocolade gezoet met fructose
 2483 Stroopwafel suikervrij (+ fructose)
 2466 Support chocolade
 2450 Cookies Fruit AH
 2449 Cookies Chocolate Chips met chocola
 2448 Cake Pimm's
 2443 Koek amandel
 2420 Biscuit volkoren met moutstroop en carobe
 2417 Zandkoekje met chocola
 2392 Koek oranje
 2391 Koek muesli
 2388 Koek haver gezoet met moutstroop
 2378 Biscuit normaal
 2367 Wafel galette met chocola
 2366 Wafel galette
 2350 Koek met noten en chocolade
 2337 Biscuit volkoren met chocolade
 2272 IJshoortje
 2267 Koekje, hazelnoot
 2259 Chonelly, koekje
 2234 Pennywafel
 2233 Pepernoten met chocolade, wit
 2232 Pepernoten met chocolade, melk
 2231 Pepernoten met chocolade, puur
 1389 Biscuit, niet gespecificeerd
 1390 Koekje, niet gespecificeerd
 1371 Koek eier

1373 Kokosmakroon
 1380 Koek glace
 1381 Koek kokos
 2157 Koek pinda
 1391 Biscuit volkoren
 1392 Biscuit chocolade
 1393 Biscuit met suiker
 1394 Biscuit fourre
 1395 Liga-achtigen, niet gespecificeerd
 1396 Liga, normaal
 1397 Liga met chocolade
 1398 Sultana fruitbiscuit
 1400 Evergreen, niet gespecificeerd
 1401 Chocoprins
 1402 Speculaas gevulde
 1403 Chocoladesprits
 1404 Taai-taai
 1405 Pepernoten
 1406 Kruidnoten
 1407 Stroopwafel, gewoon
 1408 Bokkepootje
 1409 Bastogne
 1410 Negerzoen
 1411 Speculaas
 1412 Cafe noir
 1413 Bitterkoekje
 1414 Weesper mop
 1415 Zandkoekje
 1416 Zandtaartje
 1417 Sprits
 1418 Janhagel
 1419 Krakeling
 1420 Jodekoek
 1421 Kaneelwafeltje
 1422 Kerstkransje koekje
 1423 Kletskop
 1424 Lange vinger
 1425 Mergpijpje
 1426 Frou frou
 1897 Biscuit glutenvrij Glutenex
 1898 Koekje voor diabetici
 2158 Sprits hazelnoot
 2159 Evergo appel
 2160 Evergo bosvruchten
 2161 Evergo krenten
 2162 Evergo sinaasappel
 208 Schuimbaton, niet gespecificeerd
 210 Schuimbaton vanille
 213 Schuimbaton chocola

13 NIET ALCOHOLISCHE DRANKEN

13 00 Niet geclassificeerd

2397 Kokosmelk
 2324 Wijn alcoholvrij met Chinese kruiden
 2273 Brooddrank Kanne
 2258 Alcohol voor koken

1574 Vermouth alcoholvrij
1575 Crodino
1587 Wijn alcoholvrij
1604 Bier alcoholvrij

13 01 Vruchten- en groentensappen en -dranken

2584 Sisi Fruitmania
2537 Sap multivruchten
2536 Drank multivruchten
2535 Sap Fruit&Co Hero
2530 Fruitontbijt diverse soorten
2453 Drank dubbel sinaasappel-grapefruit
2452 Drank dubbel perzik-abrikoos
2325 Sap rettich
2242 Sap mandarijn
2240 Diksap appel verdund
2239 Drank dubbel bessen-druiven
2238 Drank dubbel bosvruchten
1427 Sap vruchten 1 vrucht, niet gespecificeerd
1428 Sap sinaasappel
1430 Sap grapefruit
1431 Sap appel
1432 Sap ananas
1433 Sap bramen
1434 Sap citroen
1435 Sap limoen
1436 Sap peren
1437 Sap druiven
1438 Sap pruimen
1439 Sap vlierbessen
1440 Sap bessen
1443 Dubbel drank, niet gespecificeerd
1445 Tiendrank
1446 Drank dubbel appel-druif
1447 Drank dubbel aardbeien-kers
1448 Drank dubbel mandarijn-banaan
1449 Drank dubbel abrikoos-sinaasappel
1450 Drank citrusvruchten
1451 Drank dubbel sinaasappel-perzik
1452 Drank tropische cocktail tiendrank
1454 Drank 1 vrucht, niet gespecificeerd (25-50% sap)
1455 Nectar, niet gespecificeerd
1458 Drank sinaasappel
1459 Drank mangovollfruit
1460 Drank preiselbeervollfruit
1461 Drank bessen rood
1462 Drank bessen zwart
1463 Drank frambozen
1464 Sap heidelbeer
1465 Sap kersen
1466 Sap passievrucht
1467 Sap perzik
1468 Sap sauerkirsch
1469 Nectar abrikozen
1470 Punica grapefruit
1472 Punica tropical
1475 Sap Vruchten mousserend, niet gespecificeerd

1476 Sap appel/zwarte bessen mousserend
1477 Sap rode druiven mousserend
1478 Sap witte druiven mousserend
1479 Sap groente, niet gespecificeerd
1480 Sap bieten
1481 Sap wortel
1482 Sap aardappel
1483 Sap zuurkool
1484 Sap tomaten-groente
1485 Sap tomaten
1486 Sap groentecocktail

13 02 Limonades, isotone dranken

2542 Energiedrank
2541 Frisdrank met vruchtensap Lessini ready to drink
2540 Frisdrank met vruchtensap Splash fruit
2539 Frisdrank met vruchtensap DubbelCooler
2538 Frisdrank met vruchtensmaak Crystal Clear
2490 Frisdrank Perfectly Clear
2489 Dextro energy drink
2430 Frisdrank Sisi zonder prik
2375 Frisdrank tonic, niet gespecificeerd
2361 Frisdrank bitter lemon
2348 Frisdrank Liptonice
2327 Frisdrank met vruchtensap, Hero Fruitspring
2241 Limonadesiroop light verdund
1487 Frisdrank Cola, niet gespecificeerd
1488 Frisdrank Cola met cafeïne
1489 Frisdrank Cola cafeïne vrij
1490 Frisdrank Cherrycoke
1492 Sodawater, niet gespecificeerd
1493 Frisdrank, niet gespecificeerd
1494 Sodawater schweppes
1495 Sodawater canada dry
1496 Sodawater sprite
1497 Frisdrank Fanta
1498 Frisdrank Raak
1499 Frisdrank Riedel
1500 Frisdrank Spa
1503 Frisdrank 3-Es
1504 Frisdrank Drinky
1505 Frisdrank Green Spot
1506 Frisdrank Hero
1507 Frisdrank M(arkart)
1508 Frisdrank Ons Huismerk
1509 Frisdrank Sisi
1510 Frisdrank Spar
1511 Frisdrank Sunkist
1512 Frisdrank Herschi
1513 Frisdrank Royal Club
1514 Frisdrank Wiltho
1515 Frisdrank Jaffa
1516 Frisdrank Loots
1517 Frisdrank Schweppes
1518 Frisdrank Super
1520 Frisdrank Leberg
1521 Frisdrank Top

1522 Frisdrank Caprisonne
 1523 Frisdrank Wicky
 1524 Frisdrank Champagnepils
 1525 Frisdrank Rivella
 1526 Frisdrank Ginger ale
 1527 Frisdrank Updranken, niet gespecificeerd
 1528 Frisdrank Up Seven-up
 1529 Frisdrank Up Sprite
 1530 Frisdrank Jaffa drink
 1531 Frisdrank Tonic Royal Club
 1532 Frisdrank Tonic Schweppes
 1533 Limonadesiroop verdund, niet gespecificeerd
 1536 Limonadesiroop vruchten verdund
 1537 Limonadesiroop Grenadine verdund
 1539 Rozebottelsiroop verdund, niet gespecificeerd
 1540 Rozebottelsiroop vruchtenmix verdund
 1541 Vruchtensiroop verdund
 1542 Rozebottelsiroop ferro verdund
 1543 Rozebottelsiroop glucose verdund
 1544 Rozebottelsiroop laxerend verdund
 1545 Rozebottelsiroop stop verdund
 1546 Rozebottelsiroop sport verdund
 1547 Rozebottelsiroop dieet verdund
 1548 Isotone dranken, niet gespecificeerd
 1549 Isostar
 1550 AA-drink
 1551 Extran

13 03 Koffie, thee en kruidenthee

13 03 01 Koffie

1552 Koffie bereid, niet gespecificeerd
 1557 Koffie zonder cafeïne
 2163 Koffie met cafeïne 50% minder
 1558 Koffie met cafeïne
 2164 Koffie oplos bereid, niet gespecificeerd
 2165 Koffie oplos poeder, niet gespecificeerd
 1555 Koffie oplos zonder caf bereid
 2101 Koffie oplos zonder caf poeder
 1556 Koffie oplos met caf bereid
 2102 Koffie oplos met caf poeder
 2166 Koffie oplos met smaakstof bereid
 216 Koffie oplos met smaakstof poeder
 218 Cappuccino bereid, niet gespecificeerd
 220 Cappuccino oplos bereid, niet gespecificeerd
 222 Cappuccino oplos poeder, niet gespecificeerd
 240 Cappuccino oplos zonder caf bereid
 243 Cappuccino oplos met caf bereid
 260 Cappuccino oplos zonder caf poeder
 265 Cappuccino oplos met caf poeder
 2167 Espresso, niet gespecificeerd
 1559 Espresso zonder cafeïne
 1560 Espresso met cafeïne

13 03 02 Thee

2384 Thee looizuurarme bereid
 2354 Thee zonder theïne

2243 Thee ijs-
 1561 Thee bereid, niet gespecificeerd
 1562 Thee oplos gezoet bereid
 2103 Thee oplos gezoet poeder
 1563 Thee gewone bereid

13 03 03 Kruidenthee

1564 Thee kruiden bereid, niet gespecificeerd
 284 Thee kruiden bereid gezoet
 286 Thee kruiden bereid ongezoet
 324 Thee kruiden oplos bereid
 325 Thee kruiden oplos poeder
 1565 Thee vruchten (geen zwarte) bereid

13 03 04 Koffie vervangers

2396 Koffie Pacha oplos poeder
 2395 Koffie Pacha oplos bereid
 2394 Koffie Pacha noten oplos poeder
 2393 Koffie Pacha noten oplos bereid
 1566 Koffie vervangers oplos bereid, niet gespecificeerd
 2197 Koffie vervangers oplos poeder, niet gespecificeerd
 1567 Koffie granen oplos bereid
 2198 Koffie granen oplos poeder
 1568 Koffie Bamboe oplos bereid
 2199 Koffie Bamboe oplos poeder

13 04 (Mineraal)water

1569 Water, niet gespecificeerd
 1570 Water mineraal zonder koolzuur
 1571 Water kraan
 1572 Water mineraal met koolzuur, niet gespecificeerd
 1573 IJsblokje

14 ALCOHOLISCHE DRANKEN

14 00 Niet geïnclassificeerd

1576 Fruit op sterke drank, niet gespecificeerd
 1577 Frambozen op brandewijn
 1578 Kersen op brandewijn
 1579 Boerenjongens
 1580 Boerenmeisjes

14 01 Wijn

1581 Wijn, niet gespecificeerd
 1582 Wijn pleegzusterbloed
 1583 Wijn zoete Spaanse
 1584 Wijn rood
 1585 Wijn witte
 1586 Wijn vruchten pikeurtje
 1588 Champagne
 1589 Sekt

14 02 Sherry, port, vermut e.d.

1590 Versterkte wijn, niet gespecificeerd
 1591 Campari
 1592 Madeira
 1593 Martini

1594 Muscatel
1595 Port rood
1596 Port wit
1597 Sherry

14 03 Bier, cider

2419 Bier halfom
2356 Bier hoger alcoholgehalte 7%
1598 Bier, niet gespecificeerd
1599 Bier wit
1600 Bier pils
1601 Bier bruin
1602 Bier donker
1603 Bier met smaakje
1605 Cider, niet gespecificeerd
1606 Cider droog
1607 Cider zoet
1701 Shandy

14 04 Gedistilleerde dranken

2589 Malibu
2246 Topinambur (38 %)
2245 Mekong
1608 Sterke drank, niet gespecificeerd
1609 Appelporen
1610 Veldbitter
1611 Jonge korenwijn
1612 Bitter boeren
1613 Aquavit
1614 Berenburg
1615 Jenever bramen
1616 Brandewijn
1617 Calvados
1618 Cognac
1619 Jenever vlierbessen
1620 Els lavera
1621 Gin
1622 Jenever
1623 Jagermeister
1624 Jonge notaris
1625 Bitter keizer
1626 Brandewijn citroen
1627 Jenever citroen
1628 Rum
1629 Underberg
1630 Vieux
1631 Whisky
2065 Whisky verdund
1632 Wodka
1670 Kirsch

14 05 Anijsdranken

1633 Anijsdranken, niet gespecificeerd
2066 Anijsdranken verdund, niet gespecificeerd
1634 Ouzo
2067 Ouzo verdund
1635 Pastis

2068 Pastis verdund
1636 Pernod
2069 Pernod verdund
1640 Anisette

14 06 Likeuren

2504 Likoret <15%
2502 Koffiekaatje
2329 Passoa
2323 Benedictine likeur
2247 Bitter kruiden-
2244 Jenever bessen-
1637 Likeur, niet gespecificeerd
1638 Amaretto
1642 Apfelkorn
1643 Apricot Brandy
1645 Baileys
1646 Bitterkoekjeslikeur
1647 Curacao Blue
1648 Cafe Oriental
1649 Chartreuse
1650 Cherry Brandy
1652 Cointreau
1653 Congo
1654 Creme de Menthe
1655 Creme de Cacao (Boetz)
1657 Creme de Cacao (Kuyper)
1658 Creme de Bananes
1659 Creme de Cafe
1660 Creme de Cassis
1663 Drambuie
1664 Dry orange curacao
1665 Advocaat
1666 Frangelino
1667 Grand Marnier
1668 Irish Mist
1669 Kibowi
1671 Kontiki
1672 Limon likeur
1673 Mandarine Napoleon
1674 Mandarine likeur
1675 Marasquin
1677 Melon likeur
1678 Parfait Amour
1679 Perziken likeur
1680 Peach brandy
1681 Peachtree
1682 Pimpeltjens
1683 Pimpeltjens opaal
1684 Pisang Ambon
1685 Pruimenlikeur
1686 Safari
1687 Sambucca
1688 Tia Maria
1689 Tisbanana
1690 Tiskiwi
1691 Triple sec

1692 Triple

14 07 Cocktails, mixdranken

2556 Wodka rood
 2555 Drop shot
 2554 Flügel energy drink met wodka
 2533 Breezer
 1694 Punch, niet gespecificeerd
 1695 Cocktail, niet gespecificeerd
 1696 Wijndranken Twister
 1697 Honingdrank alcoholisch
 1698 Kico cooler
 1699 Kir royale
 1700 Pina colada

15 SAUZEN, KRUIDEN EN SPECERIJEN**15 01 Sauzen****15 01 00 Niet geclassificeerd**

2543 Saus cocktail koud kant en klaar div. smaken
 2529 Tapenade overige soorten
 2528 Tapenade van olijven
 2508 Saus Chicken Tonight hawaii
 2493 Jus ongebonden ontvet
 2492 Jus gebonden ontvet
 2487 Saus aardappel anders kruiden/knoflook
 2486 Saus aardappel anders bacon/ui
 2475 Saus worcester
 2440 Jus 75% vet gebonden
 2439 Jus 50% vet gebonden
 2438 Jus 25% vet gebonden
 2409 Saus babi-pangang warm
 2368 Saus pesto groen warm
 2353 Saus schaschlik
 2330 Saus groente melk/maizenabasis
 2271 Jus 75 % vet ongebonden
 2270 Jus 50 % vet ongebonden
 2269 Jus 25 % vet ongebonden
 2248 Saus oester
 1702 Saus, niet gespecificeerd
 1752 Saus frikadel koud
 1753 Saus piccalilly
 1754 Saus warm, niet gespecificeerd
 1755 Saus roux, niet gespecificeerd
 1756 Saus kaas warm
 1757 Saus room warm
 1758 Saus kerrie warm
 1759 Saus ham-kaas warm
 1760 Saus kruiden warm
 1761 Saus champignons warm
 1762 Saus peperroom warm
 1763 Saus peper warm
 1764 Saus jacht warm
 1765 Saus hawaii warm
 1766 Saus stroganoff warm
 1767 Saus paprikaroom warm

1768 Saus groente warm
 1769 Saus witte wijn warm
 1770 Saus rode wijn warm
 1771 Saus bouillon warm
 1772 Saus gember warm
 1773 Saus paprika warm
 1774 Saus ragout warm
 1775 Saus ui warm
 1776 Saus spek warm
 1777 Saus bechamel warm
 1778 Saus veloute warm
 1779 Jus, niet gespecificeerd
 1780 Jus niet gebonden vet% onbekend
 1781 Jus gebonden vet% onbekend
 1805 Saus boter warm
 1806 Saus sate
 1807 Saus bearnaise
 1808 Saus hollandaise
 2168 Saus knoflook basis frites-/slasaus
 1875 Ketjap, niet gespecificeerd
 1876 Ketjap zout
 1877 Ketjap zoet
 327 Chutney, niet gespecificeerd
 333 Chutney, appel

15 01 01 Tomatensauzen

2544 Saus wrap
 2445 Saus barbecue koud
 2336 Saus Thaise warm
 2333 Ketchup, Salsa
 1703 Saus tomaten warm, niet gespecificeerd
 1704 Saus italiaanse warm
 1705 Saus pizza
 1706 Ketchup curry
 1707 Ketchup tomaten
 1708 Tomatenrelish
 1709 Ketchup hot
 2169 Saus vietnamese

15 01 02 Dressing

2581 Dressing honing mosterd
 2428 Dressing thousand islands
 2334 Sladressing Yofresh
 1710 Slasaus, niet gespecificeerd
 1711 Olie-azijn dressing, niet gespecificeerd
 1712 Slasaus 50% olie
 1713 Slasaus 25% olie
 1714 Slasaus 10% olie light
 1715 Slafris
 2170 Fritessaus, niet gespecificeerd
 1716 Fritessaus 25% olie
 1717 Fritessaus 35% olie
 1721 Saus kwark koud basis frites-/slasaus
 1722 Saus yoghurt koud basis frites-/slasaus
 1723 Saus room basis frites-/slasaus
 1724 Vinaigrette

15 01 03 Mayonaise e.d.

2355 Saus yoghonaise
2352 Sandwichspread kip
1725 Mayonaise, niet gespecificeerd
1726 Saus mayonaisebasis, niet gespecificeerd
1727 Mayonaise normaal
1728 Mayonaise light
1729 Saus puszta op basis mayonaise
1730 Saus barbecue op basis mayonaise
1731 Saus cocktail op basis mayonaise
1732 Saus curry op basis mayonaise
1733 Saus knoflook op basis mayonaise
1734 Saus gember op basis mayonaise
1735 Saus mosterd op basis mayonaise
1736 Saus zalm op basis mayonaise
1737 Saus tonijn op basis mayonaise
1738 Saus pate op basis mayonaise
1739 Saus ham op basis mayonaise
1740 Saus monchou op basis mayonaise
1741 Saus blauwe kaas op basis mayonaise
1742 Saus kaas op basis mayonaise
1743 Saus remoulade op basis mayonaise
1744 Saus rettich op basis mayonaise
1745 Saus horse radish op basis mayonaise
1746 Saus paprika op basis mayonaise
1747 Saus tomaat op basis mayonaise
1718 Saus boheemse koud
1719 Saus kwark op basis mayonaise
1720 Saus room op basis mayonaise
341 Sandwichspread, niet gespecificeerd
342 Sandwichspread naturel
345 Sandwichspread kerrie-ananas
350 Sandwichspread pikante groente
352 Sandwichspread komkommer
365 Sandwichspread vis

15 01 04 Dessertsauzen

1748 Dessertsaus, niet gespecificeerd
1749 Dessertsaus chocolade
1750 Dessertsaus zonder fruit en chocola
1751 Dessertsaus met fruit

15 02 Gist

1809 Gist, niet gespecificeerd
1810 Gist vers
1811 Gist gedroogd
1812 Gist extract

15 03 Kruiden en specerijen

2328 Bieslook
2250 Peterselie, gedroogd
2249 Peterselie

15 04 Smaakmakers

2580 Mierikswortel
2418 Zoetzuur vocht van augurk/paprika
2369 Trassi

2251 Sambal
1813 Mosterd
1814 Gelatine
1815 Zout
1816 Peper
1817 Azijn
2093 Bouillonblokjes

16 SOEPEN, BOUILLON**16 01 Soepen**

2364 Soep helder met vis
2363 Soep gebonden met vis
2261 Soep turkse yoghurtsoep
2260 Soep pompoen
2252 Soep pinda-
1819 Soep, niet gespecificeerd
1820 Soep gebonden met groenten
1821 Soep gebonden met vlees
1822 Soep gebonden met vlees en groenten
1823 Soep helder met groenten
1824 Soep helder met vermicelli
1825 Soep helder met vermicelli groenten
1826 Soep helder met vlees
1827 Soep helder met vlees en groenten
1828 Soep helder met vlees en vermicelli
1829 Soep helder vlees vermicel groenten
1830 Soep met peulvruchten en vlees
1831 Soep met peulvruchten zonder vlees

16 02 Bouillon

1832 Bouillon, niet gespecificeerd
1833 Bouillon groente
1834 Bouillon vlees
1835 Bouillon kippe
2171 Bouillon vis

17 DIVERSEN**17 00 Niet geclassificeerd**

2579 Boemboes kruidenpasta
2534 Quorn filet/burger
2447 Amandelspijs met ei
2405 Quorn stukjes naturel

17 01 Sojaproducten

2500 Koek soja
2468 Vegetarische balletjes
2465 Sojamelk Ca verrijkt met appelsap
2463 Smeerworst vegetarisch
2456 Knakworst vegetarisch
2335 Worst boterham vegetarisch
107 Tauge
138 Bonen soja
266 Sojadrink
465 Meel soja
542 Brood soja

1882 Mix kroka	1838 Bamibal
1883 Mix vegetarische	1841 Nasibal
1884 Miso	1844 Shoarmarol
1885 Sojamelk, niet gespecificeerd	1845 Smulrol
1886 Sojamelk gewoon	1847 Sitostick
1887 Sojamelk Nutrisoja plus	1839 Bitterbal
1888 Sojamelk Ca verrijkt	1840 Krokot
1890 Sojadessert	1842 Saucijzebroodje
1891 Tempeh	1843 Loempia
1892 Tahoe	1846 Worstebroodje
1893 Tartex	1862 Kaashapje
1894 Burger vegetarische ham-	1865 Croissant met ham en kaas
1895 Schnitzel vegetarische	2115 Croissant met kaas
1896 Kebab vegetarische	

17 02 Dieetproducten

17 02 00 Niet geclassificeerd

2590 Maaltijdvervanger BIAmed
2586 Maaltijdvervanger, maaltijdreep
2583 Maaltijdvervanger, drinkmaaltijd
2557 Maaltijdvervanger Noodles diverse soorten
2478 Fortimel
2461 Maaltijdvervanger soep
2460 Maaltijdvervanger, milkshake
2459 Maaltijdvervanger, pudding
2458 Maaltijdvervanger, muesli
2343 Maaltijdvervanger
2262 Minikuur, Weight care maaltijdvervanger
2255 Protifar
2254 Herba life poeder

17 02 01 Kunstmatige zoetstoffen

2027 Zoetstof, niet gespecificeerd
2031 Zoetstof aspartaam
2037 Zoetstof saccharine
2043 Zoetstof aspartaam acesulfaam
2045 Zoetstof saccharine cyclamaat
2047 Zoetstof sorbitol en Na-sacch
2172 Slimmetje

17 03 Snacks

2578 Krokot kaas
2553 Viandel Mora
2462 Pizza toast
2424 Broodje ragout- bladerdeegbasis
2217 Knackebrot sandwich kaas (Wasa)
2342 Krokot Indische
2332 Krokot goulash-
2322 Bladerdeegbroodje met groentevulling
2276 Broodje kaas- broodbasis
2275 Broodje kaas- bladerdeegbasis
2257 Kaassouffle
2256 Kipcorn
1836 Snacks, niet gespecificeerd
1837 Gefrituurde snacks en vleessnacks, niet gespecificeerd

Bijlage 3. Gemiddelde consumptie van de afzonderlijke producten (g/d) door de gebruikers en door alle personen (n=750)

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers g/d	gemiddelde incl. 0-gebruikers g/d
AARDAPPELEN EN ANDERE KNOLGEWASSEN				
Aardappelen				
982	Aardappelen gekookt	454	118,0	71,4
5337	Aardappelkroketten dpv bereid excl vet	13	50,4	0,9
121	Aardappelpuree bereid	18	108,1	2,6
5405	Aardappelpuree melk halfvol+vet 2077	1	70,5	0,1
5411	Aardappelpuree melk halfvol+olijfolie	1	110,5	0,1
5404	Aardappelpuree melk mager+vet 2060	1	110,5	0,1
5408	Aardappelpuree melk halfvol+boter	2	90,5	0,2
5407	Aardappelpuree melk halfvol+braderije	1	70,5	0,1
5403	Aardappelpuree melk halfvol+vet 2067	1	155,5	0,2
5409	Aardappelpuree melk halfvol+vet 2067	1	35,5	0,0
5406	Aardappelpuree melk vol+boter	1	110,5	0,1
5410	Aardappelpuree melk vol+vet 2059	1	110,5	0,1
1150	Aardappelschijfjes diepvries onbereid	24	78,4	2,5
1456	Frites voorgebakken	200	64,8	17,3
886	Frites oven- bereid	3	64,7	0,3
1679	Frites oven- diepvries bereid	6	80,5	0,6
5401	Instantpuree bereid + melk halfvol	3	75,3	0,3
5400	Instantpuree bereid+melk halfvol+water	4	108,0	0,6
5412	Instantpuree bereid+melk halfvol+water+boter	1	155,5	0,2
5413	Instantpuree bereid+melk mager+vet	1	110,5	0,1
5402	Instantpuree bereid+water	9	83,1	1,0
948	Rösti bereid z vet	6	70,3	0,6
GROENTEN				
Bladgroenten (excl. koolsoorten)				
1136	Andijvie diepvries	1	38,8	0,1
8	Andijvie gekookt z zout	18	62,7	1,5
7	Andijvie rauw	22	49,1	1,4
46	Sla rauw	117	19,9	3,1
1399	Sla ijsberg-	64	23,0	2,0
65	Sla veld- rauw	5	29,5	0,2
146	Spinazie diepvries	40	61,2	3,3
52	Spinazie gekookt z zout	8	34,8	0,4
126	Sterkers rauw	2	4,3	0,0
68	Witlof gekookt z zout	33	64,3	2,8
67	Witlof rauw	4	49,2	0,3
Vruchtgroenten				
1021	Artisjok rauw	5	8,8	0,1
11	Aubergine gekookt z zout	6	34,4	0,3
131	Augurken tafelzuur glas	114	9,6	1,5
1160	Augurken zoetzuur z suiker glas	2	31,0	0,1
689	Avocado	1	27,0	0,0
665	Banaan bak- plantain rijp rauw	6	31,2	0,2
138	Bonen snij- blik/glas	2	19,5	0,1
1143	Bonen snij- diepvries	1	49,5	0,1
961	Bonen snij- gekookt z zout	11	46,4	0,7
139	Bonen sperzie- blik/glas	24	52,8	1,7
954	Bonen sperzie- diepvries gekookt	8	36,4	0,4
951	Bonen sperzie- gekookt z zout	76	28,0	2,8
966	Courgette gekookt z zout	16	29,8	0,6

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
28	Komkommer gekookt z zout	3	32,2	0,1
27	Komkommer rauw	146	26,4	5,1
1161	Komkommerschijven zoetzuur glas	1	45,0	0,1
1811	Kousenband gekookt z zout	3	21,7	0,1
1232	Lombok	1	0,4	0,0
32	Paprika groene gekookt z zout	16	12,7	0,3
31	Paprika groene rauw	11	11,1	0,2
5418	Paprika ns bereid	66	9,1	0,8
5417	Paprika ns rauw	11	7,8	0,1
885	Paprika rode gekookt	58	10,8	0,8
884	Paprika rode rauw	20	13,7	0,4
851	Paprika zoetzuur glas	2	13,1	0,0
964	Peultjes gekookt z zout	11	24,1	0,4
682	Pompoen rijp	2	35,4	0,1
141	Puree tomaten- geconcentreerd blik	101	15,3	2,1
61	Tomaat gekookt z zout	89	24,8	2,9
60	Tomaat rauw	156	32,3	6,7
	Knolgroenten			
958	Bieten gekookt z zout	10	41,1	0,5
1454	Bieten rode zoetzuur glas	3	58,8	0,2
29	Koolraap gekookt z zout	1	115,0	0,2
124	Radijs rauw	5	2,5	0,0
26	Selderij knol- gekookt z zout	73	3,8	0,4
558	Selderij knol- rauw	1	50,5	0,1
5420	wortel onbekend	2	35,2	0,1
143	Wortelen blik/glas	19	49,2	1,2
72	Wortelen gekookt z zout	55	54,0	4,0
71	Wortelen rauw	47	12,8	0,8
	Koolsoorten			
920	Broccoli gekookt z zout	44	68,5	4,0
921	Broccoli rauw	1	38,0	0,1
15	Kool bloem- gekookt z zout	62	77,5	6,4
14	Kool bloem- rauw	1	19,2	0,0
952	Kool boeren- diepvries gekookt	3	36,4	0,1
16	Kool boeren- gekookt z zout	44	61,2	3,6
22	Kool Chinese gekookt z zout	6	60,9	0,5
21	Kool Chinese rauw	1	25,7	0,0
145	Kool rode blik/glas	6	67,7	0,5
42	Kool rode gekookt z zout	17	49,3	1,1
41	Kool rode rauw	2	8,1	0,0
650	Kool rode met appeltjes diepvries	3	49,0	0,2
44	Kool savooie- gekookt z zout	1	6,3	0,0
43	Kool savooie- rauw	3	15,2	0,1
54	Kool spits- gekookt z zout	38	11,0	0,6
53	Kool spits- rauw	3	17,0	0,1
70	Kool witte gekookt z zout	4	35,1	0,2
69	Kool witte rauw	15	11,6	0,2
74	Kool zuur- gekookt z zout	29	57,6	2,2
73	Kool zuur- rauw	1	103,0	0,1
1147	Spruitjes diepvries	3	72,5	0,3
55	Spruitjes gekookt z zout	35	85,9	4,0
	Paddestoelen			
18	Cantharellen gekookt z zout	4	9,0	0,0
133	Champignons blik/glas	6	27,2	0,2
20	Champignons gekookt z zout	101	13,1	1,8
19	Champignons rauw	2	11,2	0,0
	Erwten, mais, tuinbonen			
142	Bonen tuin- blik/glas	1	11,0	0,0

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
953	Doperwten diepvries gekookt	13	30,7	0,5
963	Doperwten gekookt z zout	1	45,5	0,1
134	Doperwten middelfijn blik/glas	30	41,5	1,7
57	Mais suiker- gekookt z zout	24	18,3	0,6
	Uien, knoflook			
830	Knoflook	69	0,5	0,0
64	Ui gekookt z zout	286	20,2	7,7
63	Ui rauw	133	10,1	1,8
144	Uien zilver- zoetzuur glas	49	4,9	0,3
1484	Uitjes gefrituurd zak	3	5,8	0,0
	Stengel- en spruitgroenten			
130	Asperges blik/glas	4	19,8	0,1
957	Asperges gekookt z zout	2	31,5	0,1
1187	Bamboespruiten blik/glas	6	10,1	0,1
37	Prei gekookt z zout	99	17,0	2,2
562	Prei rauw	7	10,2	0,1
13	Selderij bleek- gekookt z zout	6	26,8	0,2
58	Alfalfa	1	3,2	0,0
	Gemengde salades/groenten			
5415	Bamipakket	3	27,4	0,1
136	Doperwten met wortelen blik/glas	25	14,5	0,5
1144	Groente soep- diepvries	41	32,8	1,8
850	Groente zoetzuur atjar tjampoer glas	5	16,5	0,1
1141	Groentemix Mexico diepvries	4	28,0	0,1
1142	Groentemix poesta diepvries	14	38,1	0,7
1904	Groenten gekookt gemiddeld	61	48,1	3,9
1905	Groenten rauw gemiddeld	7	38,8	0,4
1501	Kruidenmix met groente zakje	67	11,2	1,0
127	Rauwkost gemiddeld	6	43,0	0,3
5419	Slamelange	23	24,5	0,8
	PEULVRUCHTEN			
660	Bonen bruine blik/glas	23	67,1	2,1
197	Bonen witte in tomatensaus blik/glas	6	73,3	0,6
968	Bonen witte/bruine gekookt	1	81,3	0,1
972	Erwten groene gekookt z zout	1	137,4	0,2
1095	Erwten kikker- gekookt	3	10,6	0,0
196	Kapucijners blik/glas	3	83,0	0,3
969	Kapucijners gekookt	1	82,6	0,1
	VRUCHTEN			
	Fruit			
148	Aardbeien	7	21,0	0,2
176	Abrikozen op siroop blik/glas	1	13,4	0,0
150	Ananas	7	17,2	0,2
177	Ananas op siroop blik/glas	38	26,9	1,4
875	Appel m schil	162	95,6	20,7
147	Appel z schil	181	40,5	9,8
179	Appelmoes blik/glas	51	64,2	4,4
151	Banaan	149	83,5	16,6
5421	banaan gefrituurd (excl vet)	1	41,0	0,1
158	Citroen	4	2,1	0,0
160	Druiven witte/blauwe m schil	18	48,0	1,2
172	Fruit vers citrus- gemiddeld	1	52,5	0,1
1007	Granaatappel	1	39,0	0,1
162	Grapefruit	7	50,2	0,5
1057	Kaki	1	67,5	0,1
184	Kersen op siroop blik/glas	1	58,4	0,1
1056	Kiwi fruit	36	44,1	2,1

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
1090	Lychee	1	5,5	0,0
165	Mandarijn	213	59,6	16,9
186	Mandarijnen op siroop blik/glas	4	32,9	0,2
692	Mango	5	121,2	0,8
166	Meloen net-	1	162,5	0,2
1106	Meloen suiker-	3	66,7	0,3
168	Peer	41	80,6	4,4
188	Peren op siroop blik/glas	12	80,2	1,3
189	Perziken op siroop blik/glas	5	30,0	0,2
170	Pruimen m schil	1	45,0	0,1
1182	Puree appel- z suiker blik/glas	22	39,5	1,2
538	Rabarbermoes	2	84,9	0,2
33	Rozijnen gedroogd	15	5,5	0,1
171	Sinaasappel	49	118,5	7,7
	Noten, zaden, notenspread			
201	Kastanjes	1	28,2	0,0
202	Kokosnootvlees	2	30,8	0,1
546	Noten borrel-	35	32,7	1,5
199	Noten cashew-	23	21,2	0,6
207	Noten gemengd ongezoeten	10	25,8	0,3
200	Noten hazel-	1	17,5	0,0
2048	Noten pinda's dry roasted	4	22,1	0,1
876	Noten pinda's gezouten	7	32,3	0,3
1896	Noten pistache- gedroogd	3	10,3	0,0
206	Noten wal-	7	6,9	0,1
1461	Pasta sesam- tahin	1	3,5	0,0
455	Pindakaas	123	17,0	2,8
5423	Pinda's met suiker	5	28,0	0,2
5422	Pinda's onbekend	18	17,6	0,4
872	Zonnebloempitten	15	16,3	0,3
	Gemengde vruchten			
1906	Fruit vers incl citrus- gemiddeld	7	88,1	0,8
183	Fruitcocktail op siroop blik/glas	7	32,7	0,3
205	Studentenhaver	3	25,0	0,1
192	Tutti-frutti gedroogd	1	21,1	0,0
1242	Vruchten op eigen sap blik/glas	1	68,2	0,1
	Olijven			
137	Olijven blik/glas	23	10,1	0,3
	MELKPRODUCTEN			
	Melk			
1719	Melk Calcium Plus	3	449,9	1,8
286	Melk halfvolle	460	276,3	169,5
289	Melk karne-	67	257,6	23,0
294	Melk magere	22	169,3	5,0
270	Melk rauwe	3	230,0	0,9
279	Melk volle	40	221,7	11,8
295	Melkpoeder magere	14	1,4	0,0
5311	Vifit calcimel (melk bijzondere)	1	62,5	0,1
	Melkdranken			
5046	Campina melk smaak (banaan of aardbei)	2	151,9	0,4
5424	Chocolademelk automaat	8	86,2	0,9
5425	Chocolademelk halfvolle van instantpoeder	26	103,3	3,6
1951	Melk choc- hv Choq gst	6	216,7	1,7
1464	Melk chocolade- halfvolle	46	160,4	9,8
273	Melk chocolade- magere	3	135,1	0,5
272	Melk chocolade- volle	16	268,6	5,7
479	Melk karne- met vruchten	3	210,0	0,8

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
5341	Milk & fruit light	2	92,1	0,2
862	Milkshake	9	160,4	1,9
5342	Milkshake McDonald	6	170,8	1,4
1294	Weidrank Taksi	6	253,8	2,0
2052	Zuiveldrank Milk&Fruit aardbkers/mango	12	233,4	3,7
	Yoghurt			
5351	Breaker	1	100,0	0,1
5048	Campina fruitzuivel (orange of tropical)	1	250,0	0,3
2035	Drinkontbijt Goede Morgen naturel	2	262,5	0,7
2034	Drinkontbijt Goede Morgen sinaasappel	6	225,1	1,8
5008	Halfvolle vruchtenyoghurt	24	140,5	4,5
5427	Magere vruchtenyoghurt ongezoet	1	72,9	0,1
2037	Melkdrank Biomild drink perzik gst	5	188,4	1,3
5349	Ontbijtfit	2	90,0	0,2
5343	Roomyoghurt met vruchten	7	89,7	0,8
5430	Roomyoghurt met vruchten	3	121,5	0,5
5426	Verwenyoghurt Mona	5	82,0	0,5
5311	Vifit calcimel (yoghurt drink)	1	144,0	0,2
5347	Vifit vitamel drink naturel	2	250,0	0,7
5346	Vifit vitamel drink vruchten	5	243,5	1,6
5308	Vitalinea vruchtenyoghurt	3	125,0	0,5
5348	Vitalinea yoghurtdrink	3	156,8	0,6
1813	Yakult drank	6	54,2	0,4
5344	Yogh Almhof biogarde+ lekker mager vr	1	89,1	0,1
5345	Yogho yogho gst	4	161,4	0,9
5431	Yoghurt griekse	2	73,6	0,2
1502	Yoghurt halfvolle	35	111,2	5,2
5429	Yoghurt hv vanille-vruchten	3	113,4	0,5
1833	Yoghurt mager Optimel m vruchten met zoe	16	186,6	4,0
301	Yoghurt magere	116	116,2	18,0
284	Yoghurt magere m vruchten	50	118,3	7,9
5428	Yoghurt straciatelli	4	88,5	0,5
1721	Yoghurt vanille- halfvolle	33	103,2	4,5
278	Yoghurt volle	34	133,4	6,0
863	Yoghurt volle m vruchten	26	102,2	3,5
657	Yoghurtdrink	50	162,8	10,9
1834	Yoghurtdrink Optimel m vruchtensap m zoe	23	181,8	5,6
1832	Yoghurtdrink Vifit halfvolle m vruchtens	8	131,0	1,4
1831	Yoghurtdrink Vifit halfvolle naturel	1	125,0	0,2
2039	Yoghurtdrink Yokidrink	12	246,7	3,9
2023	Yoghurtdrink Yokidrink geen suiker toege	5	296,5	2,0
5019	Yoghurtdrink zonder suiker	3	124,2	0,5
2036	Yoghurtontbijt Goede Morgen naturel	1	97,2	0,1
	Kwark, verse kaas			
287	Hangop	1	137,5	0,2
654	Kaas hüttenkäse	1	17,9	0,0
5432	Kwark Danino	1	112,5	0,2
305	Kwark magere	6	47,8	0,4
917	Kwark vruchten- halfvolle	35	80,4	3,7
931	Kwark vruchten- magere	4	101,9	0,5
5433	Verwenkwark Mona	2	75,4	0,2
5352	Vifit optimel kwark	1	100,0	0,1
	Kaas			
1723	Kaas 20+	10	22,2	0,3
1727	Kaas 20+ korstloze	2	9,3	0,0
514	Kaas 20+ Leidse/Friese nagel-	2	21,5	0,1
1382	Kaas 30+	38	20,5	1,0
1726	Kaas 40+ Leidse/Friese nagel-	2	28,5	0,1
1809	Kaas 45+	3	8,0	0,0

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
881	Kaas 48+ minder zout	9	27,1	0,3
1724	Kaas 50+	1	22,0	0,0
883	Kaas Amsterdammer 48+	7	17,6	0,2
726	Kaas Bluefort	3	17,7	0,1
593	Kaas Brie 50+	10	12,8	0,2
1487	Kaas Brie 60+	39	25,4	1,3
556	Kaas Camembert 45+	3	30,0	0,1
725	Kaas Cheddar	11	15,4	0,2
511	Kaas Edammer 40+	23	18,8	0,6
724	Kaas Emmentaler	2	26,3	0,1
5434	Kaas fondue Grozette	1	11,0	0,0
1650	Kaas geiten- verse naturel	8	17,0	0,2
1939	Kaas Gorgonzola	1	75,0	0,1
513	Kaas Goudse 48+	533	32,2	22,9
722	Kaas Gruyère	1	65,2	0,1
1725	Kaas Maasdammer 45+	3	60,7	0,2
1955	Kaas Mozzarella	11	29,9	0,4
718	Kaas Parmezaanse	10	6,2	0,1
1108	Kaas Rambol	2	8,8	0,0
1112	Kaas rauwemelkse 48+	12	25,9	0,4
1104	Kaas rook-	5	10,7	0,1
715	Kaas room- 60+	5	20,4	0,1
719	Kaas room- zachte	10	17,2	0,2
728	Kaas room- zachte	20	14,0	0,4
1302	Kaas room- zachte	8	14,8	0,2
804	Kaas schapen-	1	6,5	0,0
1363	Kaas schapen- mager Turks	15	18,7	0,4
517	Kaas smeer- 20+	23	21,3	0,7
1103	Kaas smeer- 30+	5	21,0	0,1
516	Kaas smeer- 40+	6	12,5	0,1
515	Kaas smeer- volvet 48+	31	22,1	0,9
304	Kaas strooi- Zwitserse	2	3,8	0,0
1490	Kaasproduct m plantaardige olie 48+	1	19,5	0,0
5435	Philadelphia spread (met kruiden)	8	11,9	0,1
5436	Smeerkaas Eru slimkuipje	5	17,0	0,1
	Pudding op melk/room/mousse-basis			
5007	Halfvolle vla	25	95,5	3,2
5439	Luchtig toetje- vruchten	1	74,3	0,1
5044	Luchtige pudding, baverois, chipolata	4	52,1	0,3
767	Mousse chocolade- kuip	13	53,8	0,9
1722	Pap griesmeel-	3	197,3	0,8
288	Pap havermout-	3	150,3	0,6
5442	Pap havermout hv ongezoet	1	103,0	0,1
5441	Pap halfvolle melk gezoet	2	235,7	0,6
5440	Pap halfvolle melk ongezoet	3	94,6	0,4
1958	Pap karnemelkse gorte-	1	100,0	0,1
5444	Pap lammetjes volle melk	1	92,7	0,1
298	Pap rijste-	6	126,2	1,0
5443	Pap rijste halfvolle ongezoet	2	86,3	0,2
941	Pudding amandel- m kersensaus	1	75,0	0,1
933	Pudding caramel-	1	50,0	0,1
786	Pudding chipolata-	7	42,9	0,4
532	Pudding chocolade-	1	83,4	0,1
915	Pudding chocolade- m roomsaus	3	82,6	0,3
912	Pudding frambozen- m bessensaus	5	79,3	0,5
938	Pudding griesmeel- m rode bessensap	1	62,5	0,1
736	Pudding vanille-	3	142,8	0,6
940	Pudding vanille- m aardbeiensaus	1	62,5	0,1
5437	Pudding zelf bereid vruchten (Saroma)	2	48,9	0,1
5438	Roompudding- vruchten Mona	1	50,0	0,1
5446	Tiramisu	4	65,9	0,4

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
1008	Toetje met room kuip	5	92,0	0,6
5353	Vifit optimel vla	6	100,2	0,8
276	Vla chocolade- volle	25	93,7	3,1
1957	Vla slagroom-	6	83,9	0,7
477	Vla vanille- magere	8	85,7	0,9
282	Vla vanille- volle	85	100,8	11,4
1720	Vla volle overige smaken	41	116,4	6,4
605	Watergruwel Bessola	1	141,6	0,2
	Room en roomvervangers			
5354	Bleu Band Finesse voor opkloppen	3	32,6	0,1
5449	Blue Band Finesse voor koken	2	7,4	0,0
1808	Crème fraîche	12	19,5	0,3
5448	Crème fraîche minder vet	4	16,1	0,1
5447	Minder vette room, gezoet	2	26,0	0,1
283	Room half-	7	10,0	0,1
293	Room koffie- (room culinair)	1	51,1	0,1
299	Room slag- onbereid	26	6,2	0,2
1916	Room slag- geklopt met suiker	67	14,5	1,3
812	Room zure	8	10,1	0,1
	Koffiemelk en creamers			
554	Creamer koffie-	6	6,4	0,1
274	Creamer koffie- Completa	135	6,2	1,1
1954	Melk koffie- Balance	3	14,3	0,1
285	Melk koffie- halfvolle	151	19,4	3,9
275	Melk koffie- halfvolle m linolz	2	12,5	0,0
292	Melk koffie- magere	1	24,0	0,0
271	Melk koffie- mov verrijkt	13	15,5	0,3
280	Melk koffie- volle	36	12,5	0,6
293	Room koffie-	3	15,2	0,1
	GRANEN EN GRAANPRODUCTEN			
	Meel, vlokken en bindmiddelen			
223	Bindmiddel gemiddeld	5	3,1	0,0
220	Bloem tarwe- patent	55	5,3	0,4
215	Maizena poeder	40	0,9	0,0
226	Meel aardappel-	5	0,4	0,0
1020	Meel bak- zelfrijzend	1	6,6	0,0
530	Meel pannenkoek-	1	22,7	0,0
222	Meel tarwe-	1	37,9	0,1
213	Mout haver- (haverzemelen)	1	15,0	0,0
1458	Seitan	1	31,2	0,0
590	Zemelen tarwe-	1	2,7	0,0
	Deegwaren, rijst en andere granen			
5451	Couscous bereid	3	76,4	0,3
659	Macaroni gekookt z zout	199	91,8	24,4
5450	Macaroni/spaghetti volkoren bereid	5	68,2	0,5
955	Rijst parboiled gekookt z zout	1	56,0	0,1
658	Rijst witte gekookt z zout	154	92,3	19,0
1014	Rijst zilvervlies- gekookt z zout	19	87,4	2,2
646	Spaghetti Bolognaise diepvries	1	100,0	0,1
82	Vermicelli onbereid	2	18,0	0,0
	Brood, knäckebröd, beschuit			
227	Beschuit	70	8,5	0,8
5460	Beschuit meergranen	2	17,5	0,0
655	Beschuit volkoren	24	12,0	0,4
5461	Brood bruin met vruchten en noten	2	35,0	0,1
5462	Brood bruin, zonnebloempitten	42	74,9	4,2
5455	Brood casino wit	7	30,7	0,3

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
565	Brood geroosterd toast (crackers)	1	10,0	0,0
5456	Brood krente met spijs	7	36,1	0,3
233	Brood krenten-	49	39,4	2,6
5453	Brood lijnzaad	5	42,0	0,3
249	Brood mout-	9	79,7	1,0
5457	Brood muesli	4	30,5	0,2
5458	Brood noten	1	120,0	0,2
5452	Brood onbekend	4	39,7	0,2
1395	Brood rogge-	2	26,3	0,1
242	Brood rogge- donker	7	35,4	0,3
243	Brood rogge- licht	2	35,0	0,1
244	Brood rozijnen-	1	35,0	0,0
5454	Brood sovitale	62	74,1	6,1
5459	Brood suiker	3	19,2	0,1
236	Brood tarwe-	438	97,7	57,0
1017	Brood tarwerogge volkoren	7	76,8	0,7
246	Brood volkoren-	172	90,1	20,7
5464	Brood volkoren, zonnebloempitten	57	69,3	5,3
241	Brood wit- melk	81	66,2	7,1
1361	Brood wit- Turks	10	98,9	1,3
248	Brood wit- water	299	60,0	23,9
5465	brood wit, zonnebloempitten	8	44,7	0,5
230	Broodje luxe- witte	223	52,3	15,5
228	Cracker cream-	23	16,1	0,5
5467	cracker maaltijd tarwe/sesam	1	6,0	0,0
238	Cracker tea- matses	3	19,2	0,1
1322	Cracker volkoren Cracottes	14	16,9	0,3
229	Knäckebröd gemiddeld	14	11,6	0,2
596	Knäckebröd goudbruin	3	6,7	0,0
976	Knäckebröd lichtgewicht	3	5,8	0,0
975	Knäckebröd sesam	27	19,0	0,7
1779	Knäckebröd volkoren	10	8,5	0,1
1013	Paneermeel	18	4,6	0,1
1534	Pizza met crossabodem diepvries	6	67,7	0,5
5463	Stokbrood kaas-uien	4	92,4	0,5
1312	Toast naturel Cracottes	12	29,2	0,5
5466	Tortilla	10	35,7	0,5
1481	Wafel rijst-	16	14,6	0,3
	Ontbijtgranen			
5037	Albona 7-granen Energie ontbijt	2	15,0	0,0
5057	Brinta	19	20,1	0,5
2051	Drinkontbijt Wake Up Brinta	2	24,0	0,1
213	Mout haver-	2	20,0	0,1
887	Muesli m suiker	66	28,1	2,5
656	Muesli z suiker	8	31,3	0,3
2008	Muesli boeren-	2	17,5	0,0
224	Ontbijtproduct Bambix groei-ontbijt 7 mn	1	22,7	0,0
1338	Ontbijtproduct Bambix volkoren 12 mnd	1	16,2	0,0
2000	Ontbijtproduct Choco Cornflakes	2	35,0	0,1
2081	Ontbijtproduct cornflakes	11	26,4	0,4
1999	Ontbijtproduct Frosties	3	36,7	0,1
2007	Ontbijtproduct Honey Loops	1	10,0	0,0
2001	Ontbijtproduct Honey Nut Cornflakes	1	10,0	0,0
653	Ontbijtproduct Rice Krispies	1	8,4	0,0
2006	Ontbijtproduct Smacks	3	18,9	0,1
1355	Ontbijtproduct volkoren Nutrigran	1	32,4	0,0
5468	Weetabix	1	30,0	0,0
	Zoutjes, toast			
264	Biscuit zoute	14	22,7	0,4
565	Brood geroosterd toast (toast)	41	11,2	0,6

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
5469	Chipito's	7	22,1	0,2
122	Chips	213	26,7	7,6
1505	Chips light	4	32,5	0,2
1937	Chips tortilla naturel	16	25,2	0,5
1322	Cracker volkoren Cracottes (toast volkoren)	2	10,0	0,0
620	Frites sticks	3	13,3	0,1
1943	Japanse mix	7	12,1	0,1
5470	Japanse mix met pinda's	5	12,0	0,1
1699	Koekje kaas- gemiddeld	8	22,0	0,2
265	Korstgebak zout (croustons)	12	4,4	0,1
269	Kroepoek bereid	39	14,2	0,7
618	Nibbits	13	19,0	0,3
630	Popcorn gepoft	10	40,8	0,5
617	Ringlings	1	10,0	0,0
5028	Soepstengels	2	3,0	0,0
267	Stokjes zoute	9	19,9	0,2
619	Wokkels	5	22,0	0,1
	Deeg			
1914	Brooddeeg (bodem voor pizza/hartige taar	54	69,1	5,0
265	Korstgebak zout	12	22,4	0,4
	VLEES EN VLEESPRODUCTEN * gewicht is bereid gewicht			
	Vers vlees			
643	Casselerrib gerookt/gekookt (varkensvlees gerookt)	1	87,5	0,1
5660	Gehakt h.o.h. (0318)	2	42,5	0,1
1434	Gehakt hoh rauw*	138	44,1	8,1
1444	Gehakt lams-/schapen- rauw*	2	31,7	0,1
5647	Gehakt ns	21	52,9	1,5
1405	Gehakt runder- rauw*	74	43,3	4,3
1421	Gehakt varkens- rauw*	2	8,4	0,0
1438	Kalfsfricandeau rauw*	1	66,0	0,1
1673	Kalfsvlees <5 g vet rauw*	2	65,8	0,2
1445	Lamskarbonade rauw*	4	39,4	0,2
1675	Lamsvlees > 10 g vet rauw*	27	68,7	2,5
95	Paardenvlees rauw*	2	12,7	0,0
5646	Rund ns	13	42,1	0,7
5649	Rund vink	3	49,0	0,2
1404	Runder bak- en braadlappen rauw*	14	77,7	1,5
1413	Runder doorregen lappen rauw*	6	65,0	0,5
1400	Runderbiefstuk rauw*	30	70,4	2,8
1401	Runderbiefstuk van de haas rauw*	5	71,4	0,5
1406	Runderklapstuk rauw*	1	16,8	0,0
1408	Runderpoelet rauw*	7	33,9	0,3
1412	Runderriblappen rauw*	3	31,6	0,1
1410	Runderrosbief rauw*	3	34,7	0,1
1414	Rundersukadelappen rauw*	5	72,5	0,5
1415	Rundertartaar rauw*	8	45,5	0,5
1663	Rundvlees <5 g vet rauw* gemiddeld	2	52,3	0,1
1664	Rundvlees >5 g vet rauw* gemiddeld	2	66,0	0,2
5648	Rundvlees om te stoven ns	20	27,2	0,7
1418	Varkensfiletlappen rauw*	14	55,0	1,0
1419	Varkensfricandeau rauw*	5	81,2	0,5
1422	Varkenshaas rauw*	17	84,2	1,9
1424	Varkenshaaskarbonade rauw*	3	98,3	0,4
1420	Varkenshamlappen rauw*	14	45,0	0,8
1427	Varkenskrabbetjes rauw*	8	53,8	0,6
1428	Varkensnasivlees rauw*	11	52,1	0,8
1429	Varkensoester rauw*	2	114,5	0,3
1788	Varkensribkarbonade rauw*	7	113,9	1,1
5650	Varkensschnitzel	3	89,5	0,4
5651	varkensschnitzel omhuld met beslag	1	66,0	0,1

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
1790	Varkensschnitzel ongepaneerd rauw*	5	58,0	0,4
1425	Varkensschouder-/halskarbonade rauw*	64	55,6	4,7
1430	Varkensschouderlappen rauw*	4	52,6	0,3
1667	Varkensvlees <5 g vet rauw* gemiddeld	31	34,3	1,4
1668	Varkensvlees 5-14 g vet rauw* gemiddeld	85	24,0	2,7
1437	Vink blinde kalfs- rauw*	3	55,1	0,2
1431	Vink sla- rauw*	16	41,2	0,9
1677	Vlees >5 g vet excl lever rauw* gemiddeld	7	94,1	0,9
	Gevogelte			
106	Eend rauw*	2	44,4	0,1
330	Kalkoen rauw*	1	15,0	0,0
5474	Kalkoenschnitzel gepaneerd	2	72,0	0,2
5472	Kip filet/schnitzel gepaneerd	4	48,8	0,3
108	Kip m vel rauw*	45	73,1	4,4
5471	Kip vleugel omhuld met beslag	1	170,7	0,2
1305	Kip z vel rauw*	52	22,2	1,5
1634	Kipfilet rauw*	132	47,8	8,4
5473	Kipfilet omhuld met beslag	6	47,7	0,4
1642	Kiprollade rauw*	2	59,3	0,2
	Wild			
339	Ree wild rauw*	2	77,2	0,2
	Vleesproducten			
641	Bacon	9	4,8	0,1
5478	Balkenbrij	1	22,5	0,0
643	Casselerrib gerookt/gekookt	3	13,3	0,1
5475	Cordon bleu	9	59,5	0,7
5661	Cordon bleu van kip	4	62,9	0,3
319	Cornedbeef	6	12,5	0,1
810	Filet américain	73	27,7	2,7
5357	Frikandel bereid, exclusief bereidingsve	82	51,6	5,6
5480	Gehakt cordon bleu	6	60,3	0,5
1155	Gehakt gebraden	49	19,2	1,3
1434	Gehakt hoh rauw* (Gehakt fantasie)	3	72,0	0,3
1405	Gehakt runder- rauw* (braadworst)	11	62,0	0,9
1568	Gehaktbal hoh bereid	40	59,9	3,2
784	Ham achter-	101	16,0	2,2
1776	Ham achter- gegrild	19	12,7	0,3
1777	Ham been-	25	19,5	0,6
328	Ham rauwe	27	19,6	0,7
785	Ham schouder-	178	19,2	4,5
1435	Hamburger rauw*	75	35,7	3,6
1438	Kalfsfricandeau rauw* (schnitzel)	1	66,0	0,1
1306	Kip soep- met vel rauw*	1	30,0	0,0
1643	Kipnuggets bereid in oven	15	26,9	0,5
1641	Kiprollade bereid	45	16,2	1,0
5481	Kipschnitzel	22	54,0	1,6
1771	Leverkaas/Berliner	17	19,8	0,4
336	Luncheon meat blik	3	46,4	0,2
5355	Magere rookworst	14	55,4	1,0
335	Pastei lever-	23	18,3	0,6
642	Paté	27	19,7	0,7
5477	Paté minder vet	3	31,7	0,1
338	Pekelvlees	1	7,5	0,0
1544	Runderrollade bereid	2	11,3	0,0
340	Runderrookvlees	23	6,4	0,2
5356	Runderrookworst	9	66,1	0,8
1545	Runderrosbief bereid	16	12,5	0,3
5476	Schnitzel vark-, kaas gepaneerd	2	52,5	0,1
639	Spek ontbijt-	61	11,1	0,9

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
1775	Spek ontbijt- gegrild	16	9,0	0,2
343	Spek vers vet rauw*	3	31,1	0,1
1432	Speklap z zwoerd rauw*	70	25,9	2,4
1367	Suçuk droge worst Turks	1	15,0	0,0
1417	Varkensbraadworst rauw*	32	59,7	2,5
1772	Varkensfricandeau gebraden	10	12,8	0,2
1558	Varkenshaaskarbonade bereid	9	19,2	0,2
334	Varkenslever gekookt	3	20,0	0,1
5650	Varkensschnitzel gepaneerd	28	76,0	2,8
1790	Varkensschnitzel ongedefinieerd rauw*	7	58,2	0,5
568	Worst bloed-	1	32,0	0,0
567	Worst boterham-	111	10,3	1,5
638	Worst cervelaat-	97	20,3	2,6
1909	Worst excl leverproducten gemiddeld	1	11,0	0,0
1162	Worst gekookte	48	31,3	2,0
566	Worst knak- blik	29	28,5	1,1
640	Worst lever-	51	24,2	1,6
1238	Worst lever- hausmacher	1	15,0	0,0
783	Worst paling-	13	20,7	0,4
324	Worst rook- gekookt	57	56,6	4,3
1152	Worst salami	64	17,9	1,5
1239	Worst smeerlever-	33	17,4	0,8
782	Worst thee-	2	25,0	0,1
1774	Worst tongen-	2	22,5	0,1
1773	Zult zure	5	10,4	0,1
	Orgaanvlees			
475	Kippenlever rauw*	1	42,4	0,1
94	Nier rauw*	1	34,2	0,0
1407	Runderlever rauw*	1	65,7	0,1
1426	Varkenslever rauw*	2	16,9	0,0
	VIS, SCHAAL- EN SCHELPIEDIEREN * gewicht is bereid gewicht			
	Vis			
1605	Bokking gestoomd	1	7,5	0,0
1611	Forel bereid in magnetron z toev	4	64,5	0,3
350	Haring gezouten	5	41,6	0,3
819	Kabeljauw gekookt	12	41,0	0,7
5482	Kabeljauw (pate frire)	2	71,8	0,2
919	Koolvis gekookt	5	69,1	0,5
604	Makreel gestoomd	1	27,0	0,0
1609	Makreel in olie blik	1	48,5	0,1
1586	Makreelfilet gerookt	2	27,8	0,1
603	Paling gerookt	1	22,5	0,0
1624	Paling bereid in magnetron z toev	1	30,0	0,0
355	Sardines blik	1	20,6	0,0
918	Schol gekookt	1	36,0	0,0
1589	Tonijn in olie blik	17	22,6	0,5
1590	Tonijn naturel in water blik	3	22,2	0,1
115	Vis matig vet >2-10 g vet rauw	1	20,0	0,0
602	Zalm blik	14	24,1	0,5
1096	Zalm gerookt	18	17,5	0,4
1587	Zalm rauw*	1	17,5	0,0
1610	Zalm bereid in magnetron z toev	10	30,1	0,4
	Schaal- en schelpdieren			
348	Garnalen gepeld	27	21,2	0,8
1631	Garnalen naturel blik	1	37,5	0,1
5483	garnalen omhuld met beslag	1	22,5	0,0
1632	Inktvis pijl- bereid in magnetron z toev	3	4,7	0,0
351	Krab	11	6,4	0,1
111	Mosselen gekookt	8	16,3	0,2

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
5484	Mosselen omhuld met beslag	1	30,4	0,0
	Visproducten, vissticks			
5482	Lekkerbekje (paté frire)	5	88,8	0,6
818	Lekkerbekje gefrituurd	8	100,0	1,1
5662	Paté/mousse van zalm gerookt	2	12,5	0,0
815	Vissticks onbereid	13	53,9	0,9
	EIEREN			
84	Ei kippen- gekookt	272	28,8	10,4
83	Ei kippen- rauw	7	8,2	0,1
86	Eidooier kippen- gekookt	3	9,2	0,0
358	Eiwit kippenei rauw	8	3,2	0,0
	VETTEN			
	Vetten niet specifiek			
2066	Bak- en braadvet vlb 97% vet <17g v (ongedef)	26	2,5	0,1
310	Boter (ongedefinieerd)	12	8,0	0,1
2069	Frituurvet vast >17 g verz vetz <10 g trans	11	5,6	0,1
2070	Frituurvet vast >17 g verz vetz >10 g trans (ongedef)	35	6,1	0,3
2068	Frituurvet vloeibaar <17 g verzadigde (ongedef)	15	7,4	0,1
2063	Margarine 80% vet >24 g verzadigde vetz (ongedef)	3	0,8	0,0
313	Olie soja- (ongedefinieerd)	2	2,9	0,0
	Plantaardige oliën			
308	Olie arachide-	6	4,5	0,0
606	Olie Becel-	2	4,5	0,0
312	Olie mais-	1	1,7	0,0
601	Olie olijf-	143	5,2	1,0
313	Olie soja- (roerbak RM)	138	5,5	1,0
317	Olie zonnebloem-	47	5,1	0,3
	Boter			
879	Boter gezouten	52	8,6	0,6
310	Boter ongezouten	130	8,4	1,4
1530	Boter (ongedefinieerd)	7	14,1	0,1
	Margarines, halvarines			
2073	Bak- en braadvet vast 80% vet >17 g verz. vetzuren	6	4,4	0,0
2067	Bak- en braadvet vast 97% vet >17 g verz. vetzuren	179	3,2	0,8
2078	Bak- en braadvet vloeib 80% vet <17g verz. vetzuren	21	5,0	0,1
2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g verz. vetzuren	100	4,9	0,7
5350	Becel Multi voor koken, bakken+braden	4	4,9	0,0
1530	Boter halfvolle	2	12,8	0,0
2059	Halvarine 40% vet <17 g verz. Vetzuren	266	17,6	6,2
2061	Halvarineproduct 20-25% vet <10 g verz. vetzuren	13	12,0	0,2
2060	Halvarineproduct 35% vet <10 g verz. vetzuren	105	10,3	1,4
1956	Halvarineproduct Becel pro.activ	13	10,3	0,2
1961	Halvarineproduct Blueband Goede Start	56	15,1	1,1
2063	Margarine 80% vet >24 g verz. vetzuren	285	5,5	2,1
2062	Margarine 80% vet 17-24 g verz. vetzuren	93	12,7	1,6
2077	Margarine vloeibaar 80% vet <17 g verz. vetzuren	40	3,4	0,2
2072	Margarineproduct 60% vet <17 g verz. vetzuren	71	13,5	1,3
2071	Margarineproduct 60-70% vet <17 g verz. vetzuren	13	7,7	0,1
2064	Margarineproduct 70% vet <17 g verz. vetzuren	2	9,0	0,0
2065	Margarineproduct 70% vet >17 g verz. vetzuren	19	12,3	0,3
880	Smeltjuz onbereid pak	2	6,8	0,0
	Frituurvetten			
2070	Frituurvet vast >17 g verz. vetzuren	27	10,8	0,4
2068	Frituurvet vloeibaar <17 g verz. vetzuren	219	9,2	2,7

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
	Andere dierlijke vetten			
314	Vet varkens- uitgesmolten	5	2,9	0,0
	SUIKER EN ZOETWAREN			
	suiker/zoetwaren niet specifiek			
440	Gember op siroop	7	1,0	0,0
	Suiker, honing, jam			
1599	Fructosepoeder	1	3,0	0,0
1065	Glucosepoeder	3	3,0	0,0
443	Honing	37	15,9	0,8
484	Jam halfzoet halvajam	13	22,3	0,4
445	Jam huishoud-	108	24,1	3,5
457	Jam rozenbottel-	1	10,0	0,0
807	Jam zonder suiker	3	36,7	0,1
5485	Pudding gelatine	1	12,0	0,0
374	Suiker basterd- bruine	46	3,3	0,2
375	Suiker basterd- witte	8	12,4	0,1
377	Suiker kristal-	486	19,9	12,9
	Chocola, candybars, chocoladehagel/vlokken			
5490	After eight	4	21,0	0,1
1508	Bonbon	27	12,4	0,4
727	Bonbon met likeur	5	17,7	0,1
526	Bounty	6	38,3	0,3
430	Cacaopoeder	21	4,0	0,1
535	Cacaopoeder gezoet	15	9,0	0,2
595	Cacaoproduct poeder	1	12,5	0,0
5489	Chocolade gevuld met vruchten	4	12,6	0,1
5494	Chocolade kikkers/muizen	8	16,0	0,2
524	Chocolade M&M's	7	21,7	0,2
621	Chocolade M&M's met pinda's	10	37,5	0,5
431	Chocolade melk-	44	15,4	0,9
5479	chocolade melk butterscotch	1	10,0	0,0
929	Chocolade melk- zonder suiker	2	16,3	0,0
717	Chocolade met noten	25	18,2	0,6
5493	chocolade met noten en vruchten	2	22,5	0,1
5486	Chocolade ns met gepofte rijst	3	13,1	0,1
432	Chocolade pure	9	12,1	0,1
1450	Chocolade pure z suiker	1	6,3	0,0
5492	chocolade puur butterscotch	1	9,4	0,0
5491	Chocolade puur met noten	2	51,5	0,1
1311	Hagelslag chocolade- gem	55	10,6	0,8
1962	Hagelslag chocolade- melk	78	10,2	1,1
1963	Hagelslag chocolade- puur	84	12,8	1,4
845	Koek bisc	17	27,4	0,6
1471	Kitkat	7	17,5	0,2
487	Mars	26	22,8	0,8
525	Milky way	7	14,3	0,1
5338	Mueslireep (Weight Care tussendoortje)	1	23,0	0,0
570	Nuts	1	25,0	0,0
1964	Pasta chocolade- melk	20	20,5	0,5
444	Pasta chocolade- puur	14	20,7	0,4
436	Pasta hazelnoot-	108	25,0	3,6
1509	Reep muesli- met chocolade	12	17,0	0,3
5488	Rozijnen met melkchocolade omhuld	4	25,0	0,1
528	Snickers	15	29,7	0,6
433	Vlokken chocolade- melk	26	11,3	0,4
435	Vlokken chocolade- puur	7	7,5	0,1
	Zoetwaren (geen chocola)			
1389	Drop	11	14,9	0,2

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
521	Drop dubbelzoute	2	23,0	0,1
751	Drop Engelse	2	22,5	0,1
5499	Drop met pepermint	4	21,1	0,1
522	Drop zoete	39	19,3	1,0
520	Drop zoute	13	20,1	0,3
442	Hagelslag vruchten-	40	10,4	0,6
445	Jam huishoud- (zoet broodbeleg)	1	105,0	0,1
446	Kauwgom	16	2,0	0,0
447	Kauwgom z suiker	105	3,9	0,6
449	Kokosbrood	7	11,8	0,1
1256	Marsepein	4	34,9	0,2
5500	Marsepein met chocolade	1	45,0	0,1
5338	Mueslireep zonder choc (+ vrucht/noten)	17	19,1	0,4
5496	Nougat	1	5,0	0,0
5497	Nougat met chocolade	2	18,8	0,1
453	Pepermunt	30	8,3	0,3
5498	Salmiak lolly/kogel	2	15,0	0,0
482	Spekkie	10	9,2	0,1
523	Stophoest	5	3,0	0,0
461	Toffee	10	15,3	0,2
5495	Toffee met chocolade	5	33,0	0,2
1364	Turks snoep	1	30,0	0,0
752	Winegums	28	13,6	0,5
450	Zuurtjes	79	14,9	1,6
	Siropen en stroop			
5012	Diksap Zonnatura	1	1,1	0,0
5014	Limonadesiroop met extra vit C	5	11,7	0,1
1882	Siroop Karvan Cévitam Lessini low su	3	37,6	0,2
1881	Siroop Roosvicee Multivit bosvr/perzik	5	18,5	0,1
497	Siroop rozenbottel- Roosvicee div smaken	4	15,7	0,1
1810	Siroop vruchtenlimonade- blik	4	48,6	0,3
463	Siroop vruchtenlimonade- fles	37	16,2	0,8
427	Stroop appel-	40	21,1	1,1
376	Stroop huishoud-	3	26,7	0,1
381	Stroop suiker-	16	13,9	0,3
	IJs, waterijs			
485	IJs Conotop	13	42,8	0,7
302	IJs consumptie-	25	55,0	1,8
5501	IJs op stokje met chocolade Magnum	1	60,0	0,1
5502	IJs op stokje met chocolade Ola	1	60,0	0,1
303	IJs room-	41	54,0	3,0
5503	IJs slagroom	1	50,0	0,1
1474	IJs water- op vruchtenbasis	5	49,3	0,3
5504	Ijsslolly op basis van waterijs	9	35,2	0,4
	KOEK, GEBAK EN BISCUIT			
	Koek, cake en gebak			
1365	Baklava	2	44,3	0,1
5525	Banketstaaf roomboter	10	52,3	0,7
5531	Beignet appel	1	27,5	0,0
5663	Beignet banaan	1	29,5	0,0
1470	Berliner bol	1	40,0	0,1
5511	Bossche bol	2	35,0	0,1
250	Broodje amandel-	20	39,0	1,0
232	Broodje koffie-	1	37,5	0,1
5524	Broodje pudding	7	42,9	0,4
5664	Brownie	3	32,8	0,1
5507	Cake appel	3	34,0	0,1
5673	Cake bitterkoekjes	1	15,0	0,0
253	Cake eenvoudige	53	19,6	1,4

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
5505	Cake marmer met chocolade	11	20,0	0,3
5506	Cake marmer roomboter met chocol.	2	23,3	0,1
5534	Cake met noten	1	93,0	0,1
5508	Cake met rozijnen	3	27,2	0,1
5532	Cake opgerold	1	20,0	0,0
1480	Cake Pim's orange (Cake met glazuurlaag)	5	29,0	0,2
1969	Cake roomboter-	3	15,8	0,1
5509	Cake roomboter met rozijnen	1	30,0	0,0
878	Croissants bereid blik	41	33,1	1,8
1473	Donuts ongevuld	3	47,5	0,2
5518	Flap appel	5	50,0	0,3
5535	Flap kers	1	25,0	0,0
5512	Gebak chocolade	4	43,2	0,2
5513	Gebak marsepein	1	53,5	0,1
789	Koek boter-	11	17,8	0,3
257	Koek gevulde	50	34,9	2,3
5537	Koek gevulde jam/vruchten	10	27,5	0,4
5533	Koek indisch	3	18,8	0,1
240	Koek ontbijt-	74	15,7	1,6
1460	Koek ontbijt- m vruchtensvulsel	5	17,0	0,1
5527	Koek ontbijt met kandij	8	20,6	0,2
5526	Koek ontbijt met noten	3	14,6	0,1
925	Koek ontbijt- volkoren	7	18,2	0,2
258	Koekje gemiddeld (wafels)	9	30,7	0,4
474	Oliebol bereid	12	26,3	0,4
467	Pannenkoek bereid	14	121,8	2,3
5543	Pannenkoek (melk-water)	1	128,0	0,2
5528	Pannenkoek met appel	1	47,8	0,1
5529	Pannenkoek met rozijnen	2	118,6	0,3
5520	Pannenkoek normaal (bak-braad)	1	50,0	0,1
5519	Pannenkoek normaal (culinesse)	1	100,0	0,1
5522	Pannenkoek normaal (olijfolie)	1	150,0	0,2
5521	Pannenkoek normaal (zonnebloemolie)	3	55,0	0,2
5544	Pannenkoek volkoren	2	123,0	0,3
5539	Pannenkoek volkoren (becel)	1	160,0	0,2
5538	Pannenkoek volkoren (culinesse)	1	107,0	0,1
5541	Pannenkoek volkoren (olijf-magere melk/karnmelk)	1	53,5	0,1
5540	Pannenkoek volkoren (olijfolie-magere melk)	1	26,8	0,0
5542	Pannenkoek volkoren zonnebloemolie)	1	30,0	0,0
5523	Poffertjes	1	125,0	0,2
5510	Soes bananen	1	50,0	0,1
1475	Soes slagroom-	5	24,0	0,2
5517	Taart appel met margarine (bertolli)	1	99,5	0,1
5516	Taart appel met roomboter	8	69,0	0,7
251	Taart appel- van zandtaartdeeg	33	82,2	3,6
256	Taart crème au beurre-	9	45,1	0,5
835	Taart kwark-	14	56,4	1,1
1479	Taart Mon Chou-	4	47,1	0,3
5545	Taart noten/koek boter met noten	2	57,5	0,2
1476	Taart schuim- m crème au beurre	3	59,3	0,2
255	Taart slagroom-	22	46,7	1,4
854	Taart vruchten- van biscuitdeeg m slagroom	6	35,5	0,3
468	Tompouce	6	58,3	0,5
1478	Vlaai kruimel-	8	67,3	0,7
489	Vlaai rijste-	1	63,5	0,1
486	Vlaai vruchten-	7	61,1	0,6
5536	Vlaai vruchten/kruimel	7	53,9	0,5
5515	Vruchtengebakje	2	37,5	0,1
	Koekjes en biscuit			
252	Biscuit	25	8,2	0,3
1471	Biscuit chocolade-	31	16,8	0,7

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
1127	Citroensap vers	63	1,6	0,1
5316	Coolbest Vitaday original	3	193,8	0,8
5315	Coolbest Vitaday tropical	1	122,5	0,2
2079	Drinkontbijt Fruitontbijt per 100 ml	8	161,9	1,7
2080	Drinkontbijt Fruitontbijt met Calcium	1	125,0	0,2
1463	Dubbeldrank	31	217,5	9,0
5328	Dubbelfriss gem.	43	215,6	12,4
5317	Fruit & co appel/bosvruchten	4	273,0	1,5
5319	Fruit King tropical fruit juice	1	253,8	0,3
5327	Fruitmania Sisi	23	264,3	8,1
5307	Hero Fruit&Co sinaasappel met calcium	3	83,3	0,3
5323	Multidrank roosvicee+zoetstof	2	224,7	0,6
5047	Multivit 12-vruchtennectar Lagona (Aldi)	24	269,8	8,6
5324	Multivit drink solevita+zoetstof	15	285,7	5,7
5325	Multivit light+zoetst Dr. Siemer	4	253,8	1,4
5318	Multivit vruchtensap solevita	4	113,3	0,6
1462	Sap ananas-	6	55,6	0,4
383	Sap appel-	69	225,4	20,7
1137	Sap appel- bereid	1	166,7	0,2
388	Sap bessen-	3	122,3	0,5
396	Sap druiven-	3	168,8	0,7
664	Sap grapefruit-	9	211,2	2,5
5563	Sap multifruit lessini ready to drink	10	412,8	5,5
923	Sap peren-	1	83,4	0,1
410	Sap sinaasappel-	223	192,1	57,1
1932	Sap sinaasappel- m vruchtvlees	3	92,3	0,4
413	Sap tomaten-	2	150,4	0,4
1132	Sap tomatengroenten-	1	30,0	0,0
2085	Sap vruchten- Toptientje Riedel	18	201,0	4,8
5023	Vitamientje vruchtensap (Riedel)	13	178,1	3,1
1878	Vruchtendrank Roosvicee Multivit	10	263,2	3,5
	Limonades, isotone dranken			
1343	Extran hypotone dorstlesser p 100 ml	14	200,8	3,7
1706	Extran Lemon Ice/Orange per 100 ml	6	207,1	1,7
400	Frisdrank	89	272,9	32,4
395	Frisdrank cola	245	393,3	128,5
1523	Frisdrank light met cafeïne	110	392,9	57,6
1522	Frisdrank light z cafeïne	32	212,1	9,0
414	Frisdrank tonic	19	169,7	4,3
5030	Frisdrank+vitC(Sisi no bubbles/shakyWick	26	317,5	11,0
5332	Ice tea light	3	265,2	1,1
5309	IJsthee	4	197,5	1,1
2024	Isostar Actifood	2	196,3	0,5
2025	Isostar Activator Complex poeder	1	250,0	0,3
2026	Isostar Activator Complex liquid p 100 ml	1	125,0	0,2
417	Limonade vruchten-	160	268,8	57,4
1521	Limonade vruchten- light met koolzuur	37	258,2	12,7
5565	Limonadesiroop karvan cev. verdund 1	14	372,9	7,0
5564	Limonadesiroop verdund	56	249,0	18,6
5566	Limonadesiroop verdund (met vit C)	10	311,0	4,1
5659	Limonadesiroop verdund karvan cev.2	2	219,4	0,6
5658	Limonadesiroop verdund roosv. Multivit	1	72,5	0,1
5567	Limonadesiroop verdund roosvicee	3	221,2	0,9
5331	Sport-/energiedrank Golden power	4	228,8	1,2
5330	Sport-/energiedrank XI strength	2	281,9	0,8
2042	Sportdrank AA-Drink High Energy per 100 ml	2	455,0	1,2
2041	Sportdrank AA-Drink Isotone per 100 ml	25	226,1	7,5
425	Weidrank Rivella light	8	270,8	2,9
424	Weidrank Rivella rood	1	149,4	0,2

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
	Koffie, thee en kruidenthee			
5569	Cappuccino bereid	22	154,2	4,5
5570	Cappuccino oplos bereid	18	167,8	4,0
5571	Cappuccino oplospoeder	1	26,7	0,0
5332	Ice tea light (Ijsthee ongezoet)	9	313,0	3,8
5309	Ijsthee	61	305,2	24,8
644	Koffie bereid	478	512,2	326,4
9931	Koffiepoeder	13	6,8	0,1
645	Thee bereid	535	560,0	399,4
5572	Thee kruiden bereid gezoet	2	338,4	0,9
	(Mineraal)water			
747	Bronwater	54	429,4	30,9
2074	Bronwater Bar le Duc	27	445,4	16,0
1131	Bronwater Chaudfontaine	2	333,3	0,9
1968	Bronwater Sourcy	4	450,0	2,4
411	Bronwater Spa	72	315,7	30,3
420	Bronwater Vittel	2	163,5	0,4
1885	Water gemiddeld	542	528,7	382,1
	ALCOHOLISCHE DRANKEN			
	Wijn			
5573	Wijn ns	2	118,3	0,3
422	Wijn rode	53	133,8	9,5
412	Wijn Spaanse zoete	16	149,6	3,2
423	Wijn witte	44	143,4	8,4
	Sherry, port, vermut e.d.			
407	Port	5	64,4	0,4
409	Sherry	28	0,8	0,0
415	Vermouth zoete	3	67,8	0,3
	Bier, cider			
389	Bier oud bruin	4	147,5	0,8
390	Bier pils	180	817,1	196,1
1468	Bier zwaar >7 vol% alc	9	283,9	3,4
5574	Cider	2	421,7	1,1
	Gedistilleerde dranken			
1134	Berenburg	3	25,1	0,1
391	Brandewijn	1	2,4	0,0
392	Campari (Apfelkorn)	4	72,5	0,4
805	Jägermeister	2	26,1	0,1
386	Jenever bessen-	1	33,0	0,0
401	Jenever jonge	2	19,8	0,1
403	Likeur 15-25% alc (Malibu)	2	108,5	0,3
408	Rum	16	41,4	0,9
416	Vieux	3	18,0	0,1
421	Whisky (Wodka)	9	26,3	0,3
	Anijsdranken			
421	Whisky (Ouzo)	1	18,2	0,0
	Likeuren			
382	Advocaat	1	53,7	0,1
5575	Baileys	6	36,7	0,3
1465	Likeur <15 vol% alc	3	40,6	0,2
1466	Likeur >25 vol% alc	4	16,3	0,1
403	Likeur 15-25% alc	5	104,6	0,7
	Cocktails, mixdranken			
5339	Breezer	11	244,5	3,6

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
392	Campari (Rode Wodka)	5	55,9	0,4
5576	Flügel	2	55,0	0,1
403	Likeur 15-25% alc (Drop shot)	3	57,3	0,2
SAUZEN, KRUIDEN EN SPECERIJEN				
Sauzen				
5593	Aardappelen anders bacon/ui	3	79,9	0,3
540	Dessertsaus chocolade-	3	10,0	0,0
539	Dessertsaus vruchten-	10	14,5	0,2
5669	Dressing honing mosterd	2	8,6	0,0
553	Dressing 40% olie	2	8,0	0,0
844	Dressing naturel zonder olie Slafris	12	12,2	0,2
729	Halvanaise	17	11,9	0,3
5632	Jus 25% vet geb (boter)	1	27,9	0,0
5637	Jus 25% vet geb (olijfolie)	1	4,7	0,0
5631	Jus 25% vet geb (smeltJus)	2	7,3	0,0
5633	Jus 25% vet geb (vet 2063)	1	5,8	0,0
5635	Jus 25% vet geb (vet 2066)	2	20,0	0,1
5630	Jus 25% vet geb (vet 2067)	4	17,3	0,1
5634	Jus 25% vet geb (vet 2077)	1	23,3	0,0
5636	Jus 25% vet geb (vet 2078)	1	27,9	0,0
5590	Jus 25% vet gebonden	10	19,0	0,3
5594	Jus 5% vet gebonden	5	28,8	0,2
5642	Jus 5% vet ongebonden	3	14,8	0,1
5638	Jus 50% vet geb (vet 2063)	3	29,5	0,1
5640	Jus 50% vet geb (vet 2066)	1	23,3	0,0
5639	Jus 50% vet geb (vet 2067)	4	22,1	0,1
5641	Jus 50% vet geb (vet 2077)	1	18,6	0,0
5591	Jus 50% vet gebonden	9	15,1	0,2
5616	Jus 50% vet onge (boter gez)	2	16,3	0,0
5621	Jus 50% vet onge (finesse)	1	8,4	0,0
5619	Jus 50% vet onge (olijolie)	1	11,2	0,0
5623	Jus 50% vet onge (vet 2062)	1	5,8	0,0
5622	Jus 50% vet onge (vet 2063)	4	14,9	0,1
5615	Jus 50% vet onge (vet 2066)	6	18,6	0,1
5614	Jus 50% vet onge (vet 2067)	16	16,4	0,4
5620	Jus 50% vet onge (vet 2073)	1	19,6	0,0
5618	Jus 50% vet onge (vet 2077)	3	17,0	0,1
5617	Jus 50% vet onge (vet 2078)	1	11,7	0,0
5585	Jus 50% vet ongebonden	13	19,1	0,3
5592	Jus 75% vet gebonden	3	28,9	0,1
5629	Jus 75% vet onge (boter)	1	15,0	0,0
5626	Jus 75% vet onge (vet 2063)	3	13,1	0,1
5624	Jus 75% vet onge (vet 2066)	6	19,6	0,2
5627	Jus 75% vet onge (vet 2067)	9	14,7	0,2
5628	Jus 75% vet onge (vet 2077)	1	17,5	0,0
5625	Jus 75% vet onge (vet 2078)	1	11,2	0,0
5586	Jus 75% vet ongebonden	4	8,3	0,0
1492	Jus gemiddeld vet	46	16,9	1,0
5607	Jus ns/25% vet onge (boter)	1	11,7	0,0
5606	Jus ns/25% vet onge (olijfolie)	3	23,8	0,1
5612	Jus ns/25% vet onge (vet 2062)	1	5,8	0,0
5611	Jus ns/25% vet onge (vet 2063)	4	25,1	0,1
5610	Jus ns/25% vet onge (vet 2066)	5	11,7	0,1
5608	Jus ns/25% vet onge (vet 2067)	22	15,3	0,4
5609	Jus ns/25% vet onge (vet 2077)	2	10,9	0,0
5613	Jus ns/25% vet onge (vet 2078)	2	19,7	0,1
584	Ketchup curry-	74	18,9	1,9
462	Ketchup tomaten-	130	12,7	2,2
1215	Ketjap zoet	103	6,5	0,9
1213	Ketjap zout	9	5,7	0,1
1886	Mango chutney	1	13,2	0,0

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
451	Mayonaise	243	14,2	4,6
2083	Mayonaise met olijfolie	1	19,9	0,0
5416	Mix ovenheerlijk	13	45,2	0,8
5598	Olie-azijn dressing olijfolie	5	10,2	0,1
5597	Olie-azijn dressing/vinaigrette	12	7,5	0,1
454	Piccalilly	2	12,5	0,0
5600	Sandwichspread vis	2	20,0	0,1
428	Saus barbecue-	6	17,9	0,1
5602	Saus barbecue op basis mayonnaise	1	15,9	0,0
5668	Saus boter warm	1	25,0	0,0
5595	Saus chicken tonight	13	81,7	1,4
1912	Saus Chinese zoetzure	1	65,0	0,1
437	Saus cocktail- 25% olie	21	10,5	0,3
612	Saus frikandel- 15% olie	3	12,5	0,1
465	Saus frites- 25% olie	82	16,5	1,8
466	Saus frites- 35% olie	48	11,8	0,8
5577	Saus halfvolle melk geen vet	8	26,5	0,3
5580	Saus jacht warm/saus stroganoff	9	38,1	0,5
5578	Saus kaas warm	5	27,0	0,2
549	Saus kerrie- 25% olie	14	10,0	0,2
5579	Saus kerrie warm conimex	1	57,6	0,1
5587	Saus maizena/melk + vet voor groenten	3	16,4	0,1
5588	Saus maizena/melk mager	1	13,1	0,0
5601	Saus mayonaisebasis ns	4	22,8	0,1
5604	Saus ns volle melk+vet (2063)	2	48,0	0,1
5605	Saus ns volle melk+vet (2078i)	1	5,2	0,0
1803	Saus oosterse kant-en-klaar glas	1	7,0	0,0
1517	Saus op basis pakje <3% vet bereid	39	25,9	1,3
1518	Saus op basis pakje >3% vet bereid	79	26,0	2,7
1515	Saus op basis roux bereid	22	17,1	0,5
5596	Saus salsa	6	18,7	0,1
1913	Saus saté- huishoudelijk bereid	77	32,3	3,3
5582	Saus sate basis halfvolle melk, geen vet	1	28,1	0,0
5583	Saus sate basis halfvolle melk-water, z. vet	2	49,9	0,1
1938	Saus saté- op basis pakje bereid	2	22,9	0,1
616	Saus saté- op basis potje bereid	5	53,4	0,4
548	Saus schaschlik-	21	18,9	0,5
1600	Saus sla- 10% olie light	2	13,0	0,0
458	Saus sla- 25% olie	74	16,4	1,6
1524	Saus tomaten- kant-en-klaar glas	24	32,5	1,0
413	Saus tomaten warm ongedefinieerd	1	23,0	0,0
5599	Sladressing yofresh/saus yoghonaise	9	8,9	0,1
574	Spread komkommer-	3	8,3	0,0
575	Spread sandwich-	29	16,3	0,6
1260	Yoghonaise	22	14,0	0,4
	Kruiden en specerijen			
829	Bieslook vers	3	0,8	0,0
128	Peterselie rauw	9	1,3	0,0
	Smaakmakers			
9936	Azijn	48	4,1	0,3
429	Bouillonblokje per 100 gram	6	0,5	0,0
704	Garnalenpasta trassie	1	9,0	0,0
832	Gemberwortel	4	1,3	0,0
824	Mosterd gele	82	5,0	0,5
1232	Sambal oelek	17	5,1	0,1
	SOEPEN EN BOUILLON			
	Soepen			
763	Soep gebonden met groente	40	132,3	7,1
764	Soep gebonden met vlees	5	129,5	0,9

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
792	Soep gebonden met vlees en groente	34	148,2	6,7
5645	Soep helder m groenten en olijfolie	1	75,0	0,1
762	Soep heldere m vlees/vermicelli/groente	29	148,3	5,7
759	Soep heldere met groente	8	137,6	1,5
791	Soep heldere met vermicelli	3	136,4	0,5
757	Soep heldere met vermicelli en groente	11	112,2	1,6
760	Soep heldere met vermicelli en vlees	6	141,7	1,1
761	Soep heldere met vlees en groente	19	114,3	2,9
766	Soep maaltijd- met peulvruchten en vlees	6	180,0	1,4
765	Soep met peulvruchten z vlees	3	114,9	0,5
5643	Soep ns blik/geb me vlees-groent blik	24	104,8	3,4
5644	Soep ns pakje/geb m vlees-gr pakje	40	128,6	6,9
800	Soep op groentebasis bereid blik	1	129,5	0,2
797	Soep op groentebasis bereid pak	79	122,9	12,9
802	Soep op peulvruchtenbasis bereid blik	9	148,2	1,8
799	Soep op peulvruchtenbasis bereid pak	4	84,4	0,5
801	Soep op vleesbasis bereid blik	4	99,0	0,5
798	Soep op vleesbasis bereid pak	9	97,6	1,2
	Bouillon			
1528	Bouillon van blokje bereid	68	45,5	4,1
	DIVERSEN			
	Overige producten			
5670	Boemboes kruidenpasta	1	14,2	0,0
2032	Quorn filet gepaneerd onbereid	1	32,5	0,0
2033	Quorn southern style burger onbereid	2	36,2	0,1
2031	Quorn stukjes onbereid	1	39,8	0,1
	Sojaproducten			
5671	Boterhamworst vegetarisch	1	8,0	0,0
1380	Dessert soja- per 100 ml	3	130,1	0,5
2047	Gehakt rul vegetarisch onbereid*	1	40,5	0,1
2046	Gehaktbal vegetarisch onbereid*	2	35,3	0,1
1511	Hamburger vegetarisch onbereid*	1	50,0	0,1
1510	Melk soja- Ca+	1	4,5	0,0
1602	Melk soja- diverse smaken Soja drink	2	341,1	0,9
1094	Pasta plantaardig blik	1	10,0	0,0
1512	Schnitzel vegetarisch onbereid	1	100,0	0,1
871	Sojapasta miso	2	0,6	0,0
687	Tahoe sojakaas	3	46,8	0,2
59	Taugé gekookt z zout	40	5,9	0,3
688	Tempé sojaproduct	1	30,8	0,0
5369	Vegetarische groentenburger	5	57,5	0,4
	Dieetproducten			
5368	Biamed poeder	1	15,0	0,0
5364	Herbalife milkshake + halfvolle melk	1	261,4	0,3
5371	Herbalife milkshake + water	1	137,4	0,2
5363	Herbalife poeder	2	6,0	0,0
2013	Modifast Milkshake	1	247,0	0,3
1792	Modifast Muesli dagvoedingvervanger	1	119,5	0,2
2012	Modifast Pudding	1	162,5	0,2
1246	Nutridrink	1	100,0	0,1
5367	Slimfast drinkmaaltijd	2	407,5	1,1
5370	Weight care krokante muesli	1	20,5	0,0
5366	Weight care maaltijd+	2	232,5	0,6
5365	Weightcare 12 uurtje vruchten	3	20,3	0,1
1088	Zoetstof Natreen per tablet	43	3,2	0,2
1089	Zoetstof Natreen vloeibaar per druppel	4	2,9	0,0
2050	Zoetstof Natreen Gourmet m thaumatine	10	1,9	0,0
1591	Zoetstof op aspartaambasis per tablet	24	2,3	0,1

Nevocode	nevo omschrijving	aantal gebruikers	gemiddelde excl. 0-gebruikers	gemiddelde incl. 0-gebruikers
1596	Zoetstof op aspartaambasis per theelepel	20	1,8	0,0
1598	Zoetstof op sacharinebasis per theelepel	1	1,0	0,0
1594	Zoetstof sacharine en cyclamaat per tablet	25	4,0	0,1
5372	Modifast Noodles bereid	1	241,0	0,3
	Snacks			
5359	Bamibal bereid, exclusief bereidingsvet	10	30,2	0,4
5656	Broodje kaas- broodbasis	1	35,0	0,0
266	Broodje saucijzen-	26	50,4	1,7
901	Broodje worsten-	19	64,1	1,6
5653	Croissant met ham en kaas	7	72,0	0,7
5654	Croissant met kaas	5	32,6	0,2
5652	Kaashapje	1	30,6	0,0
1488	Kaassoufflé onbereid	19	28,0	0,7
5655	Kipcorn	12	28,0	0,4
944	Kroket bereid in oven	1	29,7	0,0
5358	Kroket bereid, exclusief bereidingsvet	97	44,3	5,7
369	Loempia bereid	3	45,9	0,2
5361	Loempia bereid, exclusief bereidingsvet	16	54,2	1,2
5360	Nasibal bereid, exclusief bereidingsvet	3	15,8	0,1
5657	Shoarmarol	1	40,0	0,1
5672	Sito stick	1	32,5	0,0
1533	Taart hartige v bladerdeeg m groente/kaas	1	70,0	0,1

Bijlage 4. Overzicht van het 'nooit-ooit' gebruik* van (groepen) voedingsmiddelen voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar**

	Totale populatie (n=750)			Mannen (n=352)			Vrouwen (n=398)		
	Nooit	Weleens <1/ mnd	≥1/ mnd	Nooit	Weleens <1/ mnd	≥1/ mnd	Nooit	Weleens <1/ mnd	≥1/ mnd
Brood	0,0	0,3	99,3	0,0	0,4	99,1	0,0	0,2	99,5
Muesli, cornflakes, andere ontbijtgranen	40,5	27,9	31,2	43,8	27,0	28,5	37,4	28,8	33,7
Rijst, pasta	1,2	5,8	92,6	1,3	6,9	91,1	1,2	4,7	94,1
Frites	1,6	19,8	78,1	1,1	16,5	81,6	2,1	23,0	74,7
Vleeswaren zoals rookvlees, ham, worst	5,3	10,2	84,1	4,4	5,3	89,8	6,1	14,8	78,8
Orgaanvlees, zoals lever, niertjes	79,4	17,6	2,8	74,8	20,9	3,8	83,6	14,5	1,8
Kip, gevogelte	4,0	16,0	79,7	3,8	18,2	77,5	4,2	14,0	81,8
Overige vlees	3,2	6,7	89,8	3,5	7,2	88,7	2,8	6,2	90,7
Schaal- en schelpdieren	57,0	33,7	9,1	55,2	35,6	8,8	58,7	31,8	9,4
Vis	17,3	38,7	43,7	16,4	36,5	46,6	18,1	40,8	41,0
Eieren	3,4	18,4	78,0	2,6	15,2	81,7	4,2	21,4	74,4
Kaas	5,7	7,2	86,8	6,1	8,3	85,1	5,3	6,1	88,3
Vegetarische schnitzels, tofu, quorn, tempeh	75,6	17,0	6,9	74,9	17,3	7,1	76,1	16,8	6,7
Boter, margarine, olie, vet v. bakken/braden	1,5	3,9	94,4	1,9	3,5	94,1	1,2	4,2	94,7
Jus, warme sauzen	10,0	19,4	70,4	6,8	16,0	76,7	13,0	22,6	64,4
Mayonaise, fritessaus, andere koude sauzen	2,2	14,7	82,8	1,9	9,9	87,7	2,4	19,3	78,3
Smeersel (boter/halvarine/margarine) op brood	12,3	7,5	79,8	11,6	6,4	81,1	13,0	8,6	78,4
Melk en zuivel dranken	3,8	8,0	87,9	2,7	5,5	91,4	4,9	10,5	84,7
Yoghurt, vla, pudding, kwark	4,2	11,7	83,5	5,6	9,0	84,9	2,9	14,3	82,2
Ijs	4,7	53,7	41,2	4,3	49,6	45,3	5,1	57,6	37,3
Gefrituurde snacks	5,2	31,9	62,6	2,8	25,3	71,4	7,3	38,1	54,4
Chips, nibbitts, andere zoutjes	2,7	19,2	77,8	1,6	16,1	81,8	3,7	22,0	73,9
Pinda's, pindakaas, noten, notenpasta	9,4	29,3	61,0	8,9	23,2	67,4	9,9	35,1	55,0
Suiker	11,5	19,3	69,0	8,2	16,4	74,9	14,5	22,1	63,3
Chocolade, snoep	1,9	20,8	77,1	2,0	19,9	77,6	1,8	21,6	76,6
Koek(jes), cake, gebak	2,0	17,0	80,7	2,2	14,8	82,5	1,9	19,1	79,1
Light frisdranken en light limonades	34,6	20,8	44,4	37,8	25,8	35,9	31,6	16,0	52,4
Overige frisdranken (geen vruchtensap)	10,3	21,8	67,7	4,8	14,3	80,4	15,5	28,8	55,7

	Sla, rauwkost			Gekookte/gebakken groenten		
	Totaal (n=750)	Mannen (n=352)	Vrouwen (n=398)	Totaal (n=750)	Mannen (n=352)	Vrouwen (n=398)
Nooit	3,0	3,3	2,8	0,1	0,0	0,2
Wel eens (<1 dag per maand)	8,2	8,9	7,6	1,6	2,3	1,0
1-3 dagen per maand	24,4	23,6	25,1	2,2	2,7	1,6
1 dag per week	26,4	27,9	25,0	3,2	3,2	3,1
2 dagen per week	17,4	17,3	17,4	7,2	7,5	6,9
3 dagen per week	9,6	10,2	9,1	16,1	16,0	16,1
4 dagen per week	4,5	3,4	5,6	21,9	22,1	21,7
5 dagen per week	3,1	3,0	3,1	23,4	22,8	23,9
6 dagen per week	1,8	1,3	2,3	14,9	13,7	16,0
7 dagen per week	1,2	0,9	1,6	9,1	9,4	8,9

	Fruit			Sap		
	Totaal (n=750)	Mannen (n=352)	Vrouwen (n=398)	Totaal (n=750)	Mannen (n=352)	Vrouwen (n=398)
Nooit	1,9	3,0	0,8	4,3	5,2	3,4
Wel eens (<1 dag per maand)	5,1	7,0	3,4	5,6	6,9	4,5
1-3 dagen per maand	8,2	9,8	6,6	9,3	7,7	10,8
1 dag per week	10,4	8,5	12,1	10,4	12,7	8,1
2 dagen per week	11,5	11,6	11,5	10,6	11,7	9,5
3 dagen per week	10,8	11,2	10,4	11,6	12,4	10,7
4 dagen per week	7,8	7,0	8,7	8,8	8,2	9,3
5 dagen per week	15,0	16,6	13,5	9,6	10,4	8,9
6 dagen per week	7,6	7,5	7,7	5,8	5,6	6,0
7 dagen per week	21,3	17,6	24,8	23,7	18,9	28,3

* de som van de categorieën telt niet altijd op tot 100%, aangezien in enkele gevallen de frequentie onbekend was

** gewogen voor sociodemografische factoren

Bijlage 5. Dagelijkse inneming (gemiddelde en standaarddeviatie) van energie en voedingsstoffen naar geslacht voor deelnemers aan VCP-2003, 19-30 jaar

Voedingsstof		Totaal (n=750)		Mannen (n=352)		Vrouwen (n=398)	
		gemiddelde	sd	gemiddelde	sd	gemiddelde	sd
Energie	kcal	2328	776	2760	769	1921	521
Energie	kJ	9772	3250	11582	3219	8063	2181
Totaal eiwit	g	81	27	95	27	68	20
Totaal vet	g	90	36	106	36	75	29
Verzadigde vetzuren	g	33	14	39	15	28	11
Enkelv. onverz. vetzuren cis	g	28	12	33	12	23	10
Meerv. onverz. vetzuren	g	19	9	22	9	15	7
Transvetzuren totaal	g	3	2	3	2	2	1
Cholesterol	mg	205	110	240	120	173	89
Totaal koolhydraten	g	277	93	323	95	234	68
Totaal mono en disacchariden.	g	144	62	165	67	124	51
Totaal polysacchariden	g	133	47	158	46	109	34
Totaal voedingsvezel	g	19,3	7,9	22,1	8,4	16,6	6,3
Water	g	2743	916	2884	966	2610	847
Totaal alcohol	g	12	25	19	33	5	12
Calcium	mg	1032	463	1135	493	935	411
Totaal ijzer	mg	10,8	3,9	12,2	3,6	9,4	3,7
Magnesium	mg	337	125	395	127	282	95
Zink	mg	9,6	3,5	11	3,4	8,2	3,1
Selenium	µg	44	19	51	20	37	14
Koper	mg	1,87	4,33	1,94	2,41	1,81	5,56
Retinol equivalenten	µg	1011	931	1176	1092	856	715
Vitamine B1	mg	1,27	0,58	1,45	0,57	1,11	0,55
Vitamine B2	mg	1,61	0,76	1,82	0,79	1,41	0,67
Totaal vitamine B6	mg	1,85	0,87	2,13	0,9	1,59	0,76
Totaal foliumzuur	µg	185	92	220	108	153	56
Vitamine B12	µg	4,04	4	4,77	5,27	3,34	2
Totaal vitamine D	µg	3,2	2,2	3,8	2,2	2,7	2
Totaal vitamine E	mg	11,8	6,4	13,6	6,9	10	5,4
Vitamine C	mg	96	62	99	66	93	57
Eiwit totaal	en%	14,3	3,3	14	2,7	14,6	3,7
Vet totaal	en%	34,4	6,8	34,4	6,3	34,3	7,3
Vetzuur verzadigd	en%	12,9	3,2	12,7	3,2	13	3,3
Vetzuur enkelvoudig onverzadigd	en%	10,8	2,7	10,9	2,5	10,7	2,8
Vetzuur meervoudig onverzadigd	en%	7,1	2,4	7,3	2,3	6,9	2,6
Koolhydraten totaal	en%	48,2	7,4	47,2	7	49,1	7,6
Mono- en disacchariden	en%	24,9	7,5	23,8	7	25,9	7,9
Polysacchariden	en%	23,1	5,1	23,2	4,7	23	5,4
Alcohol	en%	3	5,4	4,3	6,4	1,8	3,9
Cholesterol	mg/MJ	21	9	21	10	21	9
Voedingsvezel	g/MJ	2,1	0,8	2	0,7	2,1	0,8
Vitamine B1	µg/MJ	136	64	129	49	143	74
Vitamine B6/ewit	µg/g	23,2	9,5	22,5	7,5	24	11
Vitamine E/mov	mg/g	0,68	0,39	0,63	0,25	0,73	0,49
Ca/P	-	0,67	0,17	0,62	0,17	0,71	0,17
Energie/lichaamsgewicht	kJ/kg	132	46	148	47	117	39
Eiwit/lichaamsgewicht	g/kg	1,1	0,37	1,21	0,39	0,98	0,31

gewogen voor sociodemografische variabelen en dag van de week

Bijlage 7. Gemiddelde bijdrage (%) van de verschillende eetmomenten aan de consumptie van groepen voedingsmiddelen

7-1. Gemiddelde bijdrage (%) van de verschillende eetmomenten aan de consumptie van groepen voedingsmiddelen voor 750 deelnemers van VCP-2003, 19-30-jaar

Voedingsmiddelengroep	Ontbijt	Lunch	Diner	Tussendoor
Aardappelen en andere knolgewassen	0	7	91	2
Groenten	0	9	87	4
Peulvruchten	1	8	90	1
Vruchten	12	21	19	48
Melkproducten	25	28	30	18
Granen en graanproducten	21	35	30	15
Vlees en vleesproducten	4	18	70	8
Vis,schaal- en schelpdieren	2	18	65	14
Eieren	21	37	33	9
Vetten	20	31	39	10
Suiker en zoetwaren	19	15	16	49
Koek, gebak en biscuit	5	6	11	78
Niet alcoholische dranken	9	8	9	73
Alcoholische dranken	0	0	10	90
Sauzen, kruiden en specerijen	1	15	78	6
Soepen en bouillon	0	49	38	12
Diversen	14	32	33	21

Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

7-2. Gemiddelde bijdrage (%) van de verschillende eetmomenten aan de consumptie van groepen voedingsmiddelen voor 352 mannelijke deelnemers van VCP-2003, 19-30-jaar

Voedingsmiddelengroep	Ontbijt	Lunch	Diner	Tussendoor
Aardappelen en andere knolgewassen	0	6	92	2
Groenten	0	9	87	4
Peulvruchten	0	9	91	0
Vruchten	8	24	22	47
Melkproducten	25	29	29	17
Granen en graanproducten	21	34	29	16
Vlees en vleesproducten	4	19	68	9
Vis,schaal- en schelpdieren	2	16	62	20
Eieren	26	35	31	8
Vetten	20	31	37	12
Suiker en zoetwaren	20	16	13	50
Koek, gebak en biscuit	5	7	12	76
Niet alcoholische dranken	10	8	9	73
Alcoholische dranken	0	0	9	91
Sauzen, kruiden en specerijen	1	15	77	7
Soepen en bouillon	0	51	35	14
Diversen	9	29	40	3

Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

7-3. Gemiddelde bijdrage (%) van de verschillende eetmomenten aan de consumptie van groepen voedingsmiddelen voor 398 vrouwelijke deelnemers van VCP-2003, 19-30-jaar

Voedingsmiddelengroep	Ontbijt	Lunch	Diner	Tussendoor
Aardappelen en andere knolgewassen	0	9	90	2
Groenten	0	9	87	3
Peulvruchten	4	5	90	2
Vruchten	15	19	17	49
Melkproducten	24	27	31	18
Granen en graanproducten	21	36	30	12
Vlees en vleesproducten	4	17	72	7
Vis,schaal- en schelpdieren	2	22	70	7
Eieren	14	40	37	10
Vetten	18	32	42	8
Suiker en zoetwaren	18	14	20	48
Koek, gebak en biscuit	5	5	10	80
Niet alcoholische dranken	9	8	9	73
Alcoholische dranken	0	0	16	84
Sauzen, kruiden en specerijen	1	14	81	5
Soepen en bouillon	0	47	42	11
Diversen	18	34	28	19

Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

Bijlage 8. Gemiddelde bijdrage (%) van de verschillende eetmomenten aan de inneming van energie en voedingsstoffen

8-1. Gemiddelde bijdrage (%) van de verschillende eetmomenten aan de inneming van energie en voedingsstoffen voor de totale populatie van VCP-2003, 19-30 jaar (n=750)

Voedingsstof	Ontbijt	Lunch	Diner	Tussendoor
Energie	13	22	32	33
Totaal eiwit	14	25	42	18
Totaal vet	12	23	40	25
Verzadigde vetzuren	13	24	38	26
Onverzadigde vetzuren	12	23	42	23
Transvetzuren totaal	9	17	28	46
Totaal koolhydraten	14	21	26	38
Totaal mono en disachariden.	13	15	20	52
Totaal voedingsvezel	16	26	36	22
Totaal alcohol	0	0	12	88
Calcium	20	27	28	25
Totaal ijzer	15	24	36	25
Magnesium	16	23	30	31
Zink	15	26	41	18
Selenium	12	24	44	19
Koper	34	24	22	19
Retinol equivalenten	13	27	39	22
Vitamine B1	14	24	42	20
Vitamine B2	18	25	34	23
Totaal vitamine B6	11	19	41	29
Totaal foliumzuur	14	23	40	23
Vitamine B12	13	23	48	16
Vitamine C	12	16	38	34
Totaal vitamine D	15	28	37	20
Totaal vitamine E	14	25	37	24

Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

8-2. Gemiddelde bijdrage (%) van de verschillende eetmomenten aan de inneming van energie en voedingsstoffen voor 352 mannen van VCP-2003, 19-30 jaar

Voedingsstof	Ontbijt	Lunch	Diner	Tussendoor
Energie	13	22	32	33
Totaal eiwit	15	25	42	19
Totaal vet	13	24	39	24
Verzadigde vetzuren	14	24	37	25
Onverzadigde vetzuren	12	23	42	23
Transvetzuren totaal	10	18	28	45
Totaal koolhydraten	14	22	26	38
Totaal mono en disachariden.	12	16	20	52
Totaal voedingsvezel	16	26	36	22
Totaal alcohol	0	0	10	89
Calcium	21	28	27	24
Totaal ijzer	15	24	36	25
Magnesium	16	23	29	33
Zink	15	26	41	18
Selenium	13	24	43	20
Koper	26	30	24	20
Retinol equivalenten	13	26	39	21
Vitamine B1	14	23	42	20
Vitamine B2	19	24	33	24
Totaal vitamine B6	10	19	41	30
Totaal foliumzuur	13	22	40	25
Vitamine B12	13	23	48	17
Vitamine C	10	16	42	32
Totaal vitamine D	16	28	36	19
Totaal vitamine E	15	26	37	22

Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

8-3. Gemiddelde bijdrage (%) van de verschillende eetmomenten aan de inneming van energie en voedingsstoffen voor 398 vrouwen van VCP-2003, 19-30 jaar

Voedingsstof	Ontbijt	Lunch	Diner	Tussendoor
Energie	13	22	33	32
Totaal eiwit	14	25	43	17
Totaal vet	11	23	40	26
Verzadigde vetzuren	12	23	38	27
Onverzadigde vetzuren	11	23	43	24
Transvetzuren totaal	8	17	27	47
Totaal koolhydraten	15	21	26	38
Totaal mono en disachariden.	14	15	20	52
Totaal voedingsvezel	16	26	36	22
Totaal alcohol	0	0	17	83
Calcium	19	26	29	26
Totaal ijzer	15	24	36	25
Magnesium	16	24	31	29
Zink	15	26	42	17
Selenium	12	24	45	19
Koper	43	18	20	19
Retinol equivalenten	11	28	39	22
Vitamine B1	14	24	41	21
Vitamine B2	18	25	34	23
Totaal vitamine B6	11	20	41	27
Totaal foliumzuur	15	25	39	20
Vitamine B12	13	24	48	16
Vitamine C	14	16	35	35
Totaal vitamine D	14	28	37	20
Totaal vitamine E	13	25	37	25

Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

Bijlage 9. Gemiddelde bijdrage (%) van locatie aan de consumptie van groepen voedingsmiddelen voor deelnemers aan VCP-2003, 19-30 jaar

Voedingsmiddelengroep	totaal (n=750)		mannen (n=352)		vrouwen (n=398)	
	thuis	buitenshuis	thuis	buitenshuis	thuis	buitenshuis
Aardappelen en andere knolgewassen	79	21	81	19	77	23
Groenten	75	25	75	25	75	25
Peulvruchten	95	5	94	6	98	2
Vruchten	54	46	48	52	60	40
Melkproducten	72	28	71	29	72	28
Granen en graanproducten	60	40	57	43	64	36
Vlees en vleesproducten	66	34	64	36	68	32
Vis,schaal- en schelpdieren	63	37	65	35	59	41
Eieren	69	31	68	32	70	30
Vetten	60	40	59	41	63	37
Suiker en zoetwaren	58	42	56	44	61	39
Koek, gebak en biscuit	59	41	61	39	57	43
Niet alcoholische dranken	55	45	52	48	57	43
Alcoholische dranken	31	69	29	71	40	60
Sauzen, kruiden en specerijen	67	33	66	34	69	31
Soepen en bouillon	48	52	48	52	49	51
Diversen	56	44	49	51	62	38

Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

Bijlage 10. Gemiddelde bijdrage (%) van de locatie aan de inneming van energie en voedingsstoffen voor deelnemers aan VCP-2003, 19-30 jaar

Voedingsstof	totaal (n=750)		mannen (n=352)		vrouwen (n=398)	
	thuis	buitenshuis	thuis	buitenshuis	thuis	buitenshuis
Energie	60	40	58	42	63	37
Totaal eiwit	63	37	61	39	66	34
Totaal vet	62	38	61	39	64	36
Verzadigde vetzuren	62	38	61	39	64	36
Onverzadigde vetzuren	62	38	61	39	65	35
Transvetzuren totaal	63	37	62	38	64	36
Totaal koolhydraten	60	40	58	42	63	37
Totaal mono en disachariden.	59	41	57	43	61	39
Totaal voedingsvezel	63	37	60	40	66	34
Totaal alcohol	33	67	31	69	38	62
Calcium	65	35	63	37	66	34
Totaal ijzer	62	38	59	41	65	35
Magnesium	60	40	57	43	65	35
Zink	64	36	61	39	67	33
Selenium	63	37	61	39	65	35
Koper	69	31	63	37	75	25
Retinol equivalenten	62	38	62	38	63	37
Vitamine B1	65	35	63	37	66	34
Vitamine B2	66	34	64	36	69	31
Totaal vitamine B6	63	37	60	40	66	34
Totaal foliumzuur	63	37	61	39	66	34
Vitamine B12	67	33	67	33	68	32
Vitamine C	69	31	67	33	70	30
Totaal vitamine D	63	37	62	38	63	37
Totaal vitamine E	62	38	60	40	65	35

Gewogen voor sociodemografische factoren en dag van de week

Bijlage 11. Energie-inneming (in kJ) voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar naar klassen van sociodemografische kenmerken, BMI en leefstijl, gecorrigeerd voor leeftijd en bewegen

	Mannen (n=352)			Vrouwen (n=398)		
	gemiddelde	standaard-fout	p-waarde overall verschil	gemiddelde	standaard-fout	p-waarde overall verschil
Leeftijd			0,07			0,88
19-24	11948	254		8089	168	
25-30	11319	226		8056	149	
Mate van verstedelijking			0,05			0,41
Zeer stedelijk	11057	376		7909	223	
Sterk	11675	312		7835	213	
Matig	11066	375		8155	248	
Weinig	12237	375		8362	251	
Niet	12413	473		8359	328	
BMI			0,02			0,12
<25 kg/m ²	11839	197		8206	141	
≥25 kg/m ²	10922	334		7856	176	
Activiteitscore (tertiel)			0,03			0,38
Laag	11076	288		7991	191	
Midden	11699	275		7929	191	
Hoog	12213	309		8284	192	

Bijlage 12. Gehaltes van vet, verzadigde vetzuren, en transvetzuren in de voeding (energieprocent) voor deelnemers van VCP-2003, 19-30 jaar, naar klassen van sociodemografische kenmerken, BMI en leefstijl

	Totaal vet				Verzadigde vetzuren				Transvetzuren			
	Man (n=352)		Vrouw (n=398)		Man (n=352)		Vrouw (n=398)		Man (n=352)		Vrouw (n=398)	
	gem	se	gem	se	gem	se	gem	se	gem	se	gem	se
gecorrigeerd voor gezinscyclus												
Leeftijd	p=0,63		p=0,50		p=0,71		p=0,86		p=0,20		p=0,25	
19-24 jaar	34,7	0,8	34,3	0,7	12,5	0,4	13,1	0,3	1,1	0,1	1,1	0,0
25-30 jaar	34,2	0,5	34,9	0,5	12,6	0,2	13,2	0,2	1,0	0,0	1,2	0,0
gecorrigeerd voor leeftijd												
Gezinscyclus	p=0,20		p=0,01		p=0,55		p=0,05		p=0,34		p=0,26	
Alleen	34,3	1,2	34,4	0,8	12,5	0,6	13,3	0,4	0,9	0,1	1,1	0,1
Met partner	35,7	0,7	36,6	0,9	12,9	0,3	13,7	0,4	1,0	0,1	1,1	0,1
Gezin met kinderen	34,0	1,0	35,0	0,8	12,1	0,5	13,4	0,4	1,1	0,1	1,2	0,1
Inwonend bij ouder(s)	33,8	0,5	32,5	0,7	12,7	0,3	12,2	0,3	1,0	0,0	1,0	0,0
gecorrigeerd voor energie uit alcohol												
Alcoholgebruik	p=0,19		p=0,29		p=0,91		p=0,26		p=0,31		p=0,60	
Nee	37,1	1,0	35,6	0,8	13,4	0,5	13,4	0,3	1,2	0,1	1,2	0,1
Ja, minder dan 1 glas/week	35,0	0,7	35,2	0,5	13,2	0,4	13,5	0,2	1,1	0,1	1,1	0,0
Ja, 1 glas/week of meer	36,1	0,4	34,1	0,7	13,2	0,2	12,8	0,3	1,0	0,0	1,1	0,0
gecorrigeerd voor leeftijd												
Roken	P=0,02		p=0,49		p=0,24		p=0,40		p=0,10		p=0,32	
Ja	33,4	0,6	33,8	0,6	12,5	0,3	12,8	0,3	0,9	0,0	1,1	0,0
Nee, vroeger wel	33,3	1,0	35,2	1,0	12,1	0,5	13,5	0,4	1,0	0,1	1,0	0,1
Nee, nooit	35,3	0,5	34,2	0,5	12,9	0,2	12,9	0,2	1,1	0,0	1,1	0,0
gecorrigeerd voor leeftijd												
Supplement Gebruik	p=0,25		p=0,05		p=0,10		p=0,10		p=0,22		p=0,74	
Niet	34,6	0,4	33,7	0,4	12,8	0,2	12,8	0,2	1,0	0,0	1,1	0,0
Wel	33,7	0,7	35,2	0,6	12,2	0,4	13,4	0,3	0,9	0,1	1,1	0,0