



Gebruikelijke inneming* van macronutriënten uit voedingsmiddelen van Nederlandse jongens met leeftijd 2-3 jaar

Energie of macronutriënt	n	gemiddelde	P5	P25	P50	P75	P95
Energie (kJ)	327	5851	4253	5154	5798	6487	7630
Energie (Kcal)	327	1390	1010	1224	1378	1542	1814
Eiwit (g)	327	45	31	39	45	51	61
Eiwit (en%)	327	13	11	12	13	14	16
Vet, totaal (g)	327	47	28	37	45	55	70
Vet, totaal (en%)	327	29	22	26	29	33	38
Verzadigde vetzuren (g)	327	18	11	15	18	21	27
Verzadigde vetzuren (en%)	327	12	8.4	10	11	13	15
Transvetzuren (g)	327	1.2	0.7	0.9	1.2	1.4	1.9
Transvetzuren (en%)	327	0.8	0.5	0.7	0.8	0.9	1.0
Onverzadigde vetzuren (g)	327	24	14	19	23	28	37
Onverzadigde vetzuren (en%)	327	15	10	13	15	17	20
Koolhydraten (g)	327	197	144	173	195	219	256
Koolhydraten (en%)	327	57	49	54	57	61	66
Mono- en disachariden (g)	327	124	79	103	122	143	175
Voedingsvezel (g)	327	13	8.6	11	13	15	19
Voedingsvezel (g/MJ)	327	2.3	1.6	2.0	2.3	2.7	3.2

*gewogen voor socio-demografische factoren en seizoen

Copyright: Het Ministerie van VWS is eigenaar van de brongegevens van de voedselconsumptiepeilingen. Publicatie van de opgevraagde gegevensrapporten is toegestaan onder vermelding van www.rivm.nl/vcp of www.voedselconsumptiepeiling.nl (versie 11-2009)