



## Gebruikelijke inneming\* van macronutriënten uit voedingsmiddelen van Nederlandse jongens met leeftijd 4-6 jaar

<b>Energie of macronutriënt</b>	<b>n</b>	<b>gemiddelde</b>	<b>P5</b>	<b>P25</b>	<b>P50</b>	<b>P75</b>	<b>P95</b>
Energie (kJ)	327	6758	5322	6143	6723	7334	8314
Energie (Kcal)	327	1607	1265	1460	1598	1744	1977
Eiwit (g)	327	53	36	45	52	60	72
Eiwit (en%)	327	13	10	12	13	14	16
Vet, totaal (g)	327	56	39	48	55	63	76
Vet, totaal (en%)	327	31	24	28	31	33	37
Verzadigde vetzuren (g)	327	22	14	18	21	25	30
Verzadigde vetzuren (en%)	327	12	8.9	11	12	13	15
Transvetzuren (g)	327	1.5	0.9	1.2	1.4	1.7	2.1
Transvetzuren (en%)	327	0.8	0.6	0.7	0.8	0.9	1.1
Onverzadigde vetzuren (g)	327	29	19	24	28	33	40
Onverzadigde vetzuren (en%)	327	16	12	14	16	17	20
Koolhydraten (g)	327	223	172	201	222	244	278
Koolhydraten (en%)	327	56	48	53	56	59	64
Mono- en disachariden (g)	327	135	89	114	133	153	185
Voedingsvezel (g)	327	15	9.7	12	14	17	20
Voedingsvezel (g/MJ)	327	2.2	1.5	1.9	2.2	2.5	3.0

\*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](http://www.rivm.nl/vcp) of [www.voedselconsumptiepeiling.nl](http://www.voedselconsumptiepeiling.nl) (versie 11-2009)