



Bijdrage (gewogen* %) van voedingsmiddelen aan de inneming van energie en macronutriënten voor 19-30-jarigen, opgesplitst naar BMI

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	<25					
	Energie	Eiwit	Vet, totaal	Verzadigde vetzuren	Onverzadigde vetzuren	Transvetzuren
	%	%	%	%	%	%
01. Aardappelen en andere knolgewassen	4.5	3.3	1.7	2.3	1.3	5.1
02. Groenten	1.0	2.0	0.3	0.2	0.3	0.0
03. Peulvruchten	0.1	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0
04. Vruchten	3.9	2.6	3.8	1.8	5.5	0.0
05. Melkproducten	14.8	25.1	18.3	30.9	9.0	20.3
06. Granen en graanproducten	22.4	20.2	10.6	6.3	12.4	24.1
07. Vlees en vleesproducten	12.2	31.6	21.5	21.7	21.3	10.7
08. Vis, schaal- en schelpdieren	0.5	2.0	0.6	0.4	0.8	0.2
09. Eieren	0.7	1.7	1.2	0.8	1.3	0.1
10. Vetten	6.1	0.1	17.9	14.0	22.3	13.2
11. Suiker en zoetwaren	7.8	1.7	5.2	6.2	4.8	3.4
12. Koek, gebak en biscuit	6.6	2.9	7.1	8.3	5.8	17.7
13. Niet alcoholische dranken	7.8	1.5	0.1	0.1	0.1	0.1
14. Alcoholische dranken	5.5	1.1	0.0	0.1	0.0	0.1
15. Sauzen, kruiden en specerijen	3.9	0.9	9.1	4.4	13.4	0.7
16. Soepen, bouillon	0.7	1.2	0.8	0.8	0.8	0.6
17. Diversen	1.4	2.0	1.6	1.6	0.9	3.6

*Gewogen voor sociodemografische factoren



Bijdrage (gewogen* %) van voedingsmiddelen aan de inneming van energie en macronutriënten voor 19-30-jarigen, opgesplitst naar BMI

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	<25				
	Cholesterol	Koolhydraten	Mono- en disachariden	Voedingsvezel	Alcohol
	%	%	%	%	%
01. Aardappelen en andere knolgewassen	0.1	7.3	0.8	17.1	0.0
02. Groenten	0.0	1.2	1.4	11.7	0.0
03. Peulvruchten	0.0	0.2	0.1	1.3	0.0
04. Vruchten	0.0	4.7	7.9	11.7	0.0
05. Melkproducten	23.5	10.4	18.8	2.0	0.1
06. Granen en graanproducten	1.9	33.4	5.2	43.0	0.0
07. Vlees en vleesproducten	38.1	0.8	0.2	0.2	0.0
08. Vis, schaal- en schelpdieren	3.3	0.1	0.0	0.0	0.0
09. Eieren	17.1	0.0	0.0	0.0	0.0
10. Vetten	2.4	0.0	0.1	0.0	0.0
11. Suiker en zoetwaren	0.7	12.1	21.3	3.6	0.1
12. Koek, gebak en biscuit	7.3	7.8	7.2	4.3	0.0
13. Niet alcoholische dranken	0.1	15.7	29.7	1.8	0.0
14. Alcoholische dranken	0.1	3.2	4.8	0.0	99.8
15. Sauzen, kruiden en specerijen	2.0	1.4	2.0	0.7	0.1
16. Soepen, bouillon	1.3	0.6	0.3	1.8	0.0
17. Diversen	2.1	1.2	0.4	1.0	0.0

*Gewogen voor sociodemografische factoren



Bijdrage (gewogen* %) van voedingsmiddelen aan de inneming van energie en macronutriënten voor 19-30-jarigen, opgesplitst naar BMI

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	>=25					
	Energie	Eiwit	Vet, totaal	Verzadigde vetzuren	Onverzadigde vetzuren	Transvetzuren
	%	%	%	%	%	%
01. Aardappelen en andere knolgewassen	4.7	3.1	2.1	2.8	1.5	5.8
02. Groenten	1.2	2.1	0.3	0.3	0.4	0.0
03. Peulvruchten	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
04. Vruchten	3.8	2.3	3.4	1.9	4.8	0.0
05. Melkproducten	13.4	22.3	16.6	28.5	8.0	17.4
06. Granen en graanproducten	22.8	19.0	10.4	6.9	11.4	26.1
07. Vlees en vleesproducten	12.9	34.9	21.1	21.4	20.7	10.5
08. Vis, schaal- en schelpdieren	0.6	2.1	0.6	0.4	0.8	0.1
09. Eieren	0.6	1.5	1.2	0.8	1.2	0.1
10. Vetten	6.6	0.1	19.1	14.1	24.3	11.8
11. Suiker en zoetwaren	7.0	1.5	4.7	5.9	4.2	2.8
12. Koek, gebak en biscuit	7.7	3.3	8.1	9.5	6.6	18.3
13. Niet alcoholische dranken	8.7	1.7	0.3	0.5	0.2	0.2
14. Alcoholische dranken	3.0	0.5	0.1	0.1	0.0	0.1
15. Sauzen, kruiden en specerijen	4.0	0.8	9.1	3.9	13.7	0.5
16. Soepen, bouillon	0.8	1.4	0.9	0.9	0.9	0.8
17. Diversen	2.1	3.1	2.0	2.2	1.3	5.4

*Gewogen voor sociodemografische factoren



Bijdrage (gewogen* %) van voedingsmiddelen aan de inneming van energie en macronutriënten voor 19-30-jarigen, opgesplitst naar BMI

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	>=25				
	Cholesterol	Koolhydraten	Mono- en disachariden	Voedingsvezel	Alcohol
	%	%	%	%	%
01. Aardappelen en andere knolgewassen	0.1	7.2	0.9	17.1	0.0
02. Groenten	0.0	1.5	1.9	12.6	0.0
03. Peulvruchten	0.0	0.1	0.0	0.6	0.0
04. Vruchten	0.0	4.8	8.5	12.5	0.0
05. Melkproducten	20.1	8.9	16.2	1.7	0.0
06. Granen en graanproducten	2.4	33.9	5.2	39.8	0.0
07. Vlees en vleesproducten	40.3	0.8	0.2	0.1	0.0
08. Vis, schaal- en schelpdieren	3.3	0.1	0.0	0.0	0.0
09. Eieren	15.4	0.0	0.0	0.0	0.0
10. Vetten	2.2	0.0	0.1	0.0	0.0
11. Suiker en zoetwaren	0.8	10.6	18.9	3.5	0.1
12. Koek, gebak en biscuit	8.4	9.1	8.8	5.3	0.0
13. Niet alcoholische dranken	0.3	17.2	33.0	1.7	0.0
14. Alcoholische dranken	0.1	1.7	2.8	0.0	99.6
15. Sauzen, kruiden en specerijen	2.0	1.6	2.4	0.9	0.3
16. Soepen, bouillon	1.5	0.6	0.3	2.0	0.0
17. Diversen	3.1	1.9	1.0	2.2	0.0

*Gewogen voor sociodemografische factoren