



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

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	Man					
	Energie	Eiwit	Vet, totaal	Verzadigde vetzuren	Onverzadigde vetzuren	Transvetzuren
	%	%	%	%	%	%
01. Aardappelen en andere knolgewassen	4.6	3.3	1.9	2.5	1.4	5.5
02. Groenten	0.9	1.9	0.3	0.2	0.3	0.0
03. Peulvruchten	0.1	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0
04. Vruchten	3.5	2.4	3.6	1.9	5.1	0.0
05. Melkproducten	13.8	23.4	17.3	29.9	8.3	19.4
06. Granen en graanproducten	22.8	20.6	10.6	6.5	12.1	25.6
07. Vlees en vleesproducten	12.5	33.0	21.8	22.3	21.3	11.3
08. Vis, schaal- en schelpdieren	0.6	2.1	0.7	0.5	0.8	0.3
09. Eieren	0.7	1.8	1.3	0.9	1.4	0.1
10. Vetten	6.7	0.1	19.7	15.6	24.3	14.6
11. Suiker en zoetwaren	7.6	1.5	4.9	5.7	4.5	3.2
12. Koek, gebak en biscuit	5.6	2.5	6.0	7.0	4.9	14.4
13. Niet alcoholische dranken	7.8	1.4	0.1	0.2	0.1	0.0
14. Alcoholische dranken	6.5	1.5	0.0	0.0	0.0	0.1
15. Sauzen, kruiden en specerijen	4.0	0.9	9.4	4.3	13.8	0.7
16. Soepen, bouillon	0.7	1.3	0.9	0.8	0.9	0.6
17. Diversen	1.4	2.0	1.6	1.6	0.8	4.0

*Gewogen voor sociodemografische factoren



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

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	Man				
	Cholesterol	Koolhydraten	Mono- en disachariden	Voedingsvezel	Alcohol
	%	%	%	%	%
01. Aardappelen en andere knolgewassen	0.1	7.5	0.9	17.7	0.0
02. Groenten	0.0	1.2	1.5	11.5	0.0
03. Peulvruchten	0.0	0.2	0.1	1.3	0.0
04. Vruchten	0.0	4.2	7.1	10.7	0.0
05. Melkproducten	21.7	9.7	17.9	1.6	0.0
06. Granen en graanproducten	1.9	34.5	5.3	44.5	0.0
07. Vlees en vleesproducten	39.7	0.8	0.2	0.1	0.0
08. Vis, schaal- en schelpdieren	2.9	0.1	0.0	0.0	0.0
09. Eieren	18.4	0.0	0.0	0.0	0.0
10. Vetten	2.6	0.0	0.1	0.0	0.0
11. Suiker en zoetwaren	0.7	12.0	21.7	3.6	0.0
12. Koek, gebak en biscuit	6.1	6.7	6.2	3.9	0.0
13. Niet alcoholische dranken	0.1	15.9	30.7	1.5	0.0
14. Alcoholische dranken	0.0	3.8	5.5	0.0	99.8
15. Sauzen, kruiden en specerijen	2.1	1.5	2.2	0.7	0.1
16. Soepen, bouillon	1.4	0.6	0.3	1.8	0.0
17. Diversen	2.3	1.3	0.4	0.9	0.0

*Gewogen voor sociodemografische factoren

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)



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

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	Vrouw					
	Energie	Eiwit	Vet, totaal	Verzadigde vetzuren	Onverzadigde vetzuren	Transvetzuren
	%	%	%	%	%	%
01. Aardappelen en andere knolgewassen	4.5	3.1	1.8	2.4	1.4	5.1
02. Groenten	1.2	2.2	0.4	0.3	0.4	0.0
03. Peulvruchten	0.1	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0
04. Vruchten	4.3	2.6	3.7	1.7	5.5	0.0
05. Melkproducten	15.0	25.2	18.3	30.5	9.1	19.2
06. Granen en graanproducten	22.2	18.8	10.4	6.5	12.0	23.7
07. Vlees en vleesproducten	12.3	32.1	20.8	20.7	20.9	9.8
08. Vis, schaal- en schelpdieren	0.5	1.9	0.6	0.4	0.8	0.1
09. Eieren	0.6	1.4	1.1	0.7	1.1	0.1
10. Vetten	5.6	0.1	16.4	12.1	21.0	10.4
11. Suiker en zoetwaren	7.6	1.7	5.3	6.6	4.8	3.2
12. Koek, gebak en biscuit	8.8	3.7	9.4	10.8	7.6	22.2
13. Niet alcoholische dranken	8.5	1.7	0.3	0.4	0.1	0.2
14. Alcoholische dranken	2.4	0.2	0.1	0.1	0.0	0.1
15. Sauzen, kruiden en specerijen	3.8	0.9	8.7	4.1	13.0	0.6
16. Soepen, bouillon	0.7	1.2	0.8	0.8	0.8	0.8
17. Diversen	1.9	2.9	1.9	2.0	1.3	4.5

*Gewogen voor sociodemografische factoren



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

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	Vrouw				
	Cholesterol	Koolhydraten	Mono- en disachariden	Voedingsvezel	Alcohol
	%	%	%	%	%
01. Aardappelen en andere knolgewassen	0.1	7.0	0.8	16.2	0.0
02. Groenten	0.0	1.5	1.7	12.5	0.0
03. Peulvruchten	0.0	0.1	0.0	0.8	0.0
04. Vruchten	0.0	5.4	9.3	13.6	0.0
05. Melkproducten	23.2	10.2	18.0	2.2	0.1
06. Granen en graanproducten	2.2	32.2	5.1	38.8	0.0
07. Vlees en vleesproducten	37.6	0.8	0.2	0.1	0.0
08. Vis, schaal- en schelpdieren	3.8	0.0	0.0	0.0	0.0
09. Eieren	14.2	0.0	0.0	0.0	0.0
10. Vetten	1.9	0.0	0.1	0.0	0.0
11. Suiker en zoetwaren	0.9	11.0	19.1	3.6	0.1
12. Koek, gebak en biscuit	9.8	10.2	9.5	5.5	0.0
13. Niet alcoholische dranken	0.3	16.5	30.7	2.0	0.0
14. Alcoholische dranken	0.2	1.4	2.5	0.0	99.5
15. Sauzen, kruiden en specerijen	1.9	1.4	1.9	0.9	0.1
16. Soepen, bouillon	1.3	0.6	0.3	1.9	0.0
17. Diversen	2.6	1.6	0.9	1.8	0.0

*Gewogen voor sociodemografische factoren