



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

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	Laag					
	Energie	Eiwit	Vet, totaal	Verzadigde vetzuren	Onverzadigde vetzuren	Transvetzuren
	%	%	%	%	%	%
01. Aardappelen en andere knolgewassen	5.0	3.5	2.1	2.7	1.5	6.1
02. Groenten	1.0	1.8	0.4	0.3	0.4	0.0
03. Peulvruchten	0.1	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0
04. Vruchten	3.3	2.0	3.0	1.7	4.2	0.0
05. Melkproducten	14.6	24.5	18.6	31.2	9.1	20.2
06. Granen en graanproducten	21.4	18.6	9.8	6.0	11.2	23.6
07. Vlees en vleesproducten	12.3	33.6	20.6	20.4	20.8	10.0
08. Vis, schaal- en schelpdieren	0.4	1.6	0.5	0.4	0.6	0.3
09. Eieren	0.6	1.6	1.2	0.8	1.3	0.1
10. Vetten	6.4	0.1	18.5	14.7	22.9	13.6
11. Suiker en zoetwaren	7.5	1.4	4.4	5.0	4.3	3.1
12. Koek, gebak en biscuit	7.1	3.3	7.6	8.7	6.3	17.0
13. Niet alcoholische dranken	9.2	1.6	0.3	0.4	0.1	0.1
14. Alcoholische dranken	4.0	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0
15. Sauzen, kruiden en specerijen	4.1	0.8	10.0	4.8	15.0	0.8
16. Soepen, bouillon	0.7	1.4	0.9	0.8	0.9	0.5
17. Diversen	2.1	3.3	2.1	2.1	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 opleidingsniveau

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	Laag				
	Cholesterol	Koolhydraten	Mono- en disachariden	Voedingsvezel	Alcohol
01. Aardappelen en andere knolgewassen	0.0	7.8	0.9	19.2	0.0
02. Groenten	0.0	1.3	1.5	11.2	0.0
03. Peulvruchten	0.0	0.1	0.0	1.0	0.0
04. Vruchten	0.0	4.2	7.0	11.3	0.0
05. Melkproducten	22.6	9.6	16.9	1.9	0.0
06. Granen en graanproducten	2.0	31.6	4.9	40.7	0.0
07. Vlees en vleesproducten	37.9	0.8	0.2	0.1	0.0
08. Vis, schaal- en schelpdieren	2.5	0.1	0.0	0.0	0.0
09. Eieren	16.0	0.0	0.0	0.0	0.0
10. Vetten	2.8	0.0	0.1	0.0	0.0
11. Suiker en zoetwaren	0.6	11.8	20.5	3.3	0.1
12. Koek, gebak en biscuit	8.2	8.4	7.5	4.6	0.0
13. Niet alcoholische dranken	0.1	18.3	34.2	1.9	0.0
14. Alcoholische dranken	0.0	2.5	3.8	0.0	99.7
15. Sauzen, kruiden en specerijen	2.2	1.2	1.7	0.8	0.1
16. Soepen, bouillon	1.6	0.5	0.2	1.7	0.0
17. Diversen	3.5	1.8	0.7	2.2	0.0

*Gewogen voor sociodemografische factoren



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

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	Midden					
	Energie	Eiwit	Vet, totaal	Verzadigde vetzuren	Onverzadigde vetzuren	Transvetzuren
	%	%	%	%	%	%
01. Aardappelen en andere knolgewassen	4.6	3.3	1.9	2.5	1.3	5.2
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	4.1	2.7	4.0	2.0	5.8	0.0
05. Melkproducten	14.1	23.8	17.0	29.2	8.2	17.8
06. Granen en graanproducten	22.9	20.1	11.0	6.8	12.5	27.1
07. Vlees en vleesproducten	12.6	33.1	22.0	22.6	21.5	10.9
08. Vis, schaal- en schelpdieren	0.5	1.7	0.5	0.3	0.6	0.1
09. Eieren	0.7	1.8	1.4	0.9	1.5	0.1
10. Vetten	6.2	0.1	18.3	14.0	22.8	12.4
11. Suiker en zoetwaren	7.8	1.6	4.9	6.1	4.4	3.0
12. Koek, gebak en biscuit	6.8	3.0	7.4	8.6	6.0	18.0
13. Niet alcoholische dranken	8.1	1.4	0.1	0.1	0.1	0.1
14. Alcoholische dranken	4.3	0.8	0.1	0.1	0.0	0.1
15. Sauzen, kruiden en specerijen	3.9	0.8	9.1	4.4	13.4	0.7
16. Soepen, bouillon	0.7	1.1	0.7	0.7	0.7	0.7
17. Diversen	1.4	2.2	1.4	1.4	0.7	4.0

*Gewogen voor sociodemografische factoren



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

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	Midden				
	Cholesterol	Koolhydraten	Mono- en disachariden	Voedingsvezel	Alcohol
01. Aardappelen en andere knolgewassen	0.1	7.3	0.8	17.4	0.0
02. Groenten	0.0	1.3	1.5	11.6	0.0
03. Peulvruchten	0.0	0.2	0.1	1.1	0.0
04. Vruchten	0.0	4.9	8.3	12.3	0.0
05. Melkproducten	21.0	10.1	18.3	1.8	0.0
06. Granen en graanproducten	2.1	33.6	5.0	42.1	0.0
07. Vlees en vleesproducten	39.9	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	2.1	0.0	0.1	0.0	0.0
11. Suiker en zoetwaren	0.7	12.1	21.3	3.8	0.1
12. Koek, gebak en biscuit	7.4	8.0	7.4	4.5	0.0
13. Niet alcoholische dranken	0.1	16.0	30.4	1.5	0.0
14. Alcoholische dranken	0.1	2.4	3.5	0.0	99.7
15. Sauzen, kruiden en specerijen	2.0	1.5	2.1	0.7	0.1
16. Soepen, bouillon	1.2	0.5	0.3	1.7	0.0
17. Diversen	2.0	1.3	0.6	1.1	0.0

*Gewogen voor sociodemografische factoren



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

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	Hoog					
	Energie	Eiwit	Vet, totaal	Verzadigde vetzuren	Onverzadigde vetzuren	Transvetzuren
	%	%	%	%	%	%
01. Aardappelen en andere knolgewassen	4.1	2.9	1.6	2.2	1.2	4.9
02. Groenten	1.1	2.3	0.3	0.2	0.3	0.0
03. Peulvruchten	0.1	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0
04. Vruchten	3.9	2.5	3.7	1.8	5.4	0.0
05. Melkproducten	14.5	24.5	18.3	30.8	9.0	21.3
06. Granen en graanproducten	22.9	20.3	10.4	6.4	12.1	21.7
07. Vlees en vleesproducten	12.2	31.1	21.0	21.1	20.8	10.7
08. Vis, schaal- en schelpdieren	0.8	3.0	0.9	0.6	1.2	0.3
09. Eieren	0.5	1.3	1.0	0.7	1.1	0.1
10. Vetten	6.3	0.1	18.2	13.4	23.1	12.7
11. Suiker en zoetwaren	7.3	1.8	5.9	7.1	5.4	3.7
12. Koek, gebak en biscuit	6.9	2.9	7.4	8.8	5.9	18.5
13. Niet alcoholische dranken	7.1	1.7	0.3	0.4	0.1	0.2
14. Alcoholische dranken	6.1	1.2	0.1	0.1	0.0	0.1
15. Sauzen, kruiden en specerijen	3.7	0.9	8.1	3.6	12.2	0.4
16. Soepen, bouillon	0.8	1.3	1.0	0.9	0.9	0.9
17. Diversen	1.6	1.9	1.9	2.1	1.3	4.4

*Gewogen voor sociodemografische factoren



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

Productgroepen gebaseerd op Epic-Soft indeling	Hoog				
	Cholesterol	Koolhydraten	Mono- en disachariden	Voedingsvezel	Alcohol
	%	%	%	%	%
01. Aardappelen en andere knolgewassen	0.1	6.7	0.8	14.9	0.0
02. Groenten	0.0	1.4	1.8	13.1	0.0
03. Peulvruchten	0.0	0.2	0.0	1.1	0.0
04. Vruchten	0.0	4.9	8.6	12.0	0.0
05. Melkproducten	24.5	9.8	18.4	1.8	0.1
06. Granen en graanproducten	2.0	35.2	5.9	42.9	0.0
07. Vlees en vleesproducten	37.7	0.7	0.2	0.1	0.0
08. Vis, schaal- en schelpdieren	4.8	0.1	0.0	0.0	0.0
09. Eieren	14.0	0.0	0.0	0.0	0.0
10. Vetten	2.1	0.0	0.1	0.0	0.0
11. Suiker en zoetwaren	1.0	10.7	19.2	3.4	0.0
12. Koek, gebak en biscuit	7.7	8.5	8.4	4.7	0.0
13. Niet alcoholische dranken	0.3	14.6	27.9	2.0	0.0
14. Alcoholische dranken	0.2	3.6	5.5	0.0	99.8
15. Sauzen, kruiden en specerijen	1.9	1.6	2.3	0.9	0.1
16. Soepen, bouillon	1.4	0.7	0.3	2.1	0.0
17. Diversen	2.3	1.4	0.5	0.9	0.0

*Gewogen voor sociodemografische factoren