



Hjemmebag og grønt

2018-08-21 12:49 CEST

Madpakkeland

***Skolen er begyndt og det er igen tid til at smøre madpakker til store og små.
Spørgsmålet er, hvad skal der i madpakken?***

Rugbrødet er en af grundstenene i madpakken, og Fuldkornspartnerskabet anbefaler fuldkornsvarianten, som betyder, at hele kornet er med også kimen og skaldelene, hvor de fleste fibre, vitaminer og mineraler sidder. Børn mellem 4-10 år anbefales at spise 40-60 gram fuldkorn om dagen i gennemsnit.

Vil du have fuldkorn i madpakken er der en masse andre muligheder. Fuldkornstortillaer, en lys fuldkornsbolle, lidt knækbrød eller en lækker salat med lidt kerner eller fuldkornsris i madpakken. Men fuldkorn gør det ikke alene – i Fuldkornspartnerskabets madpakketema kan du finde inspiration til ”soldatermadpakken” og ”prinsessemadpakken”, eller du kan snuppe en af de hurtige madpakker.

Fuldkornspartnerskabet arbejder for at forbedre folkesundheden ved at få danskerne til at spise mere fuldkorn. Fuldkornspartnerskabet består af Hjerteforeningen, Diabetesforeningen, Kræftens Bekæmpelse, Fødevarestyrelsen og en række fødevareraktiviteter.

Fuldkornspartnerskabet er et offentligt privat partnerskab, der arbejder for at forbedre folkesundheden ved at få danskerne til at spise mere fuldkorn.

Bag Fuldkornspartnerskabet står Fødevarestyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen, Diabetesforeningen og en række fødevareraktiviteter.

Kontaktpersoner



Rikke Iben Neess

Pressekontakt
Kampagneleder
Pressekontakt
rikn@di.dk
+45 30 38 15 36