



2017-05-15 07:00 CEST

Danskerne spiser stadig mad i pakker

Kantineordninger har indtaget de danske arbejdspladser og uddannelser i stor stil, men den medbragte madpakke er heldigvis ikke stemt helt ude. Faktisk viser nye tal, at 46 % af danskerne spiser madpakke på studiet eller arbejdspladsen.

Der bliver formentlig stadig smurt masser af rugbrødsmadder om morgenen i de danske hjem. Ifølge en ny undersøgelse foretaget af YouGov for Fuldkornspartnerskabet medbringer godt halvdelen af danskerne madpakke til deres arbejdsplads eller uddannelse og 46% spiser rugbrød hver dag. Det glæder Camilla Toft Petersen, kampagneleder for Fuldkornspartnerskabet, sig over.

”Det overrasker os faktisk lidt, at så mange danskere i dag stadig medbringer madpakken, nu hvor der findes en lang række madtilbud, men det glæder os samtidig, at madpakken ikke er dømt ude, da den kan være en rigtig god kilde til få fuldkorn til frokost”.

Derfor skal madpakken indeholde fuldkorn

Når det gælder danskernes præferencer for indholdet i madpakken, viser samme undersøgelse, at 45% af danskerne finder det vigtigt, at madpakken er sund, mens kun 20% mener, at fuldkorn er en vigtig bestanddel af madpakken.

”Det er positivt at hver 5. dansker mener, at fuldkorn er en vigtig bestanddel af madpakken, men der er stadig plads til forbedring, hvis danskerne gerne vil gøre deres madpakke sundere. Det er nemlig en rigtig god idé, at den indeholder fuldkorn fx i form af rugbrød, der med sit høje indhold af rug er en af de vigtigste fuldkornskilder til forebyggelse af blodpropper i hjertet”, siger Natasha Selberg, konsulent i kost- og ernæringsområdet hos Hjerteforeningen.

Nøgleordet er variation

Danskerne spiser op imod halvdelen af dagens mad, mens de er på arbejde eller i skole. Madpakken er derfor en vigtig del af det daglige kostindtag, og ønsker man at sammensætte et lækkert, sundt og varieret frokostmåltid, skal menuen indeholde 5 ting: brød, grønt, pålæg, fisk og frugt.

En nem måde at få mere fuldkorn ind i madpakken på, er at gå efter det orange fuldkornslogo, som i dag findes på næsten 700 forskellige produkter.

Find inspiration til madpakker med fuldkorn blandt de 6 vedlagt opskrifter og find flere fuldkornsopskrifter på www.fuldkorn.dk

For mere information om

Fuldkornspartnerskabet og fuldkornskampagnen, kontakt kampagneleder Camilla Toft Petersen, Fuldkornspartnerskabet, 3038 1546, camilla@fuldkorn.dk

Fakta om Fuldkorn og Fuldkornspartnerskabet

- Fødevarestyrelsen anbefaler, som en del af de officielle kostråd, at en voksen spiser minimum 75 gram fuldkorn om dagen, mens børn anbefales at indtage 40-60 gram om dagen.
- Danskerne spiser i dag 63 gram fuldkorn om dagen. Før Fuldkornspartnerskabet blev etableret, spiste danskerne kun 36 gram fuldkorn om dagen.
- 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 fødevarevirksomheder.

Kilder

Undersøgelsen er gennemført af analyseinstituttet YouGov. Der er i alt gennemført 1006 CAWI-interview med danskere i alderen 18-74 år, i perioden 21. marts – 29. marts 2017.

Data i YouGov målingerne er vejet på køn, alder og geografi på baggrund af et ideal fra Danmarks Statistik, således at resultaterne er repræsentative for den danske befolkning i alderen 18-74 år.

Opskrifter

Find lækre fuldkornsopskrifter på www.fuldkorn.dk eller i den gratis fuldkornsapp.

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 fødevarevirksomheder.

Kontaktpersoner



Rikke Iben Neess

Pressekontakt

Kampagneleder

Pressekontakt

rikn@di.dk

+45 30 38 15 36