



'Van melk krijg je geen witte tanden'

Nulmeting van de consumptie van melk, groente en fruit, de kennis van gezonde eetgewoonten en het eet- en drinkgedrag van kinderen in Nederland

M.J. Bogaardt, M.A. van Haaster-de Winter, G.M.L. Tacken



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

‘Van melk krijg je geen witte tanden’

Nulmeting van de consumptie van melk, groente en fruit, de kennis van gezonde eetgewoonten en het eet- en drinkgedrag van kinderen in Nederland

M.J. Bogaardt, M.A. van Haaster-de Winter, G.M.L. Tacken

Dit onderzoek is uitgevoerd door Wageningen Economic Research in opdracht van en gefinancierd door het ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit, in het kader van het Beleidsondersteunend onderzoek onderzoeksthema ‘Gemeenschappelijk Landbouwbeleid’ (projectnummer BO-20-017-036)

Wageningen Economic Research
Wageningen, januari 2018

RAPPORT
2018-021
ISBN 978-94-6343-246-7

Bogaardt, M.J., Haaster-de Winter, M.A. van, Tacken, G.M.L., 2018. 'Van melk krijg je geen witte tanden'; Nulmeting van de consumptie van melk, groente en fruit, de kennis van gezonde eetgewoonten en het eet- en drinkgedrag van kinderen in Nederland. Wageningen, Wageningen Economic Research, Rapport 2018-021. 28 blz.; 2 fig.; 19 tab.; 15 ref.

Recent zijn in Europees verband de schoolfruitregeling en de schoolmelkregeling samengevoegd tot één schoolregeling. Het doel van die gecombineerde schoolregeling is om de consumptie van groente, fruit en melk bij kinderen te bevorderen. Ten behoeve van een effectmeting op termijn van de regeling is in dit onderzoek het volgende gemeten: het huidige niveau van de consumptie van melkproducten, groente en fruit, de kennis over gezonde voeding en het gezond eet- en drinkgedrag van schoolgaande kinderen in Nederland die nog niet eerder hebben deelgenomen aan de twee regelingen.

Recently, in Europe the school fruit scheme and the school milk scheme have been merged into one school scheme. The purpose of the combined school arrangement is to promote the consumption of vegetables, fruit and milk by children. For the purpose of a long-term effect measurement of the regulation, this research covers the current level of consumption of dairy products, fruit and vegetables, the knowledge about healthy eating and the healthy eating and drinking behaviour of school-age children in the Netherlands who have not previously participated in the two schemes.

Trefwoorden: schoolmelk, schoolfruit, schoolgroente, kinderen, consumptie, gedrag, kennis, gewoonte.

Dit rapport is gratis te downloaden op <https://doi.org/10.18174/440413> of op www.wur.nl/economic-research (onder Wageningen Economic Research publicaties).

© 2018 Wageningen Economic Research
Postbus 29703, 2502 LS Den Haag, T 070 335 83 30, E communications.ssg@wur.nl,
www.wur.nl/economic-research. Wageningen Economic Research is onderdeel van Wageningen University & Research.



Wageningen Economic Research hanteert voor haar rapporten een Creative Commons Naamsvermelding 3.0 Nederland licentie.

© Wageningen Economic Research, onderdeel van Stichting Wageningen Research, 2018
De gebruiker mag het werk kopiëren, verspreiden en doorgeven en afgeleide werken maken. Materiaal van derden waarvan in het werk gebruik is gemaakt en waarop intellectuele eigendomsrechten berusten, mogen niet zonder voorafgaande toestemming van derden gebruikt worden. De gebruiker dient bij het werk de door de maker of de licentiegever aangegeven naam te vermelden, maar niet zodanig dat de indruk gewekt wordt dat zij daarmee instemmen met het werk van de gebruiker of het gebruik van het werk. De gebruiker mag het werk niet voor commerciële doeleinden gebruiken.

Wageningen Economic Research aanvaardt geen aansprakelijkheid voor eventuele schade voortvloeiend uit het gebruik van de resultaten van dit onderzoek of de toepassing van de adviezen.

Wageningen Economic Research is ISO 9001:2008 gecertificeerd.

Wageningen Economic Research Rapport 2018-021 | Projectcode 2282100185

Foto omslag: Shutterstock

Inhoud

| | | |
|----------|--|-----------|
| | Woord vooraf | 5 |
| | Samenvatting | 6 |
| | S.1 Belangrijkste uitkomsten | 6 |
| | S.2 Overige uitkomsten | 6 |
| | S.3 Methode | 6 |
| 1 | Inleiding | 7 |
| | 1.1 Aanleiding | 7 |
| | 1.2 Doelstelling | 7 |
| | 1.3 Onderzoeksvragen | 8 |
| 2 | Methode | 9 |
| | 2.1 Inleiding | 9 |
| | 2.2 Indicatoren | 9 |
| | 2.3 Vragenlijst | 10 |
| | 2.4 Steekproef | 11 |
| 3 | Resultaten | 13 |
| | 3.1 Inleiding | 13 |
| | 3.2 Consumptie | 13 |
| | 3.3 Kennis van gezonde eetgewoonten | 15 |
| | 3.4 Gedrag met betrekking tot gezonde eetgewoonten | 16 |
| 4 | Conclusies | 20 |
| | 4.1 Belangrijkste conclusies | 20 |
| | 4.2 Nabeschouwing | 21 |
| | Literatuur en websites | 22 |
| | Bijlage 1 SMF-groep versus doelgroep | 23 |

Woord vooraf

Kinderen in het primair en voortgezet onderwijs kunnen schoolmelk, schoolfruit en -groente ontvangen. De twee overheidsregelingen die dat stimuleren - de schoolfruitregeling en de schoolmelkregeling - zijn in Europees verband gecombineerd tot één schoolregeling om de effectiviteit en efficiëntie van de regelingen te vergroten. Doel van de gecombineerde regeling is om gezonde voedingsgewoontes bij kinderen te stimuleren en zo de afzet van melk-/zuivelproducten en groenten op de lange termijn bevorderen (rvo.nl en euschoolfruit.nl). Het ministerie van Economische Zaken moet daarvoor een nationale strategie ontwikkelen. Over vijf jaar wil het ministerie die nieuwe, gecombineerde schoolregeling evalueren. Daarom wil het ministerie weten hoe het nu is gesteld met het consumptiegedrag en de kennis van gezonde eetgewoonten van kinderen die nog niet deelnemen aan de twee regelingen. Wageningen Economic Research heeft voor het ministerie die huidige situatie onderzocht. Het onderzoek is uitgevoerd door Gemma Tacken, projectleider Consument & Ketens, Mariët van Haaster-de Winter, consumentgedrag- en marktonderzoeker, en Marc-Jeroen Bogaardt, bestuurskundig onderzoeker. Verder heeft PanelWizard een belangrijke bijdrage geleverd aan dit onderzoek. Ik wil Lenie Brugging, Hans Keulen en Karel van Bommel van het ministerie van Economische Zaken hartelijk danken voor hun bijdrage tijdens het onderzoek.



Prof.dr.ir. J.G.A.J. (Jack) van der Vorst
Algemeen Directeur Social Sciences Group (SSG)
Wageningen University & Research

Samenvatting

S.1 Belangrijkste uitkomsten

Minimaal 50% van de kinderen consumeert ongeveer evenveel of meer melk, groente en fruit dan de norm van het Voedingscentrum. Bij fruit en groente ligt dat percentage iets hoger doordat de groep kinderen die helemaal geen fruit of groente eet relatief laag is. Melk en overige zuivel worden relatief vaak helemaal niet gegeten door kinderen, wat het gemiddelde drukt. De kinderen die wel melk eten consumeren bijna allemaal boven de norm. Alleen de consumptie van overige zuivelproducten blijft relatief vaak achter op de norm van het Voedingscentrum.

Verder blijkt dat gemiddeld 21% van de kinderen weet niet aankruist bij de kennisvragen over gezonde eetgewoonten. Het kennisniveau van de kinderen die deze vragen wel beantwoorden, is relatief hoog te noemen. Op een paar stellingen na, heeft minimaal 80% van hen goed beantwoord.

Daarnaast lukt het sommige kinderen (heel) goed om gezond te eten en te drinken. En voor anderen is het wat lastiger om dagelijks gezond te eten en te drinken. Het vaakst lukt het kinderen om een keer per week te sporten, volkoren- of bruin brood te eten als boterham, dagelijks water of thee te drinken, en veel te bewegen. Het blijkt echter lastiger om minimaal één keer per week vette vis te eten en elke dag groente als tussendoortje te eten.

S.2 Overige uitkomsten

Elke dag ontbijten is de belangrijkste eetregel waar kinderen zich thuis aan moeten houden (95%). Gemiddeld gezien vinden ouders de volgende eetregels het belangrijkste in het dagelijks leven van hun kinderen: voldoende bewegen, gevarieerd eten, voldoende groente en fruit eten.

Verder blijkt dat de houding van de kinderen gemiddeld positief is tegenover consumptie van melk, groente en fruit, waarbij de houding tegenover fruitconsumptie de hoogste score heeft.

Daarnaast zegt bijna 80% van de kinderen zelf te (mogen) beslissen wat ze tijdens het ontbijt thuis eten en drinken. Maar voor het avondeten geeft 80% aan dat de ouders (of verzorgers) beslissen wat er wordt gegeten.

S.3 Methode

Ten behoeve van de nieuwe gecombineerde schoolregeling in Nederland, is van kinderen tussen de 7 en 14 jaar die nog niet eerder hebben deelgenomen aan de schoolfruit- en/of schoolmelkregeling het volgende in kaart gebracht:

- het huidige consumptiegedrag van melk, groente en fruit thuis en op school,
- de kennis van gezonde eetgewoonten, en
- het eet- en drinkgedrag.

Voor het in kaart brengen van de huidige situatie en het bepalen in hoeverre de doelstelling door de schoolregeling wordt bereikt over vijf jaar zijn in samenspraak met het ministerie van EZ indicatoren vastgesteld. Op basis van de indicatoren is een vragenlijst ontwikkeld. Voor deze vragenlijst is gebruik gemaakt van vragen voor kinderen.

De meting heeft in mei 2017 plaatsgevonden via een online survey onder kinderen in de leeftijd van 7 tot en met 14 jaar. Alle kinderen zijn lid van een panel van een gespecialiseerd marktonderzoeksbureau. Van de totale steekproef van 1.094 kinderen hebben 440 kinderen nog nooit eerder deelgenomen aan de schoolmelk- en schoolfruitregeling (zie hoofdstuk 3). En 654 kinderen hebben al een of meerdere keren deelgenomen aan de schoolmelk- en/of schoolfruitregeling in de afgelopen paar jaar (zie bijlage 1).

1 Inleiding

1.1 Aanleiding

In Nederland liepen tot voor kort twee schoolregelingen parallel aan elkaar, te weten de schoolmelk- en de schoolfruitregeling. Recent zijn in Europees verband de schoolfruitregeling en de schoolmelkregeling samengevoegd tot één schoolregeling. Het doel van die gecombineerde schoolregeling is om de consumptie van groente, fruit en melk bij kinderen te bevorderen. Door beide regelingen samen te voegen kunnen de beschikbare middelen – op EU-niveau jaarlijks 150 miljoen euro voor fruit en 100 miljoen euro voor melk - efficiënter worden aangewend. De Europese Commissie wil door versterking van educatieve maatregelen - zoals lessen en activiteiten over groente, fruit en gezonde voeding op school - bij kinderen een basis leggen voor gezonde eetgewoonten om zo de strijd tegen onder meer obesitas aan te gaan in Europa.

De schoolmelkregeling wordt sinds 1977 uitgevoerd. Deze regeling heeft als doel de melkconsumptie bij kinderen op korte en lange termijn te bevorderen. Schoolmelk wordt vaak in de loop van de ochtend of tijdens de lunch aan de kinderen verstrekt. Scholen kunnen inschrijven om deel te nemen aan de schoolmelkregeling en op deelnemende scholen kunnen ouders via een abonnement schoolmelk bestellen voor hun kinderen. Voor de schoolmelkregeling is in het kader van de nieuwe regeling een EU-budget van 2,4 miljoen euro per jaar beschikbaar.

De schoolfruitregeling komt voort uit de hervorming van de gemeenschappelijke marktordening voor groente en fruit van 2007. Sinds 2010 maakt Nederland gebruik van de schoolfruitregeling met als doel de groente- en fruitconsumptie van kinderen in onderwijsinstellingen te vergroten en kinderen kennis bij te brengen over gezonde eetgewoonten. Voor Nederland is een jaarlijks EU-budget van 5,4 miljoen euro beschikbaar voor de schoolfruitregeling. In 2016-2017 konden ongeveer 2.600 scholen deelnemen. Deelname gebeurt op basis van inschrijving voorafgaand aan ieder schooljaar.

De doelstelling die het ministerie van EZ voor de nieuwe regeling heeft gedefinieerd, luidt:

‘Over vijf jaar - in 2022 - moet de consumptie van groente, fruit en melk door kinderen tussen zeven en veertien jaar oud zijn toegenomen, zowel thuis als op school, en moet de kennis van gezonde eetgewoonten bij die kinderen zijn toegenomen en vaker in praktijk zijn gebracht door die kinderen ten opzichte van 2017.’

Lidstaten die willen deelnemen aan die nieuwe, gecombineerde schoolregeling moeten volgens de Europese verordeningen nr. 1308/2013 en nr. 2016/247 vooraf een strategie voor de uitvoering van de regelingen vaststellen en indienen bij de Europese Commissie. In die nationale strategie - die geldt voor de schooljaren 2017/2018 tot en met 2022/2023 - moet de huidige situatie worden aangegeven van het niveau van de consumptie van melkproducten, groente en fruit, de kennis over gezonde voeding en het gezond eet- en drinkgedrag van schoolgaande kinderen in Nederland die nog niet eerder hebben deelgenomen aan de twee regelingen. Aan Wageningen Economic Research is gevraagd om die huidige situatie in kaart te brengen.

1.2 Doelstelling

Van kinderen in Nederland die nog niet eerder hebben deelgenomen aan de twee regelingen wordt het volgende in kaart gebracht:

- het huidige consumptiegedrag van melk, groente en fruit thuis en op school,
- de kennis van gezonde eetgewoonten, en
- het eet- en drinkgedrag.

De bedoeling is dat de resultaten van het onderzoek over vijf jaar - in 2022 - worden gebruikt door het ministerie van EZ om het effect van de nieuwe schoolregeling te evalueren.

1.3 Onderzoeksvragen

Om die huidige situatie van kennis, consumptie en gedrag met betrekking tot gezonde voeding (melkproducten, groente en fruit) van schoolgaande kinderen in kaart te brengen, zijn drie onderzoeksvragen aan Wageningen Economic Research gesteld:

1. Hoeveel melk, zuivelproducten, groente en fruit consumeren kinderen tussen de 7 en 14 jaar - die nog niet eerder hebben meegedaan met de schoolmelkregeling en/of schoolfruitregeling - op de basisschool en in de onderbouw van de middelbare school in Nederland in mei 2017?
2. Wat is het kennisniveau over gezonde eetgewoonten van die kinderen?
3. In welke mate lukt het die kinderen om dagelijks gezond eet- en drinkgedrag te vertonen?

2 Methode

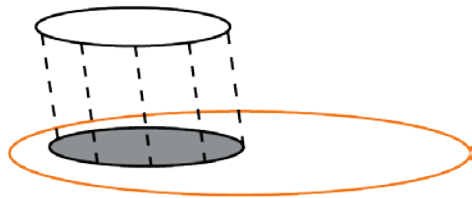
2.1 Inleiding

In dit hoofdstuk wordt de gehanteerde methode in het onderzoek beschreven: het definiëren van indicatoren voor de nieuwe schoolregelingen, de vragenlijst en de steekproef.

2.2 Indicatoren

Maatgevend voor het bepalen van de indicatoren is de doelstelling van de regeling zoals die door het ministerie van EZ en de EC is vastgesteld (zie hoofdstuk 1).

Indicator (hoe?)



Meetobject (wat?)

Figuur 2.1 Relatie tussen een indicator en een meetobject

Voor het in kaart brengen van de huidige situatie en het bepalen in hoeverre de doelstelling door de schoolregeling wordt bereikt over vijf jaar zijn in samenspraak met het ministerie van EZ uit een long list van indicatoren de volgende indicatoren – onderverdeeld in vijf groepen - gekozen:

Consumptie op school

- Aantal dagen per week consumptiehoeveelheid van melk door kind op school.
- Aantal dagen per week consumptiehoeveelheid van overige zuivelproducten door kind op school.
- Aantal dagen per week consumptiehoeveelheid van fruit door kind op school.
- Aantal dagen per week consumptiehoeveelheid van groente door kind op school.

Consumptie thuis

- Consumptiehoeveelheid van melk door kind per dag.
- Consumptiehoeveelheid van overige zuivelproducten door kind per dag.
- Consumptiehoeveelheid van fruit door kind per dag.
- Consumptiehoeveelheid van groente door kind per dag.
- Aantal dagen per week consumptiehoeveelheid van melk thuis.
- Aantal dagen per week consumptiehoeveelheid van overige zuivelproducten thuis.
- Aantal dagen per week consumptiehoeveelheid van fruit thuis.
- Aantal dagen per week consumptiehoeveelheid van groente thuis.

Houding tegenover melk, groente en fruit

- % kinderen dat een positieve houding hebben tegenover melk, groente en fruit

Kennis van gezonde eetgewoonten

- % kinderen dat kennisvragen over gezonde eetgewoonten juist heeft beantwoord.

Gezonde eetgewoonten in de praktijk

- % kinderen dat het lukt om gezond eet- en drinkgedrag te vertonen.

2.3 Vragenlijst

Op basis van de indicatoren is een vragenlijst ontwikkeld. Voor deze vragenlijst is gebruik gemaakt van vragen voor kinderen die hieronder worden toegelicht.

Consumptie thuis en op school

Elk kind is gevraagd hoeveel hij of zij gemiddeld per dag melk en andere zuivelproducten drinkt en hoeveel groente en fruit hij of zij gemiddeld per dag eet. Om te controleren of kinderen een betrouwbaar antwoord geven, is ook aan de ouders of verzorgers gevraagd hoeveel hun kind consumeert op een doorsnee dag.

Bij drinken richten we ons op de dunne en dikke zuivelproducten. Dunne zuivelproducten zijn melk en bij dikke zuivelproducten gaat het om yoghurt, kwark, karnemelk. En groente omvat naast verse groente ook diepvriesgroente, groente in een pot en in blik. In hun antwoord konden de kinderen de hoeveelheid direct vergelijken met de norm. Als norm voor de consumptie van melk, overige zuivelproducten, groente en fruit zijn de hoeveelheden per leeftijdscategorie gehanteerd zoals het Voedingscentrum die aanhoudt (zie tabel 2.1).

Tabel 2.1 Norm voor consumptie van melk en overige zuivelproducten per leeftijdscategorie

| | 4-8 jarigen | 9-13 jarigen | 14-18 jarigen |
|-------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Melk | 150 ml | 150 ml | 150 ml |
| Overige zuivelproducten | 250 ml | 450 ml | 450 ml |
| Groente | 100-150 gram (2-3 groentelepels) | 150-200 gram (3-4 groentelepels) | 150-200 gram (3-4 groentelepels) |
| Fruit | 1,5 stuks (150 gram) | 2 stuks (200 gram) | 2 stuks (200 gram) |

Bron: Voedingscentrum, aanbevolen dagelijkse hoeveelheid naar leeftijdsgroep.

Naast de consumptie van melk, groente en fruit is voor een aantal andere producten aan elk kind gevraagd op hoeveel dagen per week hij of zij thuis en op school deze producten eet en/of drinkt. Dat betreft producten zoals suikerhoudende dranken, water, thee, koek, snoep, chips en fastfood. Leidraad voor de keuze van de producten was het jongerenonderzoek van Qrius (2007).

Houding tegenover melk, groente en fruit

Aan de kinderen is tevens gevraagd wat zij vinden van het drinken van melk en het eten van groente en fruit. De kinderen moesten onder andere aangeven in hoeverre zij fruit eten slecht of goed voor ze vinden, en of ze melk drinken vervelend of leuk vinden. Dit is gemeten op een 7-puntsschaal waarbij de uiteinden een zogeheten semantische differentiaal vormen (Onwezen et al., 2013; Onwezen et al., 2014).

Kennis van gezonde eetgewoonten

Het kennisniveau over gezond eten en drinken is gemeten door de kinderen een aantal beweringen voor te leggen waarvan ze moesten aangeven of die waar of onwaar waren. Tevens was het mogelijk om voor de derde optie 'weet niet' te kiezen. Bijvoorbeeld 'Melk is goed voor je tanden want het maakt je tanden wit', 'In groente zitten veel vezels en weinig calorieën.' of 'In vruchtensappen zitten evenveel vezels als in fruit.' - die ze vervolgens moesten beantwoorden met 'niet waar', 'waar' of 'weet niet'. In samenspraak met het ministerie van EZ zijn de stellingen opgesteld en gegroepeerd ten aanzien van de producten van de regeling (zuivel, groente en fruit) en de Schijf van Vijf. Bronnen voor

de stellingen zijn het GfK en Voedingscentrum (2012), Voedingscentrum (2017), Voort (2013), EU-schoolfruit (www.euschoolfruit.nl) en zuivelonline.nl.

Gezonde eetgewoonten in de praktijk

Het gedrag is gemeten door te vragen in hoeverre het lukt om bepaalde dingen te doen als het gaat over gezonde eetgewoonten. Als maatstaf voor gezonde eetgewoonten zijn de Schijf van Vijf in kindertaal en bijbehorende toelichting (Voedingscentrum) genomen. Vanwege de beperking in de lengte van de vragenlijst, konden niet alle thema's naar stellingen vertaald worden. Aldus is het thema veilig eten (bijvoorbeeld handen wassen na elk toiletbezoek) niet vertaald. Wel opgenomen zijn eetgewoonten met betrekking tot:

- niet te veel eten
- bewegen
- minder verzadigd vet eten en
- meer groente, fruit en brood eten.

Verder is aan de kinderen gevraagd welke regels er voor het eten en drinken bij hen thuis gelden. De kinderen konden uit een lijst van 18 verschillende regels een of meerdere regels kiezen. Deze regels zijn gebaseerd op eerder onderzoek onder kinderen (Tacken et al., 2010).

Ook is de kinderen gevraagd wie er kiest wat ze thuis en ook op school eten of drinken op vijf eetmomenten van een gewone dag tijdens een schoolweek. Een kind mocht per eetmoment meer dan één persoon aangeven. In dat geval is er een gezamenlijke beslissing. In ieder geval wordt de situatie als zodanig door het kind geïnterpreteerd (Tacken et al., 2010).

Demografische factoren

In aanvulling op de indicatoren zijn van alle deelnemende kinderen en hun ouders de demografische gegevens gevraagd waarmee verschillende persoonlijke aspecten van de respondenten in relatie tot hun gedrag en gewoonten kunnen worden bepaald.

2.4 Steekproef

Uitgangspunten

De meting heeft in mei 2017 plaatsgevonden via een online survey onder kinderen in de leeftijd van 7 tot en met 14 jaar. Alle kinderen zijn lid van een panel van een gespecialiseerd marktonderzoeksbureau (PanelWizard). Ook de expertise van het bureau is gebruikt bij het ontwikkelen van de vragenlijst en het bepalen van de steekproef.

Er is representatief geworven op basis van leeftijd, geslacht, gezinssituatie van de kinderen en de arbeidsparticipatie en opleiding van de ouders van de kinderen. Om het effect van de nieuwe regeling zo duidelijk mogelijk te kunnen aantonen, is gemeten bij kinderen die niet al eerder meegedaan hebben aan de schoolmelk- en/of schoolfruitregeling. Naast kinderen hebben we ook hun ouders of verzorgers in het onderzoek betrokken. Dat was om hun toestemming te vragen voor de deelname van hun kind. Tegelijkertijd zijn de ouders ook enkele vragen voorgelegd.

Realisatie nulmeting

In totaal hebben 1.094 kinderen meegedaan met de nulmeting. De steekproef zag er als volgt uit:

| | |
|------------------------|--|
| Geslacht ouders: | 44% man, 54% vrouw. |
| Geslacht kinderen: | 52% jongen, 48% meisje. |
| Leeftijd ouders: | 1,4% tot 29 jaar; 29% 30-39 jaar; 57% 40-49 jaar; 12% 50-59 jaar en 0,8% 60 jaar en ouder. |
| Leeftijd kinderen: | zie tabel 2.1. |
| Opleiding ouders: | 20% laag, 48% midden en 32% hoog. |
| Regio, naar provincie: | 4% Drenthe, 3% Flevoland, 4% Friesland, 10% Gelderland, 4% Groningen, 6% Limburg, 16% Noord-Brabant, 16% Noord-Holland, 7% Overijssel, 8% Utrecht, 3% Zeeland en 21% Zuid-Holland. |

Van de totale steekproef van 1.094 kinderen hebben 440 kinderen nog nooit eerder deelgenomen aan de schoolmelk- en schoolfruitregeling. De verdeling van de respondenten over de leeftijden is niet significant verschillend gebleken (zie tabel 2.2).

Tabel 2.2 *Omvang steekproef onderverdeeld naar leeftijd*

| | 7 jaar | 8 jaar | 9 jaar | 10 jaar | 11 jaar | 12 jaar | 13 jaar | 14 jaar | Totaal |
|-----------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|--------|
| Doelgroep | 46 | 49 | 51 | 37 | 58 | 61 | 64 | 74 | 440 |

Steekproef huidige deelnemers schoolregeling

Daarnaast is de vragenlijst ook ingevuld door kinderen die al een of meerdere keren hebben deelgenomen aan de schoolmelk- en/of schoolfruitregeling. Deze groep maakt geen onderdeel uit van de nulmeting. Echter, voor de volledigheid zijn de resultaten van hen wel geanalyseerd en weergegeven in bijlage 3.

3 Resultaten

3.1 Inleiding

Dit hoofdstuk presenteert de uitkomsten van de meting onder de kinderen die nog nooit eerder deelgenomen aan de schoolmelk- en schoolfruitregeling (N=440). De gemiddelde scores, waarden en percentages zijn gebaseerd op antwoorden van de respondenten op de vragen (dus exclusief 'geen mening' of 'weet niet'). Tenzij anders genoemd, worden met de beschreven significante verschillen altijd significante verschillen met een p-score <0,05 bedoeld.

3.2 Consumptie

Tabel 3.1. laat zien dat minimaal 50% van de kinderen ongeveer evenveel of meer groente, fruit en melk eet of drinkt dan de norm van het Voedingscentrum. Alleen overig zuivel wordt relatief weinig geconsumeerd. Bij fruit en groente ligt dat percentage iets hoger, doordat de groep kinderen die helemaal geen fruit of groente eet relatief laag is in vergelijking met melk en overige zuivel (respectievelijk 3% en 2% vs. 30% en 10%). Tegelijkertijd ligt de gemiddelde consumptie van degenen die wel fruit, groente, melk of overige zuivel nuttigen, het hoogst bij melk (3,0). In het algemeen gaven de kinderen vergelijkbare antwoorden als hun ouders of verzorgers - tussen haakjes weergegeven.

Tabel 3.1 Consumptie van groente, fruit, melk en overige zuivelproducten, door kinderen op een doorsnee dag ten opzichte van de norm exclusief weet niet, in %. De eerste kolom geeft de gemiddelde scores op basis van de geconsumeerde hoeveelheden, tussen haakjes zijn de scores van de ouders of verzorgers gegeven. a)

| | Gemiddelde | (1) Veel minder dan de helft | (2) Minder dan de helft | (3) Ongeveer evenveel | (4) Anderhalf keer zoveel | (5) Veel Meer | (6) Heel veel meer | Eet/ drink ik helemaal niet |
|-------------------|------------|--|----------------------------------|-----------------------------|------------------------------------|---------------------|-----------------------------|--------------------------------------|
| Fruit | 2,7 (2,6) | 13 | 27 | 38 | 12 | 5 | 2 | 3 |
| Groente | 2,8 (2,8) | 9 | 28 | 39 | 15 | 4 | 1 | 2 |
| Melk | 3,0 (3,0) | 8 | 10 | 31 | 10 | 9 | 0 | 30 |
| Overige zuivel | 2,3 (2,2) | 19 | 33 | 29 | 5 | 2 | 2 | 10 |

a) Schaal 1-6, van 'veel minder dan de helft' tot 'heel veel meer' (meer dan 2 x zoveel).

Tabel 3.2 laat zien dat bij oudere kinderen de consumptie van melk, groente, fruit en overige zuivelproducten lager is en onder de norm ligt. Alleen de consumptie van fruit verschilt significant tussen de leeftijdscategorieën. De jongste kinderen - 7 en 8 jaar oud - eten significant meer dan alle oudere kinderen.

Tabel 3.2 De gemiddelde consumptie van groente, fruit, melk en overige zuivelproducten door kinderen- in verschillende leeftijdscategorieën - op een doorsnee dag ten opzichte van de norm a)

| | 7 en 8 jaar | 9 en 10 jaar | 11 en 12 jaar | 13 en 14 jaar | Totaal |
|-------------------------|----------------|----------------|-----------------|-----------------|--------------|
| Fruit | 3,1 b) (95) | 2,7 b) (86) | 2,7 b) (115) | 2,5 b) (129) | 2,7 (425) |
| Groente | 3,0 (93) | 2,6 (85) | 2,8 (114) | 2,7 (131) | 2,8 (423) |
| Melk | 3,1 (72) | 3,1 (63) | 3,1 (80) | 2,8 (85) | 3,0 (300) |
| Overige zuivelproducten | 2,4 (91) | 2,2 (74) | 2,3 (105) | 2,2 (117) | 2,3 (387) |

a) Schaal 1-6, van 'veel minder dan de helft' tot 'heel veel meer' (meer dan 2 x zoveel). Tussen haakjes het aantal kinderen (N); b) Significant: de jongste kinderen - 7 en 8 jaar oud - eten significant meer dan alle oudere kinderen.

Consumptie thuis

Tabel 3.3 toont aan dat thuis elke dag groente (score 5,2) en fruit (score 5,0) wordt gegeten. Ook wordt bijna dagelijks water of thee gedronken (score 5,1) en snoep of koek - ontbijtkoek, Liga enzovoort - gegeten (score 4,7).

Consumptie op school

Tabel 3.3 laat zien dat de consumptie van de producten op school minder is dan thuis. Gemiddeld gezien is er geen voedselproduct dat elke dag op school wordt geconsumeerd door de kinderen van de doelgroep. Alleen het drinken van water of thee (score 3,7) en het eten van fruit (score 3,5) gebeurt 3 tot 4 dagen per week.

Verder blijkt dat het eten van groente vooral thuis plaatsvindt. Gemiddeld genomen eten kinderen wekelijks een keer chips en fastfood (patat, kroket, frikadel enzovoort), zowel thuis als op school.

Tabel 3.3 Hoeveel dagen per week eten en drinken kinderen van de doelgroep bepaalde producten thuis en op school? a)

| Producten | Thuis | | Op school | |
|-------------------------|-------|-----|-----------|-----|
| | Gem. | N | Gem. | N |
| Melk | 3,7 | 436 | 1,6 | 437 |
| Overige zuivelproducten | 3,9 | 435 | 1,8 | 435 |
| Water of thee | 5,1 | 438 | 3,7 | 437 |
| Suikerhoudende dranken | 4,2 | 439 | 2,9 | 431 |
| Overige dranken | 3,4 | 354 | 2,3 | 382 |
| Fruit | 5,0 | 438 | 3,5 | 438 |
| Groente | 5,2 | 438 | 1,6 | 436 |
| Snoep of koek | 4,7 | 437 | 3,2 | 437 |
| Chips | 2,7 | 438 | 1,4 | 437 |
| Fastfood | 2,3 | 437 | 1,2 | 436 |

a) Schaal van 1-6, van 'nooit' tot 'elke dag of schooldag'.

Significante verschillen tussen de leeftijdsgroepen zijn er thuis in beperkte mate, op school meer. *Op school* consumeren de jongste kinderen meer melk, groente en fruit en minder water/thee, snoep/koek, chips en fastfood. *Thuis* consumeren de jongste kinderen meer fruit en minder chips.

Houding tegenover melk, groente en fruit

Aan de kinderen is gevraagd wat zij vinden van het drinken van melk en het eten van groente en fruit.¹ Tabel 3.4 laat zien dat de gemiddelde houding van de doelgroep positief is tegenover de consumptie van melk, groente en fruit, waarbij fruit de hoogste score.

De houding van de kinderen tegenover groente en melk verschilt niet significant tussen de verschillende leeftijden, maar die tegenover fruit wel. De jongste kinderen (7 en 8 jaar) hebben een gemiddeld positievere houding dan de oudste kinderen (13 en 14 jaar) (respectievelijk 5,3 en 5,1).

Tabel 3.4 De houding van kinderen tegenover het eten van groente en fruit, en het drinken van melk a)

| Houding | Gemiddelde score |
|--------------------------------|------------------|
| Houding tegenover fruit eten | 5,2 |
| Houding tegenover groente eten | 4,4 |
| Houding tegenover melk drinken | 4,4 |

a) Schaal van 1 tot 7, van negatief tot positief.

3.3 Kennis van gezonde eetgewoonten

Tabel 3.5 laat in de eerste plaats zien dat niet iedereen een keuze tussen onwaar en waar heeft gemaakt. Gemiddeld geeft 1 op de 5 kinderen (20%) aan de kennisvragen niet te kunnen beantwoorden ('Weet niet'-kolom). In de 'Vraag beantwoord'-kolom staat het percentage van de kinderen dat de vraag wel heeft beantwoord – ongeacht goed of fout. In de kolom 'Antwoord juist' staat het percentage kinderen dat de vraag juist heeft beantwoord van de kinderen die de vraag hebben beantwoord.

Degenen die de vraag hebben beantwoord, hebben relatief vaak de beweringen juist beantwoord ('Antwoord juist'-kolom). Positieve uitschieter was de bewering 'Zuivelstaat in de Schijf van Vijf', die door bijna iedereen (97%) die de vraag heeft beantwoord, als juist werd beoordeeld. Een negatieve uitschieter was de bewering 'De Schijf van Vijf bestaat uit vakken die niet allemaal even groot zijn en hoe groter het vak is, hoe meer je ervan kan eten' waarbij slechts 49% van de kinderen die de vraag had beantwoord, deze bewering juist geantwoord heeft.

¹ De kinderen moesten onder andere aangeven in hoeverre zij fruit eten slecht of goed voor ze vinden, en of ze melk drinken vervelend of leuk vonden. Dit is gemeten op een 7-puntsschaal waarbij de uiteinden een zogeheten semantische differentiaal vormen. De Cronbachs alfa bleek goed en de items zijn daarom in de analyses samengevoegd.

Tabel 3.5 Percentage (absoluut aantal kinderen tussen haakjes) kinderen dat de vraag heeft beantwoord - is de bewering waar of niet waar-, en daarvan het juiste antwoord heeft gegeven, of heeft aangegeven het niet te weten

| Beweringen | Vraag beantwoord | Antwoord juist | Weet niet |
|---|------------------|----------------|--------------|
| In groente uit de diepvries zit bijna evenveel voedingsstoffen als in verse groente. | 79% (347) | 80% (277) | 21% (93) |
| In groente zitten veel vezels en weinig calorieën. | 74% (327) | 90% (294) | 26% (113) |
| In vruchtensappen zitten evenveel vezels als in fruit. | 72% (317) | 80% (254) | 28% (123) |
| Het is niet nodig om een appel te schillen vanwege resten van bestrijdingsmiddelen. | 84% (371) | 87% (323) | 16% (69) |
| Je kunt fruit niet voor groente vervangen en omgekeerd, want er zitten ook andere voedingsstoffen in. | 76% (335) | 83% (278) | 24% (105) |
| Bananen groeien ook in Nederland. | 85% (373) | 86% (321) | 15% (67) |
| Alle koeien geven dezelfde melk. In de fabriek maken ze er halvolle of volle melk van. | 89% (392) | 84% (329) | 11% (48) |
| Melk is goed voor je tanden, want het maakt je tanden wit. a) | 86% (380) | 82% (312) | 14% (60) |
| Zuivel staat in de Schijf van Vijf. | 79% (346) | 97% (336) | 21% (94) |
| In eten zitten voedingsstoffen die energie leveren. | 79% (347) | 64% (222) | 21% (93) |
| Als je meer energie binnenkrijgt dan nodig, plas of poep je dat gewoon weer uit. | | | |
| De Schijf van Vijf is alleen bedoeld voor volwassenen. a) | 80% (350) | 91% (318) | 20% (90) |
| De Schijf van Vijf bestaat uit vakken die niet allemaal even groot zijn. Hoe groter het vak, hoe meer je er van kan eten. | 59% (261) | 49% (128) | 41% (179) |
| Tijdens het sporten kun je beter een sportdrinkje dan water drinken. a) | 88% (386) | 84% (324) | 12% (54) |

Sommige stellingen zijn waar, sommige stellingen zijn niet waar.

a) significant verschil tussen de leeftijdscategorieën.

Bij drie stellingen verschilt de beantwoording significant tussen de leeftijdscategorieën:

- De stelling 'Melk is goed voor je tanden, want het witte maakt je tanden wit' wordt significant vaker fout beantwoord door de jongste kinderen (7- en 8-jarigen ten opzichte van alle anderen);
- De stelling 'In eten zitten voedingsstoffen en die leveren energie. Als je meer energie binnenkrijgt dan je nodig hebt, poep of plas je dat gewoon weer uit' wordt significant vaker fout beantwoord door de jongste kinderen (7-en 8-jarigen ten opzichte van 9- en 10-jarigen en 13- en 14-jarigen);
- De stelling 'Je kunt tijdens het sporten beter een sportdrinkje dan water drinken' wordt significant vaker fout beantwoord door de jongste kinderen (7- en 8-jarigen ten opzichte van 11- en 12-jarigen en 13- en 14-jarigen).

3.4 Gedrag met betrekking tot gezonde eetgewoonten

Gezond gedrag in de praktijk

Tabel 3.6 laat zien in hoeverre kinderen gezonde eetgewoonten in de dagelijkse praktijk toepassen. We zien dat een keer per week sporten, volkoren- of bruin brood eten, dagelijks water of thee drinken, en veel bewegen de hoogste score hebben: gemiddeld vaak of altijd. Minimaal drie kwart van de kinderen lukt het vaak of altijd om een keer per week te sporten, volkoren- of bruin brood te eten en veel te bewegen.

Maar wat ongeveer twee derde van de kinderen nooit of maar soms lukt is om minimaal één keer per week vette vis te eten en elke dag groente als tussendoortje te eten.

Tabel 3.6 Mate waarin het kinderen lukt om gezond eet-, drink- en beweeggedrag te vertonen a)

| | Score | N |
|---|-------|-----|
| Een keer per week sporten | 4,3 | 430 |
| Volkoren- of bruin brood eten als je een boterham eet | 4,2 | 434 |
| Veel bewegen | 4,1 | 437 |
| Dagelijks water of thee drinken | 4,1 | 437 |
| Een normale porties eten als je eet | 3,9 | 429 |
| Snacks als patat, döner of kebab alleen als maaltijd | 3,9 | 396 |
| Regelmatig buiten spelen | 3,8 | 433 |
| Gevarieerd eten | 3,7 | 432 |
| Niet te veel eten als je eet | 3,7 | 420 |
| Minimaal twee keer in de week sporten | 3,6 | 428 |
| Elke dag iets uit elk vak van de schijf van vijf eten | 3,6 | 352 |
| Niet elke dag worst | 3,5 | 429 |
| Elke dag van plan zijn om gezond te drinken | 3,5 | 405 |
| Elke dag fruit als tussendoortje | 3,5 | 434 |
| Elke dag van plan zijn om gezond te eten | 3,4 | 403 |
| Elke dag fruit of groente naar school meenemen | 3,4 | 431 |
| Afwisselen met broodbeleg | 3,2 | 435 |
| Bewust niet dezelfde dingen eten | 3,2 | 394 |
| Maximaal een keer per dag een zoet drankje drinken | 2,9 | 430 |
| Elke dag groente als tussendoortje eten | 2,3 | 421 |
| Minimaal een keer in de week vette vis eten | 2,3 | 425 |

a) Schaal van 1 tot 5, van 'Lukt mij nooit' tot 'Lukt mij altijd'.

Gedrag thuis

In het licht van eetgewoonten hebben we ook naar de beschikbaarheid van fruit en groente gevraagd. Vaak ligt er bij de kinderen thuis fruit of groente dat zo gepakt kan worden. Als de antwoordmogelijkheden regelmatig, vaak en altijd bij elkaar worden opgeteld, dan geeft maar liefst 96% van de respondenten aan dat fruit zo voor het pakken ligt. Bij groente en snackgroente ligt dit percentage lager, respectievelijk 68% en 54%. Groente en fruit zijn dan ook bijna altijd vrij beschikbaar voor de kinderen (zie tabel 3.7).

Tabel 3.7 Hoe vaak ligt er thuis (snack)groente en fruit dat je zo kunt pakken om te eten? a)

| Doelgroep | Fruit | Groente | Snackgroente |
|-----------|-------|---------|--------------|
| | 4,6 | 3,4 | 2,9 |

a) Schaal van 1 tot 5, van 'nooit' tot 'altijd'.

Regels voor eten en drinken thuis

Tabel 3.8 laat zien dat bijna ieder kind (95%) elke dag ontbijt. Verder geven 9 van de 10 kinderen (89%) aan dat bij hen thuis geldt dat 'als je iets niet lust, je toch wel een paar happen moet proeven' en dat 'je groente en nieuwe gerechten altijd moet proberen'. Ook geldt bij 9 van de 10 kinderen thuis dat 'ze bijna altijd aan tafel eten' (91%) en dat ze 'zo veel gezond mogen eten - bijvoorbeeld fruit of water - als ze willen' (92%).

Daarnaast zijn er weinig kinderen bij wie thuis geldt dat ze 'zelf mogen bepalen hoeveel chips, koekjes, frisdrank ze nemen' (8%). De regel 'zoveel happen eten als ik jaren oud ben' komt ook niet veel voor (8%).

Tabel 3.8 Welke regels over eten en drinken gelden bij de kinderen thuis?

| | Doelgroep | N |
|---|-----------|-----|
| Ik moet elke dag ontbijten. | 95% | 436 |
| Ik mag zoveel gezond eten als ik wil. | 92% | 431 |
| Wij eten (bijna) altijd aan tafel. | 91% | 437 |
| Ik moet groente of nieuwe gerechten altijd proberen. | 89% | 430 |
| Wij eten (bijna) altijd met het hele gezin. | 89% | 437 |
| Als ik iets niet lust, dan moet ik wel een paar hapjes proeven. | 89% | 429 |
| Voor het avondeten niet meer snoepen. | 80% | 419 |
| Altijd eten wat de pot schaft. | 71% | 434 |
| Wat ik zelf opschep, moet ik ook opeten. | 65% | 409 |
| Als ik iets echt niet lust, krijg ik iets anders. | 61% | 419 |
| Ik mag niet elke dag snoepen. | 44% | 417 |
| Ik moet mijn bord altijd leeg eten. | 42% | 430 |
| Ik hoef niets te eten dat ik niet lust. | 36% | 421 |
| Altijd eerst iets gezonds eten, dan mag ik ongezond. | 35% | 413 |
| Als ik het niet lust wordt iets anders voor mij gekookt. | 32% | 427 |
| Na avondeten mag ik alleen nog maar fruit nemen. | 25% | 414 |
| Ik mag zelf bepalen hoeveel chips, koekjes, frisdrank ik neem. | 8% | 432 |
| Ik moet zoveel happen eten als ik jaren oud ben. | 8% | 424 |

Belang van eet- en leefregels

Daarnaast is aan de ouder of verzorger gevraagd in hoeverre hij of zij het belangrijk vindt dat bepaalde gezonde eet- en leefregels worden toegepast in het dagelijkse leven van hun kind. Tabel 3.9 laat zien dat er weinig ouders zijn die gezonde leefregels (helemaal) niet belangrijk vinden (2-7%). De eetregels die de ouders gemiddeld het belangrijkste vinden om toe te passen in het dagelijks leven van zijn of haar kind zijn: het eten van voldoende groente en fruit, en gevarieerd eten. Zijn of haar kind voldoende (laten) bewegen scoort ook gemiddeld hoog (zie tabel 3.9).

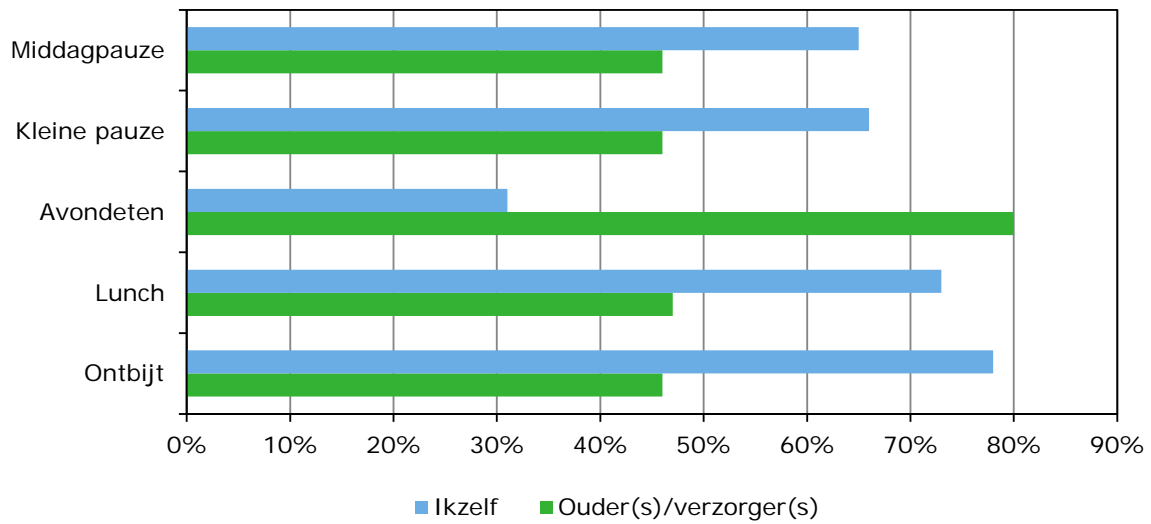
Tabel 3.9 Hoe belangrijk vindt de ouder of verzorger dat bepaalde eetregels worden toegepast? a)

| | Gemiddelde score |
|--|------------------|
| Voldoende bewegen | 4,4 |
| Gevarieerd eten | 4,3 |
| Voldoende groente en fruit eten | 4,3 |
| Vezelrijk brood eten, zoals bruin of volkorenbrood | 4,1 |
| Niet te veel verzadigd vet eten | 3,8 |
| Niet te veel eten | 3,7 |

a) Schaal van 1 tot 5, van 'helemaal niet belangrijk' tot 'heel erg belangrijk'.

Wie bepaalt het eten en drinken thuis en op school

Onderstaande figuur 3.1 laat zien dat bijna 80% van de kinderen aangeeft zelf te beslissen wat ze tijdens het ontbijt thuis eten en drinken. Voor het merendeel van de eetmomenten vinden ze dat ze zelf een grote stem in het geheel hebben. Echter bij het avondeten wordt de situatie vaak anders geïnterpreteerd en geeft 80% aan dat de ouder(s) of verzorger(s) beslist wat er wordt gegeten. Andere personen zoals broer(s), zus(sen), juf, meester en klasgenoten worden door de kinderen nauwelijks gezien als degenen die (mee)bepalen wat er thuis en op school wordt gegeten en gedronken. Alleen bij het avondeten thuis geeft 5% van de kinderen aan dat hun broer(s) of zus(sen) ook bepalen wat er wordt gegeten.



Figuur 3.1 Wie kiest wat je eet of drinkt bij vijf momenten op een doordeweekse dag (meerdere antwoorden waren mogelijk)

4 Conclusies

Het ministerie van Economische Zaken wil weten hoe het nu is gesteld met de consumptie van melk, zuivelproducten, groente en fruit door schoolgaande kinderen, wat hun kennisniveau over gezonde eetgewoonten is, en in hoeverre die kinderen dagelijks gezond eet- en drinkgedrag vertonen.

Hieronder staan de belangrijkste conclusies van de meting met behulp van een online vragenlijst die is verricht onder kinderen tussen de 7 en 14 jaar oud - op de basisschool en in de onderbouw van de middelbare school in Nederland - die nog nooit hebben meegedaan met de schoolmelkregeling en/of de schoolfruitregeling (in mei 2017).

4.1 Belangrijkste conclusies

Hoeveel melk, overige zuivelproducten, groente en fruit consumeren kinderen tussen de 7 en 14 jaar oud - die nog niet eerder hebben meegedaan met de schoolmelkregeling en/of schoolfruitregeling - op de basisschool en in de onderbouw van de middelbare school in Nederland in mei 2017?

- Minimaal de helft van de kinderen eet of drinkt ongeveer evenveel of meer fruit, groente of melk dan de norm van het Voedingscentrum. Alleen bij overige zuivelproducten wordt de consumptienorm relatief vaak niet gehaald. Bij fruit en groente is die groep nog iets groter doordat de groep kinderen die helemaal geen fruit of groente eet relatief laag is in vergelijking met melk en overige zuivel (respectievelijk 3% en 2% vs. 30% en 10%). Tegelijkertijd ligt de gemiddelde consumptie van degenen die wel fruit, groente, melk of overige zuivel nuttigen, het hoogst bij melk (3,0).
- De houding van de kinderen is gemiddeld gezien positief tegenover de consumptie van melk, groente en fruit, waarbij de houding tegenover fruit de hoogste score heeft.

Wat is het kennisniveau over gezonde eetgewoonten van de kinderen?

- Gemiddeld kruist 21% 'weet niet' aan bij de kennisvragen. Gecorrigeerd voor kinderen die aangeven het niet te weten, is het kennisniveau van de andere kinderen relatief hoog te noemen. Op een paar stellingen na, heeft minimaal 80% van de kinderen de kennisvragen goed beantwoord.

In welke mate lukt het die kinderen om dagelijks gezond eet- en drinkgedrag te vertonen?

- Sommige kinderen lukt het (heel) goed, voor anderen is het wat lastiger om dagelijks gezond eet- en drinkgedrag te vertonen. Het vaakst lukt het kinderen om een keer per week te sporten, volkoren- of bruin brood te eten als boterham, dagelijks water of thee te drinken, en veel te bewegen. Het blijkt echter lastiger om minimaal één keer per week vette vis te eten en elke dag groente als tussendoortje te eten.
- Elke dag ontbijten is de belangrijkste eetregel waar kinderen zich aan moeten houden thuis (95%).
- De eetregels die de ouders gemiddeld het belangrijkste vinden om toe te passen in het dagelijks leven van zijn of haar kind zijn: voldoende bewegen, gevarieerd eten, voldoende groente en fruit eten.
- Bijna 80% van de kinderen zegt zelf te beslissen wat ze tijdens het ontbijt thuis eten en drinken. Maar voor het avondeten geeft 80% aan dat de ouder(s) of verzorger(s) beslist wat er wordt gegeten.

4.2 Nabeschouwing

In deze paragraaf wordt een reflectie gegeven op drie punten van de nulmeting.

In paragraaf 3.4 is gevraagd naar de persoon die het eten of drinken uitkiest. Hieruit blijkt dat kinderen vaak vinden dat ze zelf (mogen) kiezen. Alleen bij het avondeten zien zij dit anders. Dan kiest de ouder of verzorger voor hen wat ze eten. Bij de interpretatie van de uitkomsten vermoeden we dat kinderen het voorgelegd krijgen van een beperkte keuze toch als eigen keuze interpreteren, hoewel dat niet helemaal het geval is. Ter illustratie hiervan het ontbijt in vergelijking met het avondeten. Wanneer ouders 's ochtends vragen 'Wil je ham, honing of pindakaas op je brood?' kunnen kinderen in hun perceptie kiezen. En vergeten even dat de keuze eigenlijk groter is, bijvoorbeeld hagelslag of kwark of yoghurt met ontbijtgranen. Dit in tegenstelling tot het avondeten. Dat eten is vaak al bereid wanneer het op tafel of bord komt, en dan kan er niet uit verschillende soorten groente, vlees of aardappelen/rijst/pasta gekozen worden. Kinderen vinden dus dat ze 's avonds niet kunnen kiezen maar dat de ouders dat bepalen. Maar wat er 's ochtends op tafel staat is ook al door de ouders bepaald.

Ten tweede heeft bij de kennisvragen niet iedereen een keuze gemaakt tussen 'waar' en 'niet waar' als antwoord. Bij elke vraag heeft een aantal kinderen als antwoord 'weet ik niet' gegeven (zie tabel 3.5). Gemiddeld geeft 1 op de 5 kinderen aan de kennisvragen niet te kunnen beantwoorden. Wellicht hadden kinderen geen zin meer om deze vragen in te vullen of ontbreekt bij hen de kennis. Welke verklaring hiervoor is, weten we niet, maar het is interessant voor nader onderzoek. Dat ligt echter buiten het doel van dit onderzoek. In vergelijking met andere kennisvragen hebben relatief weinig kinderen (49%) de betekenis van de grootte van de vakken van de Schijf van Vijf correct beantwoord. Misschien heeft te dit te maken het gegeven dat veel kinderen onvoldoende op de hoogte zijn van de Schijf van Vijf. Daarnaast hebben de jongere kinderen vaker een foutief antwoord gegeven dan de oudere kinderen - bij drie stellingen was dat significant. Wellicht is er sprake van het lerend vermogen van kinderen.

Tenslotte zijn de uitkomsten verkregen door zelfrapportage. Het is een bekende beperking dat het zelf invullen van een vragenlijst tot over- of onderschatting van werkelijk gedrag leidt. We verwachten niet dat dit onderzoek daar een uitzondering op is.

Literatuur en websites

- Brown, R., Ogden, R., 2004. Children's eating attitudes and behaviour: a study of modelling and control theories of parental influences.
- Birch, L., Savage, J.S., Ventura, A., 2009. Influences on the development of children's eating behaviours: from infancy to adolescence.
- Beydoun, M.A., Wang, Y., 2009. Parent-child dietary intake resemblance in the United States: Evidence from a large representative survey.
- EU Monitor, 2017. Toelichting bij COM(2014)32 - Wijziging verordeningen (EU) nr. 1308/2013 en 1306/2013 over de steun voor de verstrekking van groenten, fruit, bananen en melk aan kinderen in onderwijsinstellingen.
- Europese Rekenkamer, 2011. Zijn de programma's 'schoolmelk' en 'schoolfruit' doeltreffend? Speciaal verslag nr. 10. Europese Unie. Luxemburg.
- GfK en Voedingscentrum (2012). Onderzoek feiten & fabels. Wat weten consumenten over voeding en gezondheid.
- L.C. Jager, L.C., Winter, M.A. de, Tacken, G.M.L., Kroon-Horpestad, S.M.A. van der, 2008. Biefstuk komt niet van de kip. De rol van herkomst en gezondheid in de voedselkeuze van kinderen, LEI Wageningen UR.
- Ministerie van Financiën (2003). Handreiking Evaluatieonderzoek ex ante. Een praktisch handvat voor de opzet en uitvoering van evaluatieonderzoek ex ante. Den Haag.
- Onwezen, M. C., Antonides, G., & Bartels, J. (2013). The Norm Activation Model: An exploration of the functions of anticipated pride and guilt in environmental behaviour. *Journal of Economic Psychology*, 49, 141–153.
- Onwezen, M. C., Bartels, J., & Antonides, G. (2014). The self-regulatory function of anticipated pride and guilt in a sustainable and healthy consumption context. *European Journal of Social Psychology*, 44(1), 53-68.
- Peuter, B. de, J. de Smedt, W. van Dooren, G. Bouckaert (2007). Handleiding beleidsevaluatie. Deel 2: Monitoring van beleid.
- Qrius (2007). Jongeren 2007. Alle opties open. Amsterdam.
- Tacken, G.M.L., Winter, M.A. de, Veggel, R.J.F.M. van, Sijtsema, S.J., Ronteltap, A., Cramer, L., Reinders, M.J., 2010. Voorbij het broodtrommeltje; Hoe jongeren denken over voedsel, Wageningen UR.
- Voedingscentrum (2017). De schijf van vijf in kindertaal.
- Voort, van der, M. (2013). Voedingscentrum gaat strijd aan met indianenverhalen over gezond eten. *Metro*, 7 januari 2013.

[www.rvo.nl: http://www.rvo.nl/subsidies-regelingen/schoolmelk](http://www.rvo.nl/subsidies-regelingen/schoolmelk)

[www.euschoolfruit.nl: http://www.euschoolfruit.nl/nl/schoolfruit/Leerkrachten-PO/Wat-is-EU-Schoolfruit.htm](http://www.euschoolfruit.nl/nl/schoolfruit/Leerkrachten-PO/Wat-is-EU-Schoolfruit.htm)

Bijlage 1 SMF-groep versus doelgroep

Van de totale steekproef van 1.094 kinderen hebben 440 kinderen nog nooit eerder deelgenomen aan de schoolmelk- en schoolfruitregeling. Zij waren de doelgroep van dit onderzoek. De andere 654 kinderen hebben al een of meerdere keren deelgenomen aan de schoolmelk- en/of schoolfruitregeling. Deze groep noemen we de SMF-groep. Hiervan hebben 43 kinderen alleen met de schoolmelkregeling meegedaan, 503 kinderen hebben alleen met de schoolfruitregeling meegedaan, en 108 kinderen hebben al eens aan beide regelingen deelgenomen. De verdeling van de respondenten over de verschillende leeftijdsklassen is niet significant verschillend (tabel B1.0).

Tabel B1.0 Omvang steekproef onderverdeeld naar leeftijd

| | 7 jaar | 8 jaar | 9 jaar | 10 jaar | 11 jaar | 12 jaar | 13 jaar | 14 jaar | Totaal |
|-----------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|--------|
| SMF-groep | 72 | 75 | 71 | 93 | 89 | 90 | 81 | 83 | 654 |

Uit tabel B1.1 blijkt dat er (zeer) kleine verschillen zijn in de consumptie van groente, fruit, melk en overige zuivelproducten tussen de doelgroep en SMF-groep. Het grootst is het verschil bij de consumptie van fruit.

Tabel B1.1 Consumptie van groente, fruit, melk en overige zuivelproducten, door kinderen - van de doelgroep en SMF-groep - op een doorsnee dag ten opzichte van de norm exclusief weet niet, in %. De eerste kolom geeft de gemiddelde scores op basis van de geconsumeerde hoeveelheden a)

| | Doelgroep | SMF-groep |
|-------------------------|-----------|-----------|
| Fruit | 2,7 (2,6) | 2,9 (2,8) |
| Groente | 2,8 (2,8) | 2,8 (2,8) |
| Melk | 3,0 (3,0) | 3,1 (3,1) |
| Overige zuivelproducten | 2,3 (2,2) | 2,4 (2,2) |

a) Schaal 1-6, van veel minder dan de helft tot heel veel meer (meer dan 2x zoveel). Tussen haakjes het aantal kinderen (N).

Vergeleken met kinderen uit de doelgroep drinken kinderen uit de SMF-groep thuis vaker melk en eten ze op school vaker fruit (zie tabel B1.2).

Tabel B1.2 Hoeveel dagen per week eten en drinken kinderen - doelgroep en SMF-groep - bepaalde producten thuis en op school? a)

| | Doelgroep | | Doelgroep | | SMF-groep | | SMF-groep | |
|-------------------------|-----------|-----|-----------|-----|-----------|-----|-----------|-----|
| | Thuis | | Op school | | Thuis | | Op school | |
| | Gem. | N | Gem. | N | Gem. | N | Gem. | N |
| Melk | 3,7 | 436 | 1,6 | 437 | 4,1 | 653 | 2,1 | 654 |
| Overige zuivelproducten | 3,9 | 435 | 1,8 | 435 | 3,9 | 651 | 2,0 | 651 |
| Water of thee | 5,1 | 438 | 3,7 | 437 | 5,2 | 653 | 3,6 | 652 |
| Suikerhoudende dranken | 4,2 | 439 | 2,9 | 431 | 4,3 | 652 | 2,8 | 647 |
| Overige dranken | 3,4 | 354 | 2,3 | 382 | 3,6 | 540 | 2,4 | 578 |
| Fruit | 5,0 | 438 | 3,5 | 438 | 5,1 | 654 | 3,9 | 652 |
| Groente | 5,2 | 438 | 1,6 | 436 | 5,1 | 654 | 1,7 | 650 |
| Snoep of koek | 4,7 | 437 | 3,2 | 437 | 4,6 | 654 | 3,0 | 653 |
| Chips | 2,7 | 438 | 1,4 | 437 | 2,8 | 654 | 1,4 | 648 |
| Fastfood | 2,3 | 437 | 1,2 | 436 | 2,4 | 652 | 1,2 | 652 |

a) Schaal van 1-6, van 'nooit' tot 'elke dag of schooldag'.

Tabel B1.3 laat zien dat de gemiddelde houding van de kinderen van zowel de doelgroep als de SMF-groep positief is tegenover de consumptie van melk, groente en fruit, waarbij de houding tegenover fruit de hoogste score heeft bij beide groepen.

Tabel B1.3 De houding van kinderen tegenover het eten van groente en fruit, en het drinken van melk a)

| Houding tegenover | Doelgroep | SMF-groep |
|-------------------|-----------|-----------|
| Fruit eten | 5,2 | 5,3 |
| Groente eten | 4,4 | 4,5 |
| Melk drinken | 4,4 | 4,4 |

a) Schaal van 1 tot 7, van negatief tot positief.

Uit tabel B1.4 blijkt dat het percentage kinderen in de SMF-groep dat weet niet invult lager is dan in de doelgroep van de nulmeting.

Tabel B1.4 Percentage en absoluut aantal kinderen (tussen haakjes) van doelgroep en SMF-groep dat het antwoord niet weet, de vraag heeft beantwoord, en de vraag juist heeft beantwoord

| Onderwerp/stelling a) | Doelgroep (N=440) | | | SMF-groep (N=654) | | |
|--|----------------------|---------------------|--------------|----------------------|---------------------|--------------|
| | Vraag juist | Vraag beantwoord | Weet niet | Vraag juist | Vraag beantwoord | Weet niet |
| In groente uit de diepvries zit bijna evenveel voedingsstoffen als in verse groente. | 80% (277) | 79% (347) | 21% (93) | 73% (394) | 82% (538) | 18% (116) |
| In groente zitten veel vezels en weinig calorieën. | 90% (294) | 74% (327) | 26% (113) | 91% (450) | 76% (494) | 24% (160) |
| In vruchtensappen zitten evenveel vezels als in fruit. | 80% (254) | 72% (317) | 28% (123) | 81% (403) | 76% (497) | 24% (157) |
| Het is niet nodig om een appel te schillen vanwege resten van bestrijdingsmiddelen. | 87% (323) | 84% (371) | 16% (69) | 88% (510) | 89% (579) | 11% (75) |
| Je kunt fruit niet voor groente vervangen en omgekeerd, want er zitten ook andere voedingsstoffen in. | 83% (278) | 76% (335) | 24% (105) | 84% (447) | 81% (532) | 19% (122) |
| Bananen groeien ook in Nederland. | 86% (321) | 85% (373) | 15% (67) | 80% (449) | 86% (561) | 14% (93) |
| Alle koeien geven dezelfde melk. In de fabriek maken ze er halfvolle of volle melk van. | 84% (329) | 89% (392) | 11% (48) | 87% (509) | 89% (585) | 11% (69) |
| Melk is goed voor je tanden, want het maakt je tanden wit. | 82% (312) | 86% (380) | 14% (60) | 84% (469) | 85% (558) | 15% (96) |
| Zuivel staat in de Schijf van Vijf. | 97% (336) | 79% (346) | 21% (94) | 96% (526) | 84% (548) | 16% (106) |
| In eten zitten voedingsstoffen die energie leveren. Als je meer energie binnenkrijgt dan nodig, plas of poep je dat gewoon weer uit. | 64% (222) | 79% (347) | 21% (93) | 60% (317) | 81% (529) | 19% (125) |
| De Schijf van Vijf is alleen bedoeld voor volwassenen. | 91% (318) | 80% (350) | 20% (90) | 90% (495) | 84% (550) | 16% (104) |
| De Schijf van Vijf bestaat uit vakken die niet allemaal even groot zijn. Hoe groter het vak, hoe meer je ervan kan eten. | 49% (128) | 59% (261) | 41% (179) | 56% (232) | 63% (414) | 37% (240) |
| Tijdens het sporten kun je beter een sportdrankje dan water drinken. | 84% (324) | 88% (386) | 12% (54) | 84% (493) | 90% (587) | 10% (67) |

a) Sommige stellingen zijn waar, sommige stellingen zijn niet waar.

De onderstaande tabel B1.5 laat zien dat het nagenoeg alle kinderen van de doelgroep vaak lukt om een keer per week te sporten, volkoren- of bruin brood te eten als boterham, veel te bewegen, en elke dag water of thee te drinken. En over het algemeen is nagenoeg geen verschil in het gezonde gedrag tussen de doelgroep en die van de SMF-groep.

Tabel B1.5 De mate waarin het kinderen lukt om gezond gedrag -qua eten, drinken en bewegen - te vertonen a)

| | Doelgroep | N | SMF-groep | N |
|---|-----------|-----|-----------|-----|
| Regelmatig buiten spelen | 3,8 | 433 | 4,0 | 654 |
| Een keer per week sporten | 4,3 | 430 | 4,3 | 642 |
| Volkoren- of bruin brood eten als je een boterham eet | 4,2 | 434 | 4,0 | 651 |
| Niet elke dag worst | 3,5 | 429 | 3,5 | 640 |
| Elke dag groente als tussendoortje eten | 2,3 | 421 | 2,4 | 631 |
| Gevarieerd eten | 3,7 | 432 | 3,7 | 646 |
| Afwisselen met broodbeleg | 3,2 | 435 | 3,3 | 651 |
| Veel bewegen | 4,1 | 437 | 4,1 | 651 |
| Bewust niet dezelfde dingen eten | 3,2 | 394 | 3,3 | 598 |
| Niet te veel eten als je eet | 3,7 | 420 | 3,7 | 627 |
| Een normale porties eten als je eet | 3,9 | 429 | 3,8 | 639 |
| Dagelijks water of thee drinken | 4,1 | 437 | 4,1 | 647 |
| Maximaal een keer per dag een zoet drankje drinken | 2,9 | 430 | 3,0 | 638 |
| Minimaal een keer in de week vette vis eten | 2,3 | 425 | 2,4 | 630 |
| Elke dag van plan zijn om gezond te eten | 3,4 | 403 | 3,4 | 601 |
| Elke dag van plan zijn om gezond te drinken | 3,5 | 405 | 3,4 | 595 |
| Minimaal twee keer in de week sporten | 3,6 | 428 | 3,7 | 646 |
| Elke dag fruit als tussendoortje | 3,5 | 434 | 3,7 | 653 |
| Elke dag fruit of groente naar school meenemen | 3,4 | 431 | 3,6 | 648 |
| Snacks als patat, döner of kebab alleen als maaltijd | 3,9 | 396 | 3,9 | 611 |
| Elke dag iets uit elk vak van de schijf van vijf eten | 3,6 | 352 | 3,7 | 563 |

a) Schaal van 1 tot 5, van 'lukt mij nooit' tot 'lukt mij altijd'.

Er is nauwelijks verschil te constateren tussen de beschikbaarheid van (snack)groente en fruit thuis tussen de kinderen van de SMF-groep en van de doelgroep (zie tabel B1.6).

Tabel B1.6 Hoe vaak ligt er thuis (snack)groente en fruit dat je zo kunt pakken om te eten?

| | Fruit | Groente | Snackgroente |
|-----------|-------|---------|--------------|
| Doelgroep | 4,6 | 3,4 | 2,9 |
| SMF-groep | 4,6 | 3,5 | 2,9 |

Schaal van 1 tot 5, van nooit tot altijd.

Tabel B1.7 laat zien dat bepaalde eetregels meer of minder gelden in de SMF-groep. In de SMF-groep moet iets vaker 'het aantal happen worden gegeten als een kind oud is' en 'alleen nog maar fruit worden gegeten na het avondeten'.

Tabel B1.7 Welke regels over eten en drinken gelden bij de kinderen thuis

| | Doelgroep | N | SMF-groep | N |
|--|-----------|-----|-----------|-----|
| Altijd eten wat de pot schaft. | 71% | 434 | 70% | 639 |
| Als ik iets niet lust, dan toch proeven. | 89% | 429 | 90% | 643 |
| Ik hoef niets te eten dat ik niet lust. | 36% | 421 | 33% | 624 |
| Als ik het niet lust wordt iets anders voor mij gekookt. | 32% | 427 | 34% | 632 |
| Altijd eerst iets gezonds eten, dan mag ik ongezond. | 35% | 413 | 36% | 622 |
| Ik moet groente of nieuwe gerechten altijd proberen. | 89% | 430 | 91% | 639 |
| Zelf bepalen hoeveelheid chips, koekjes, frisdrank. | 8% | 432 | 7% | 644 |
| Ik mag zoveel gezond eten als ik wil. | 92% | 431 | 89% | 646 |
| Wij eten (bijna) altijd aan tafel. | 91% | 437 | 88% | 649 |
| Wij eten (bijna) altijd met het hele gezin. | 89% | 437 | 86% | 649 |
| Ik moet elke dag ontbijten. | 95% | 436 | 94% | 650 |
| Voor het avondeten niet meer snoepen. | 80% | 419 | 82% | 632 |
| Ik moet mijn bord altijd leeg eten. | 42% | 430 | 45% | 636 |
| Ik mag niet elke dag snoepen. | 44% | 417 | 45% | 634 |
| Wat ik zelf opschep, moet ik ook opeten. | 65% | 409 | 66% | 618 |
| Ik moet zoveel happen eten als ik jaren oud ben. | 8% | 424 | 12% | 623 |
| Na avondeten mag ik alleen nog maar fruit nemen. | 25% | 414 | 34% | 629 |
| Als ik iets echt niet lust, krijg ik iets anders. | 61% | 419 | 61% | 627 |

Samengevat zijn er weinig significante verschillen in consumptie, eetgewoonten en eetregels tussen kinderen in de doelgroep en de SMF-groep. De verschillen die we constateren zijn dat kinderen in de SMF-groep:

- vaker melk drinken en vaker fruit eten op school,
- twee eetregels vaker worden gehanteerd, en
- dat hun kennisniveau hoger is omdat ze relatief minder 'weet niet' antwoorden op de kennisvragen.

Wageningen Economic Research
Postbus 29703
2502 LS Den Haag
T 070 335 83 30
E communications.ssg@wur.nl
www.wur.nl/economic-research

Wageningen Economic Research
RAPPORT
2018-021

De missie van Wageningen University & Research is 'To explore the potential of nature to improve the quality of life'. Binnen Wageningen University & Research bundelen Wageningen University en gespecialiseerde onderzoeksinstituten van Stichting Wageningen Research hun krachten om bij te dragen aan de oplossing van belangrijke vragen in het domein van gezonde voeding en leefomgeving. Met ongeveer 30 vestigingen, 5.000 medewerkers en 10.000 studenten behoort Wageningen University & Research wereldwijd tot de aansprekende kennisinstellingen binnen haar domein. De integrale benadering van de vraagstukken en de samenwerking tussen verschillende disciplines vormen het hart van de unieke Wageningen aanpak.



To explore
the potential
of nature to
improve the
quality of life



Wageningen Economic Research
Postbus 29703
2502 LS Den Haag
E communications.ssg@wur.nl
T +31 (0)70 335 83 30
www.wur.nl/economic-research

Rapport 2018-021
ISBN 978-94-6343-246-7

De missie van Wageningen University & Research is 'To explore the potential of nature to improve the quality of life'. Binnen Wageningen University & Research bundelen Wageningen University en gespecialiseerde onderzoeksinstituten van Stichting Wageningen Research hun krachten om bij te dragen aan de oplossing van belangrijke vragen in het domein van gezonde voeding en leefomgeving. Met ongeveer 30 vestigingen, 5.000 medewerkers en 10.000 studenten behoort Wageningen University & Research wereldwijd tot de aansprekende kennisinstellingen binnen haar domein. De integrale benadering van de vraagstukken en de samenwerking tussen verschillende disciplines vormen het hart van de unieke Wageningen aanpak.

