

Forbruk av frukt og grønt

Undersøkelse i flere europeiske land

Tore Angelsen

Forbruk av frukt og grønnsaker i noen europeiske land



Metode

Undersøkelse gjennomført av Kantar på vegne av Opplysningskontoret for frukt og grønt.

Metodikk: Online; PC, nettbrett eller mobil.

Feltarbeid: **September** 2017, 2018, 2019, 2020, 2021.

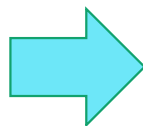
Resultatene er vektet etter alder, kjønn og utdanning i henhold til nasjonal statistikk.

Utvalg: Nasjonalt representativt utvalg i hvert land, fylte 18 år +.

1000 intervjuer per land / **3000 i Norge fra 2018 til 2021.**

Hovedspørsmål som ligger til grunn:

- **Hvor mange porsjoner med grønnsaker og salat (ikke poteter) spiser du vanligvis**



Mindre enn en porsjon per uke/ spiser aldri

1-6 porsjoner per uke

1 porsjon per dag

2 porsjoner per dag

3 porsjoner per dag

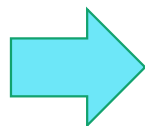
4 porsjoner per dag

5 porsjoner eller mer per dag

Vet ikke

Hovedspørsmål som ligger til grunn:

- Hvor mange glass med juice (ikke nektar) drikker du vanligvis?



Mindre enn ett glass per uke/ drikker aldri
1-6 glass per uke
1 glass per dag
2 glass per dag
3 glass per dag
4 glass per dag
5 glass eller mer per dag
Vet ikke *Fixed *Exclusive

Eksempel på definisjon av «én porsjon»

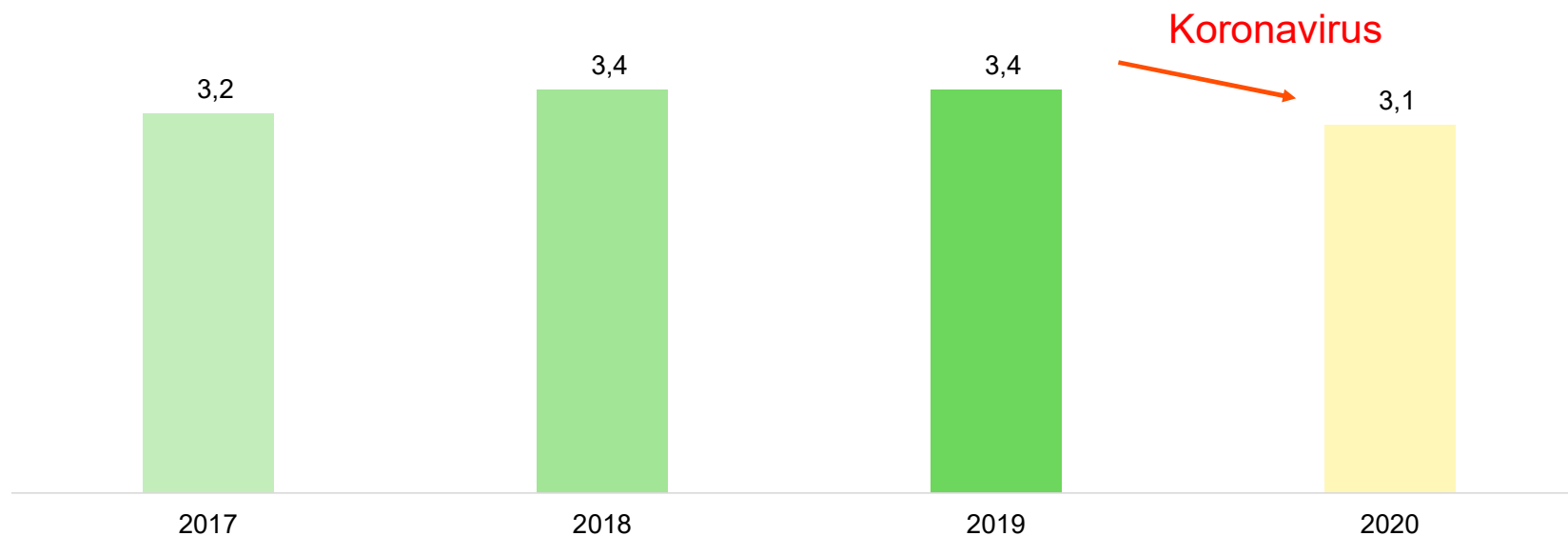
- **Grønnsaker og salat:** En porsjon er omtrent en håndfull grønnsaker og salat. En porsjon kan for eksempel være en stor tomat, syv cherrytomater, en gulrot, en håndfull brokkoli eller en liten bolle med salat. Vi tenker på grønnsaker i alle formater; fersk, fryst, hermetisk, kokt, stekt, i hjemmelaget smoothie, e.l.
- **Juice (ikke nektar):** Et glass juice er ca. 2 dl. Med juice tenker vi på ren frukt - og/eller grønnsaksjuice. Ikke nektar, eller andre ikke rene juiceprodukter



Forbruk av frukt og grønnsaker i Norge

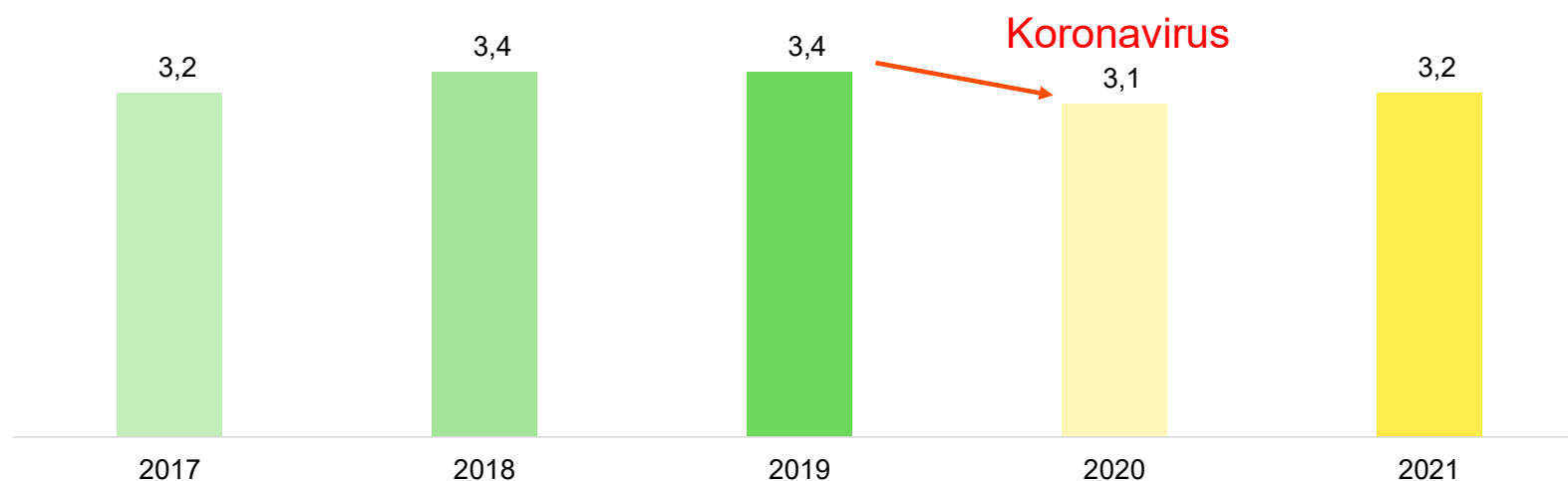


Gjennomsnittlig daglig forbruk av frukt/bær og grønnsaker i Norge (spiser vanligvis)



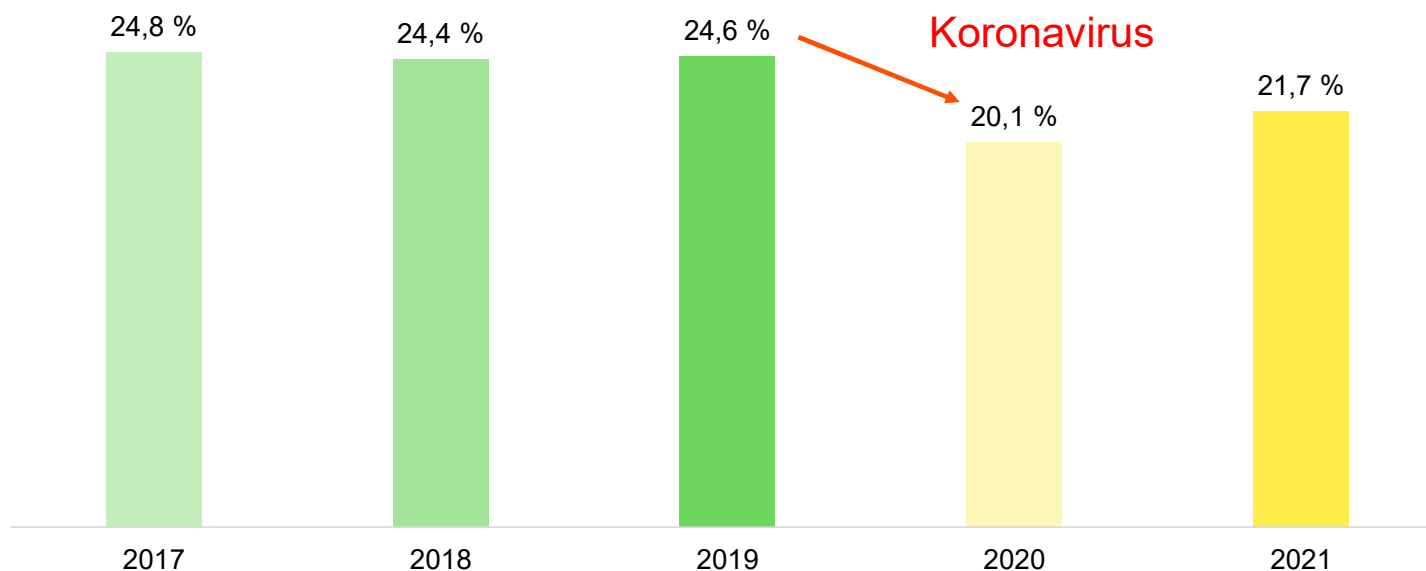
Signifikant nedgang fra 2019 til 2020.

Gjennomsnittlig daglig forbruk av frukt/bær og grønnsaker i Norge (spiser vanligvis)



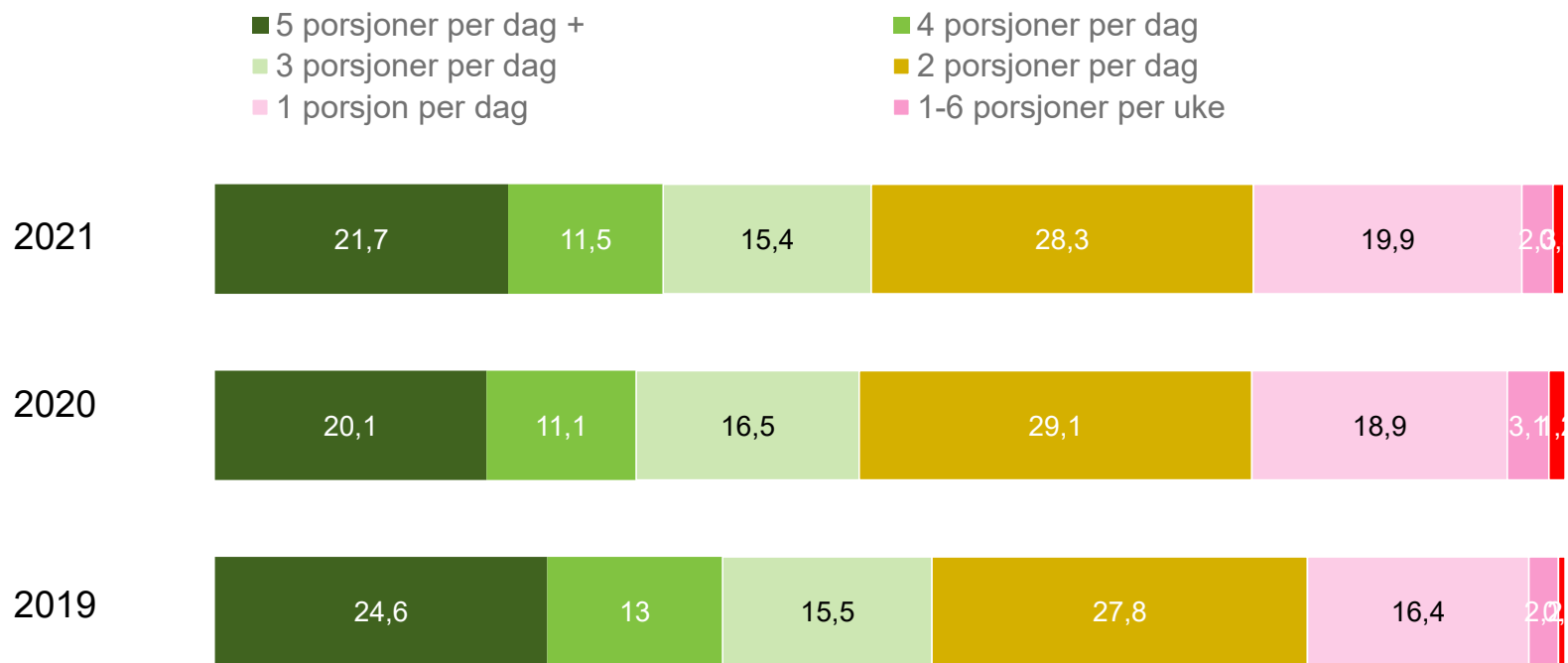
Signifikant nedgang fra 2019 til 2021. Forbruket går noe opp fra 2020 til 2021 (ikke signifikant). Dette kan indikere at forbruket er på vei til å normalisere seg etter koronapandemien.

Andelen som spiser minst 5 porsjoner frukt/bær eller grønnsaker per dag (spiser vanligvis)



Signifikant nedgang fra 2019 til 2021, 1 prosentnivå. Forbruket går noe opp fra 2020 til 2021 (ikke signifikant). Dette kan indikere at forbruket er på vei til å normalisere seg etter koronapandemien.

Totalt konsum av frukt/bær og grønnsaker (vanligvis spiser/drikker)

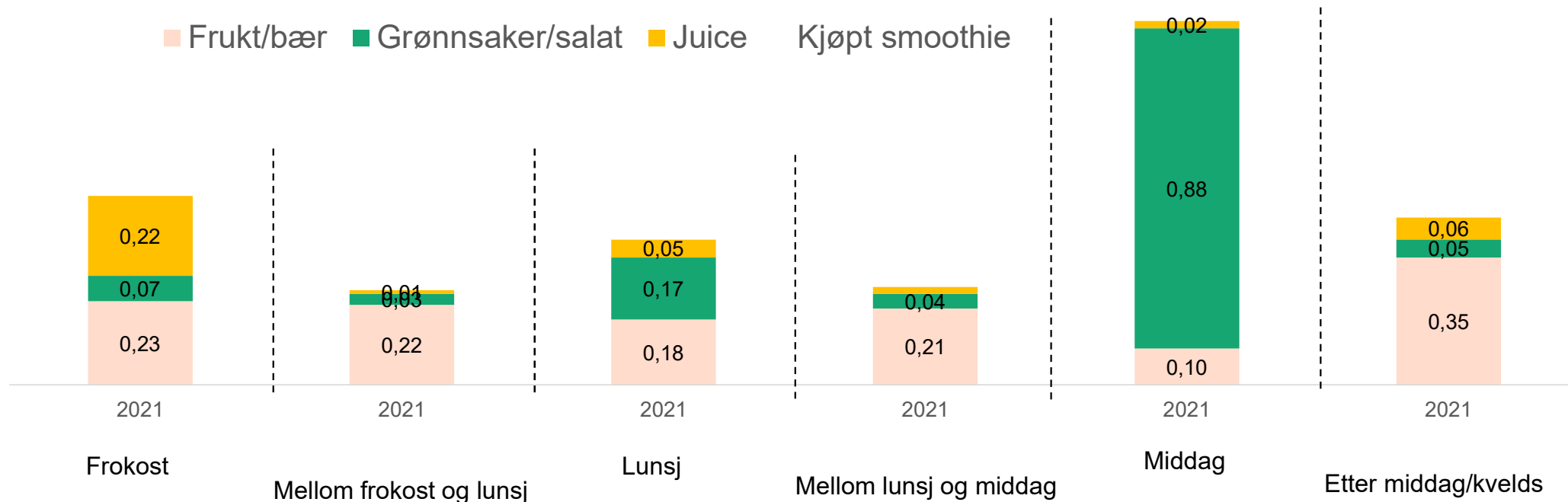


Forbruk til ulike tider av døgnet

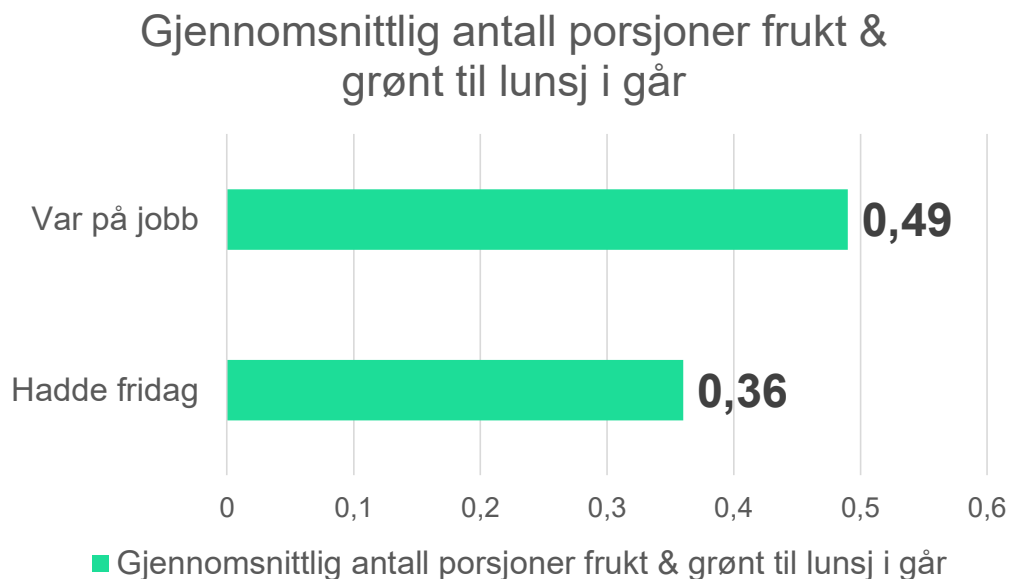


Frukt/bær spises ganske jevnt utover dagen, mens grønnsaker/salat er størst til middag.

Kjøpt smoothie har ingen stor posisjon i noen måltider, mens juice er typisk frokostdrikk



Antall porsjoner frukt og grønt konsumert til lunsj er høyere blant de som var på jobb enn blant de som hadde en fridag. *

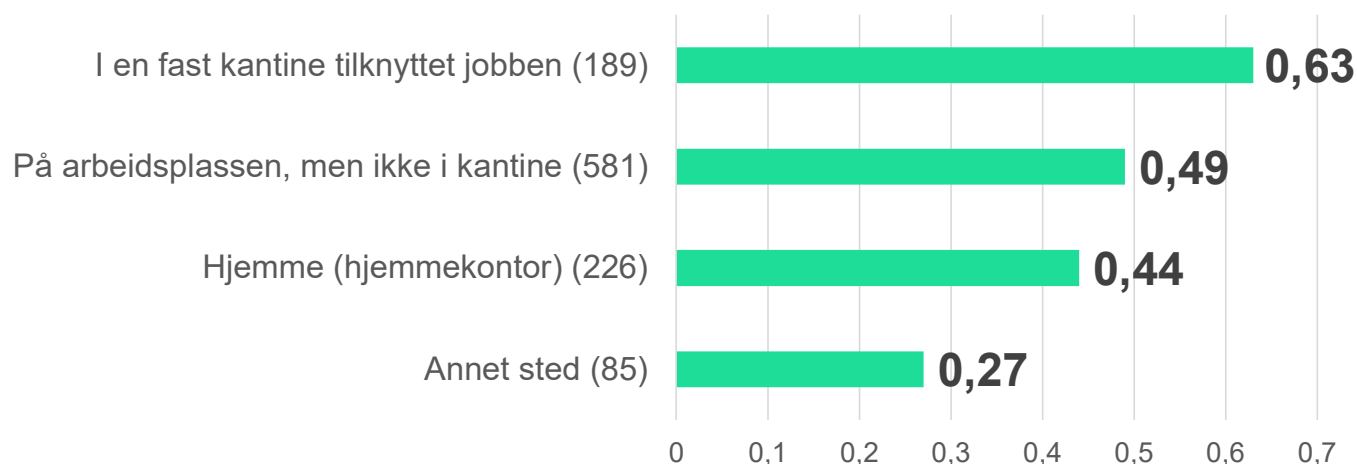


Base: 1743 (vektet base, personer som har jobb). Spørsmål til grunn for utvalget: Var du på jobb i går (1085) (hjemmekontor eller annet sted) eller hadde du en fridag i går (583)?»

* Signifikant forskjell:
t-verdi -3,5

De som jobbet og spiste i en **fast kantine** hadde et høyere forbruk av frukt og grønt til lunsj enn de som hadde hjemmekontor eller spiste på arbeidsplassen men ikke i kantine. *

Gjennomsnittlig antall porsjoner frukt & grønt til lunsj i går



Base: 1085 (vektet base, personer som var på jobb i går). Spørsmål til grunn for utvalget: Hvor spiste du lunsj/formiddagsmat i går (forutsatt at du var på jobb)?»

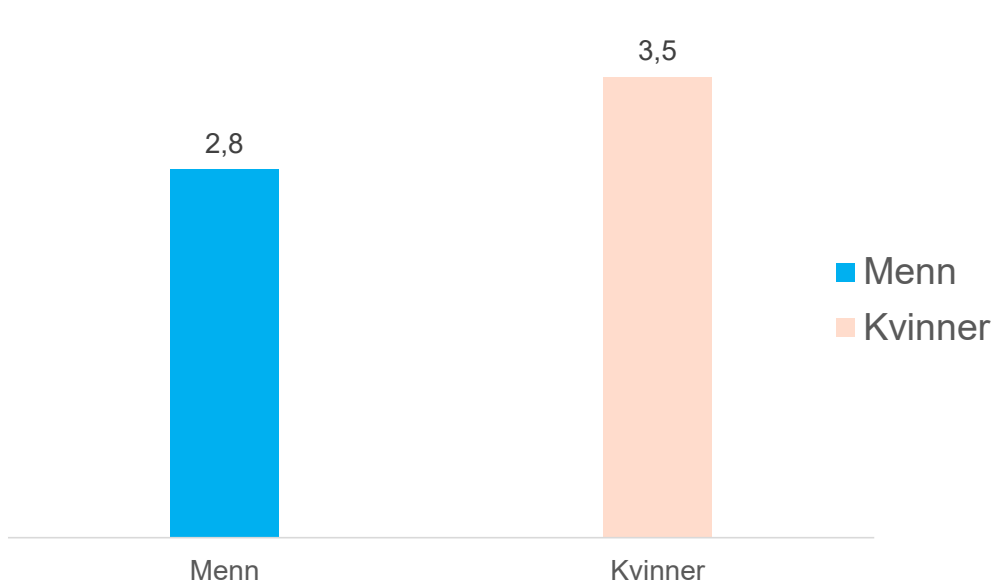
- Signifikant forskjell i en fast kantine **vs.** på arbeidsplassen, men ikke i kantine: t-verdi -2,11
- Signifikant forskjell i en fast kantine **vs.** hjemme (hjemmekontor): t verdi: 2,48

Kvinner og menn

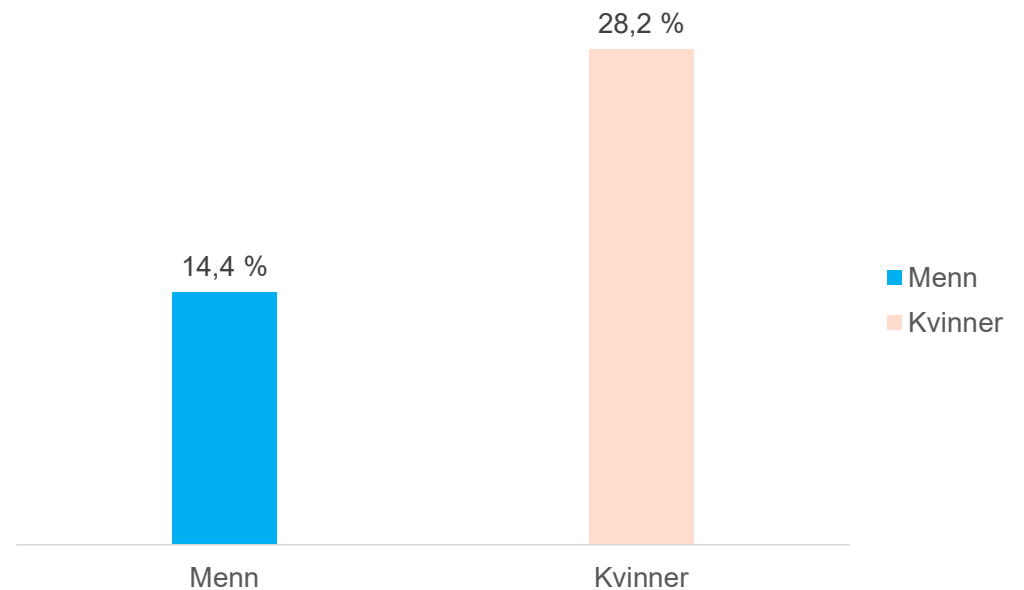


Kvinner spiser mye mer frukt/grønt enn menn

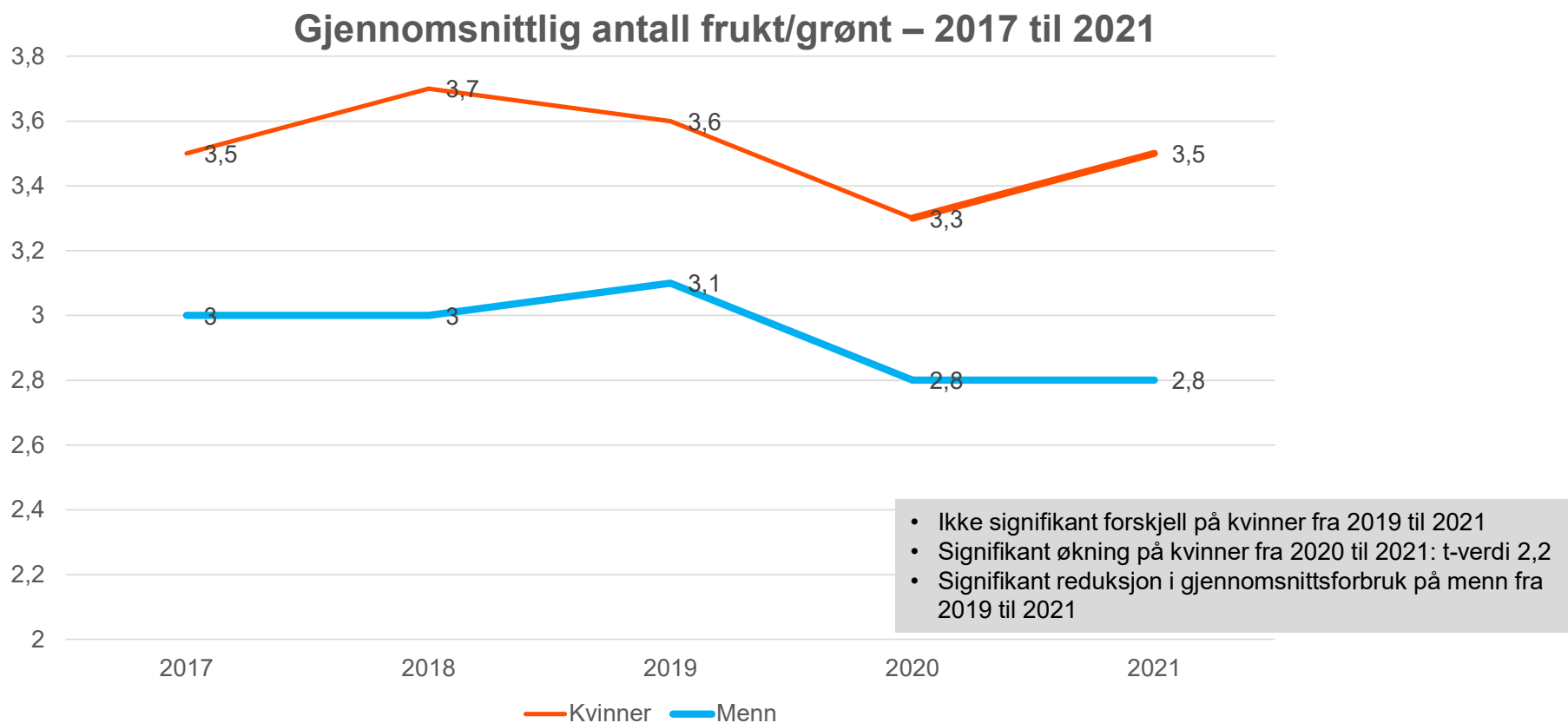
- Gjennomsnittlig antall frukt/grønt om dagen (2021)



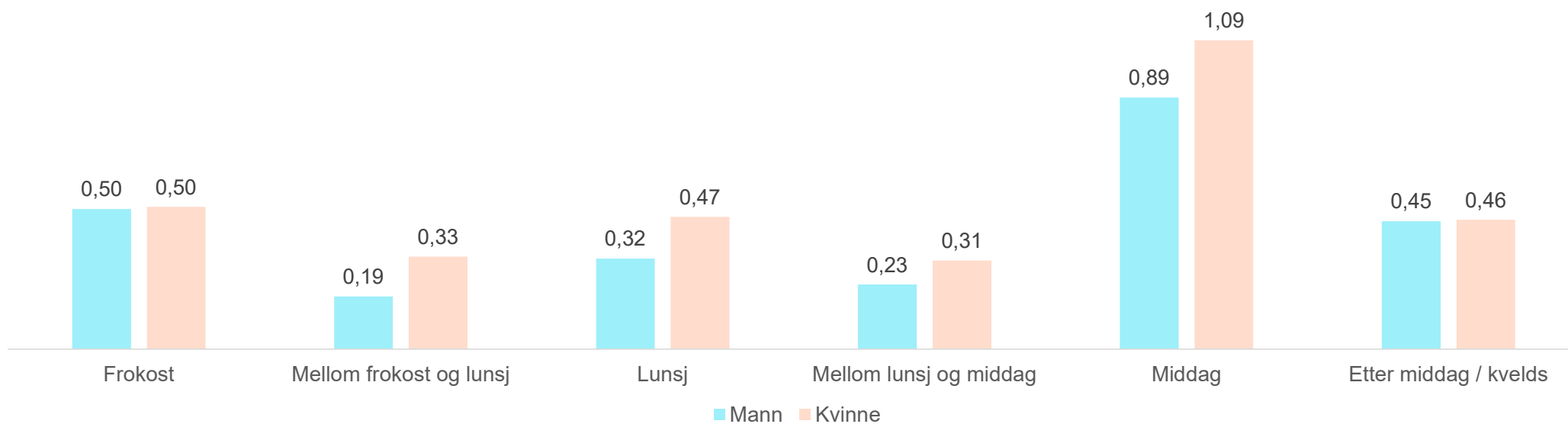
- Andel som spiser 5+ frukt/grønt om dagen (2021)



Kvinner er omtrent tilbake på nivå før korona. Menn er fortsatt på korona-nivå

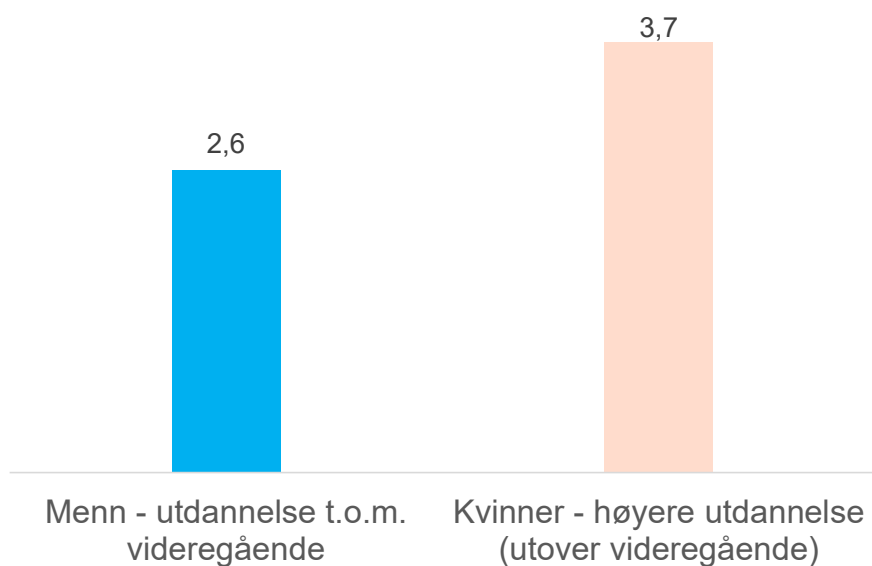


Det er spesielt til middag og lunsj og som mellommåltid at kvinner spiser mer frukt og grønt enn menn

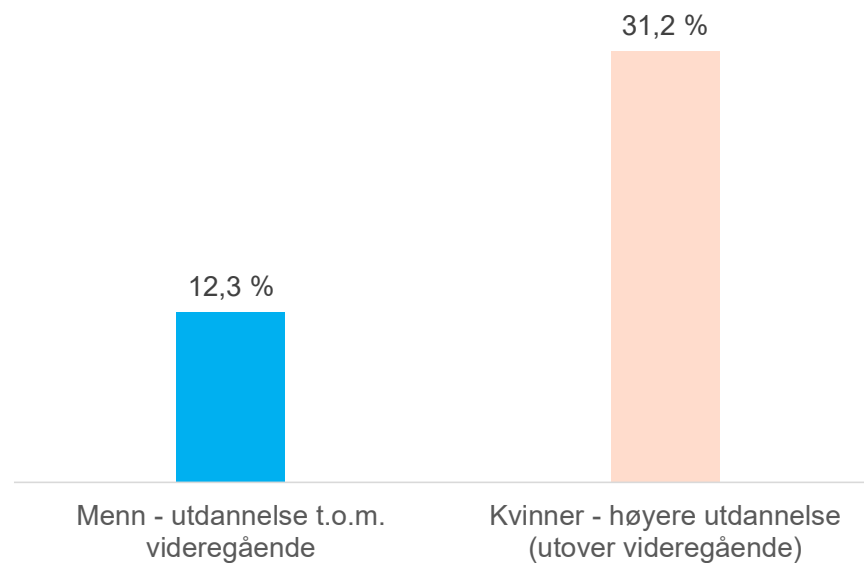


Kjønn og utdannelse påvirker forbruk av frukt og grønt

- Gjennomsnittlig antall frukt/grønt om dagen (2021)



- Andel som spiser 5+ frukt/grønt om dagen (2021)

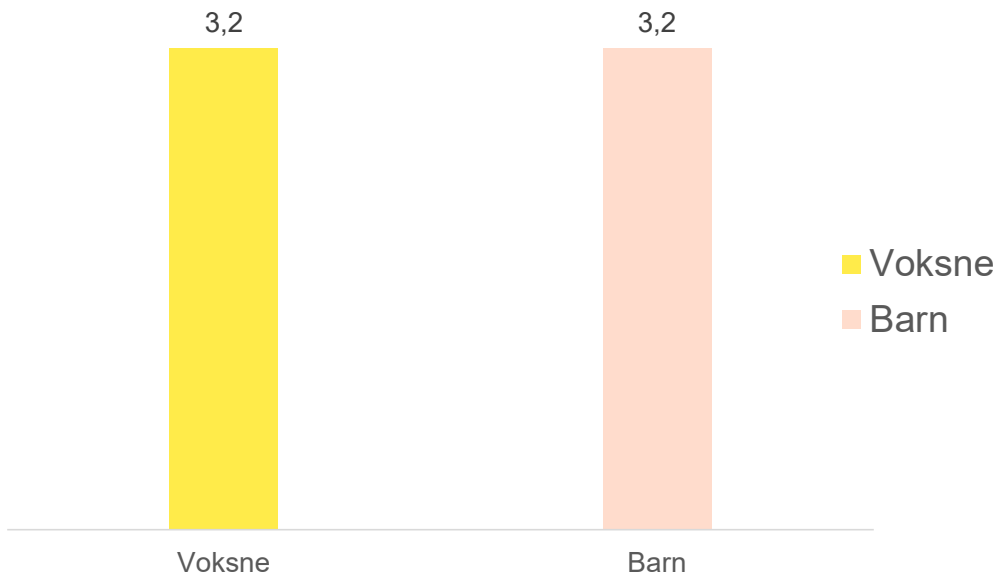


Barns forbruk av frukt og grønt

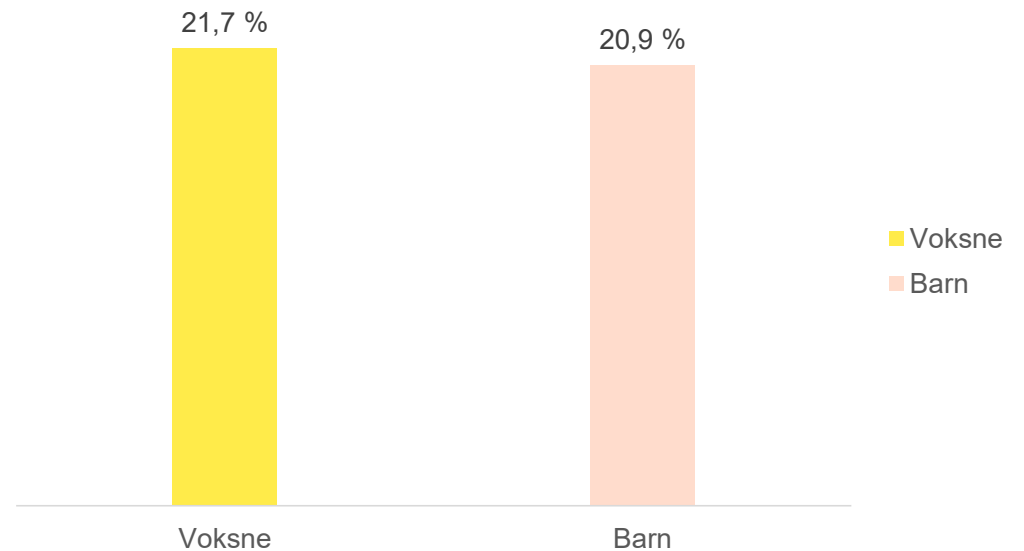


Voksne og barn spiser relativt like mye frukt og grønt

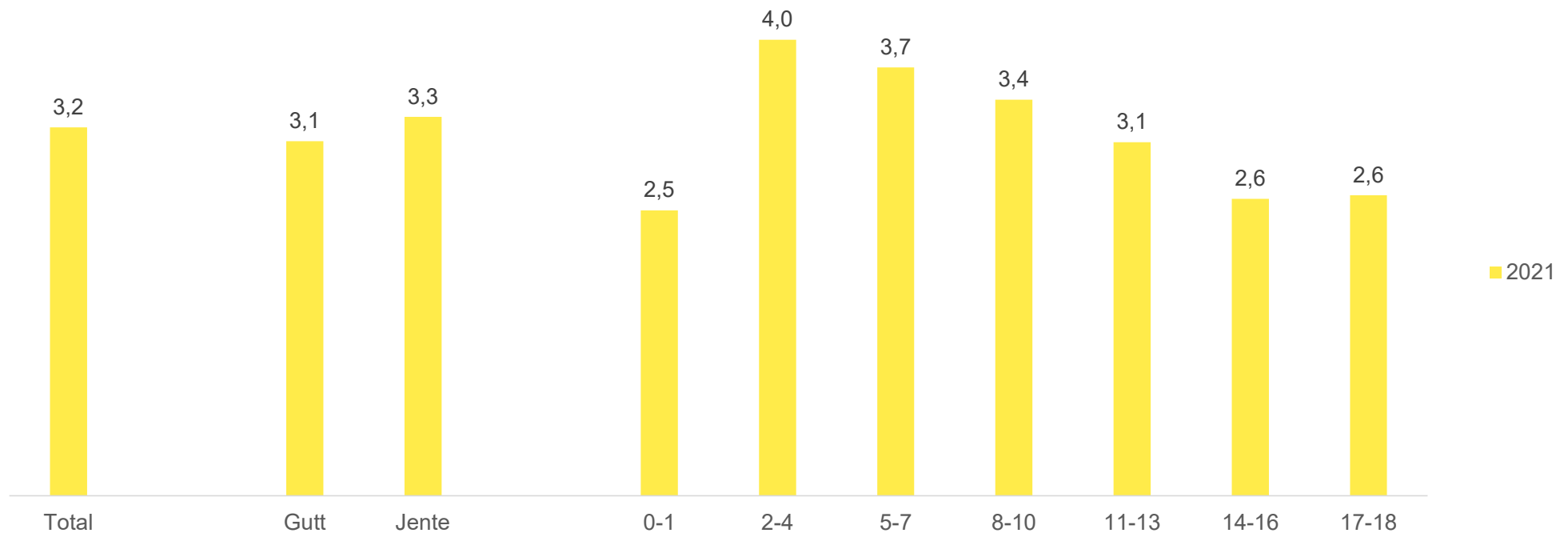
- Gjennomsnittlig antall frukt/grønt om dagen (2021)



- Andel som spiser 5+ frukt/grønt om dagen (2021)



Det er en tendens til at jenter og barn i alder 2-7 spiser noe mer frukt og grønt enn andre barn.

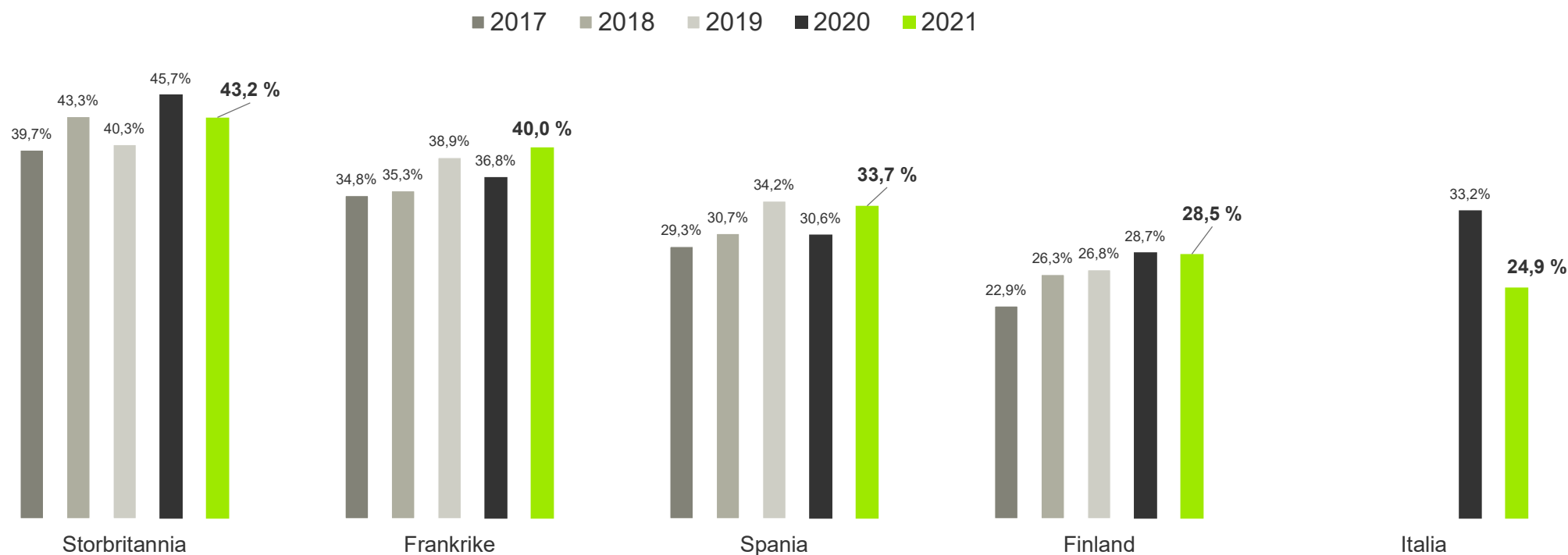


Forbruk av frukt og grønnsaker i Europa



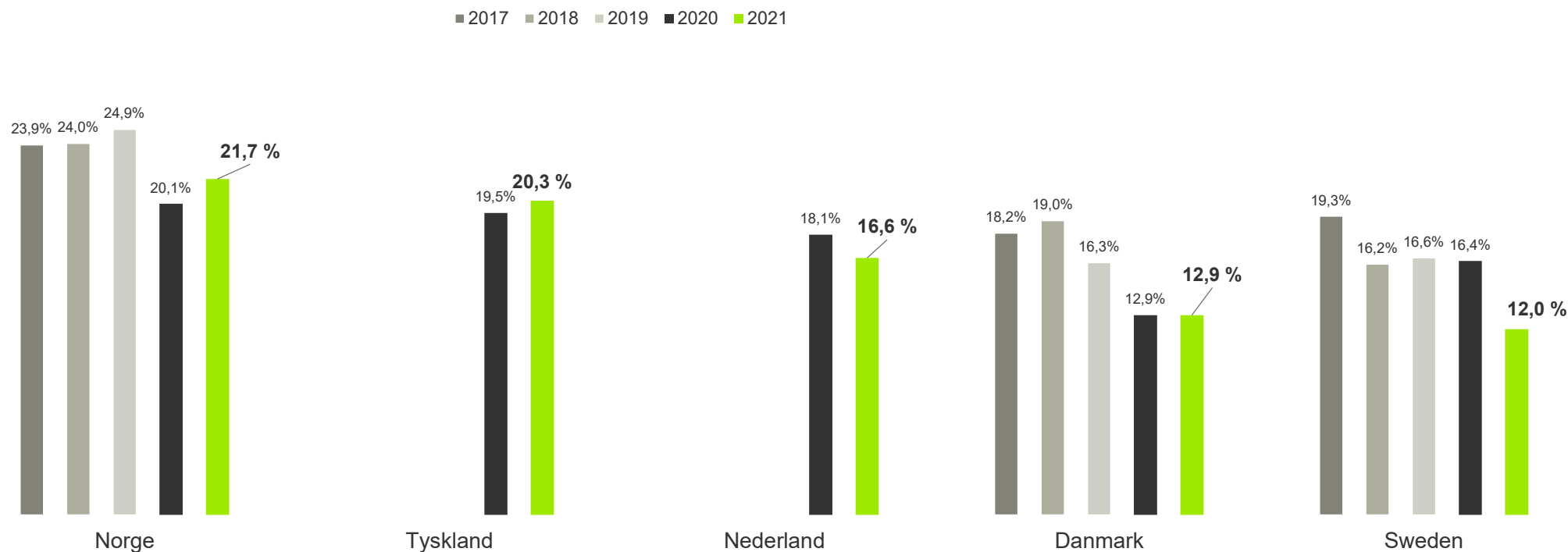
Andelen av befolkningen som spiser minst 5 porsjoner om dagen har økt fra 2017 til 2021 i Storbritannia Frankrike, Spania og Finland *

.Utvikling 2017-2021: Andel som spiser minst 5 om dagen, fem på topp



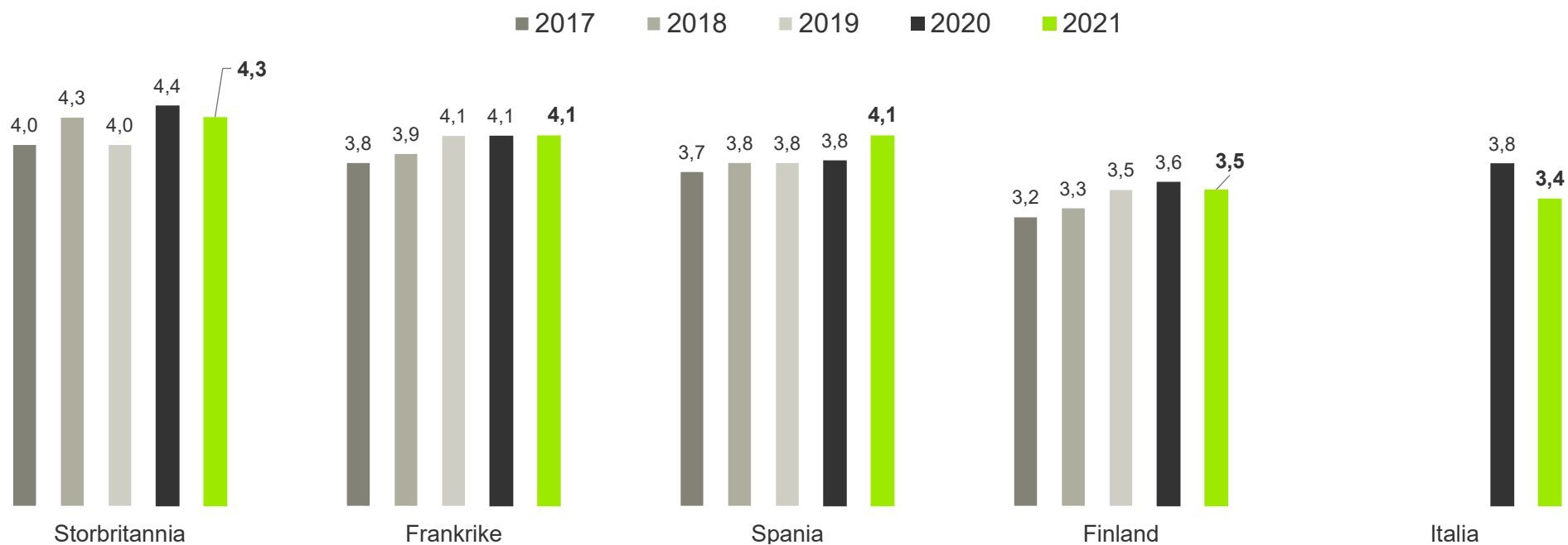
Andelen av befolkningen som spiser minst 5 porsjoner om dagen er redusert fra **2017 til 2021** i Danmark og Sverige *

.Utvikling 2017-2021: Andel som spiser minst 5 om dagen, fem etter de på topp



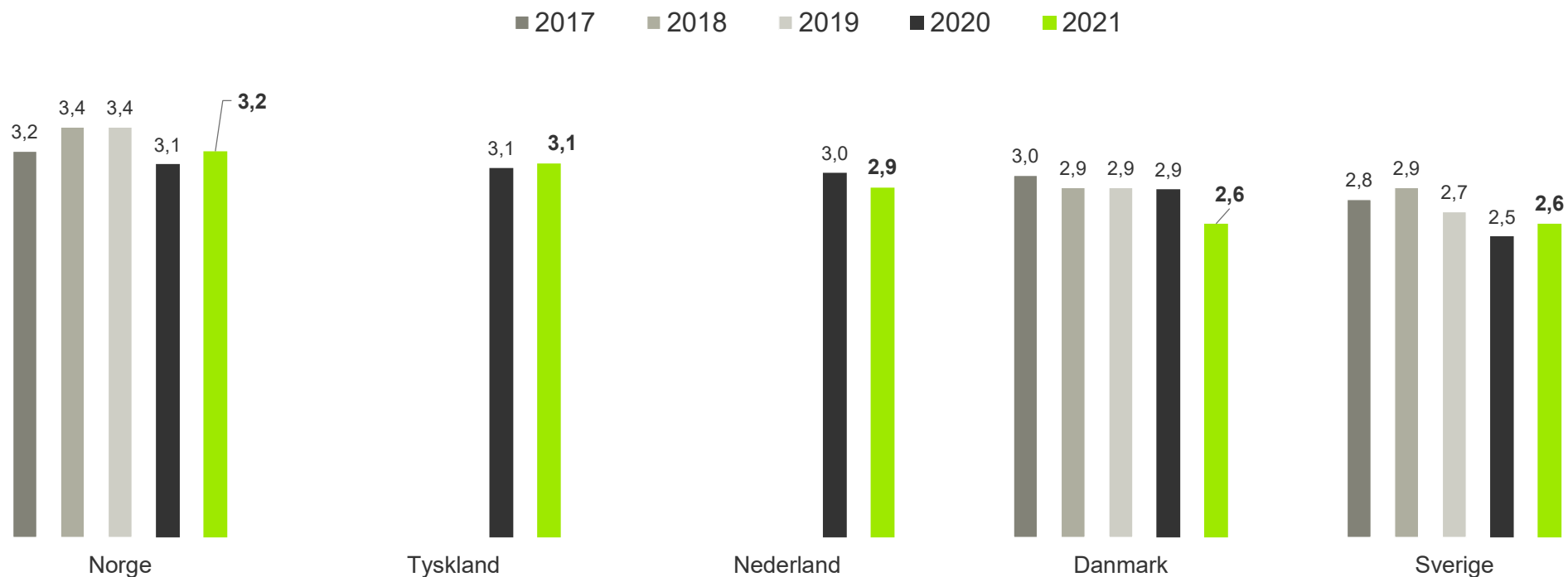
Det gjennomsnittlige forbruket av frukt og grønt har økt fra 2017 til 2021 i Storbritannia Frankrike, Spania og Finland *

Gjennomsnittlig antall porsjoner



Det gjennomsnittlige forbruket av frukt og grønt er redusert fra 2017 til 2021 i Danmark *

Gjennomsnittlig antall porsjoner



Oppsummering

I Norge:

- Koronaviruset har medført en nedgang i forbruket av frukt og grønt. En viktig årsak er at mange har vært mer på hjemmekontor med mindre frukt og grønt til lunsj.
- Tallene for september 2021 kan tyde på at bunnen er nådd i Norge. Det er indikasjon på at forbruket går noe opp fra 2020.
- Det er stor forskjell på menn og kvinner når det gjelder forbruk av frukt og grønt. Kvinner spiser nå omtrent det samme som før koronaviruset, mens menn fortsatt er på et lavere enn nivå enn før pandemien.



Oppsummering

Europa:

- I perioden fra 2017 til 2021 har det vært en økning i forbruket av frukt og grønt i land som Storbritannia, Frankrike, Spania og Finland.
- I Sverige og Danmark har det vært en reduksjon i andelen som spiser 5 om dagen i perioden 2017 til 2021. I Norge er nedgangen mindre enn i nabolandene *

