

Wie eet volgens de Schijf van Vijf?

Foodmonitor onderzocht hoeveel mensen er eten volgens de Schijf van Vijf. Slechts de helft van de respondenten zegt dat te doen.

Bij een recent onderzoek van Foodmonitor van The Food Agency werd aan 756 consumenten (16 jaar en ouder, nationaal representatief) een aantal dilemma's voorgelegd om te onderzoeken of zij volgens de Schijf van Vijf eten. Omdat de Schijf van Vijf bestaat uit een standaard Nederlands dieet van groenten en fruit, vlees en vis, zuivel en granen verwachtte men een redelijk hoog percentage.

Van de onderzoeksgroep zegt slechts 51% volgens de Schijf van Vijf te eten, 41% zegt dat niet te doen. Of ze dat ook werkelijk doen, is niet onderzocht. Een verklaring voor het lage percentage is dat men wellicht de inhoud van de Schijf van Vijf niet goed genoeg kent om er naar te handelen, of dat men in de praktijk toch anders eet dan men beweert. **(JV)**

Eet u volgens de schijf van vijf?

