De inhoud en kwaliteit van de lunch van Nederlandse basisschoolleerlingen

Doel: Het doel van dit onderzoek was te achterhalen wat de inhoud en de kwaliteit zijn van de lunch die Nederlandse basisschoolkinderen eten.

Methode: Er werd onderzoek uitgevoerd onder 363 Nederlandse basisschoolkinderen. Via vragenlijsten werd de lunchinhoud in kaart gebracht. De kwaliteit van de lunch werd beoordeeld aan de hand van de Nederlandse voedingsrichtlijnen (o.a. de “Schijf van Vijf”).

Resultaten:

- De meest gegeten lunchproducten waren brood, zuivelproducten en suikerhoudende dranken.
- Consumptie van groenten en fruit tijdens de lunch was zeer laag.
- Kinderen die thuis lunchten consumeerden significant vaker melk en andere zuivelproducten dan kinderen die op school lunchten.
- Kinderen die op school lunchten dronken significant vaker suikerhoudende dranken dan thuislunchers.

Conclusie: De lunch van Nederlandse basisschoolkinderen kan op veel punten worden verbeterd, bijvoorbeeld op het gebied van groenten en fruit. De resultaten onderstrepen het belang van interventies gericht op het verbeteren van de schoollunch.

Het volledige Engelstalige artikel is hier te vinden.