

RAPPORT

2020

SMÅBARNSKOST 3

Landsomfattende undersøkelse av kostholdet blant 2-åringer i Norge

Utgitt av Folkehelseinstituttet
Område for psykisk og fysisk helse
Avdeling for kroniske sykdommer og aldring
Mai 2020

Tittel:

Småbarnskost 3. Landsomfattende undersøkelse av kostholdet blant 2-åringer i Norge

Forfattere:

Helene Astrup
Jannicke Borch Myhre
Lene Frost Andersen
Anne Lene Kristiansen

Bestilling:

Rapporten kan lastes ned som pdf på Folkehelseinstituttets nettsider: www.fhi.no

Grafisk design omslag:

Fete Typer

ISBN elektronisk utgave

978-82-8406-100-9

Sitering: Astrup H, Myhre JB, Andersen LF, Kristiansen AL. "Småbarnskost 3. Landsomfattende undersøkelse av kostholdet blant 2-åringer i Norge". [Småbarnskost 3. Nationwide dietary survey among 2-year-olds in Norway] Rapport 2020. Oslo: Folkehelseinstituttet og Universitetet i Oslo, 2020.



Småbarnskost 3

Undersøkelse av kostholdet blant
2-åringer i Norge



Småbarnskost

Forord

I 2019 ble det gjennomført en landsomfattende undersøkelse av kostholdet til 2 år gamle barn (Småbarnskost 3).

I denne rapporten presenteres resultater fra Småbarnskost 3, samt en sammenligning med resultater fra forrige Småbarnskost-undersøkelse fra 2007.

Småbarnskost 3 ble gjennomført som et samarbeidsprosjekt mellom Folkehelseinstituttet (FHI) og Universitetet i Oslo (UiO).

Rapporten er utarbeidet av Helene Astrup (UiO), Jannicke Borch Myhre (UiO), Lene Frost Andersen (UiO) og Anne Lene Kristiansen (UiO). Britt Lande (Helsedirektoratet), Kristin Holvik (FHI) og Nicolai A. Lund-Blix (FHI), har gitt kommentarer til rapporten.

Takk til barn og foreldre som deltok i undersøkelsen.

Innhold

Forord	1
Sammendrag	4
1 Innledning	7
2 Utvalg og metode	8
2.1 Tillatelser og utvalg	8
2.1.1 Tillatelser	8
2.1.2 Utvalg.....	8
2.2 Design	9
2.3 Metode	10
2.3.1 Matvarefrekvensspørreskjema	10
2.3.2 Etterutfyllingsskjema for vekt og lengde.....	12
2.3.3 Andre data	12
2.4 Datahåndtering, bearbeiding og analyse	12
2.4.1 Kontroll og rettelser av besvarelser fra det elektroniske spørreskjemaet	12
2.4.2 Kontroll og rettelser av utfylte papirspørreskjemaer	13
2.4.3 Etterutfyllt vekt og lengde	13
2.4.4 Kontroll av antall brødsiver	13
2.4.5 Ekskludering av deltakere.....	14
2.4.6. Håndtering av svar fra åpne felt.....	14
2.5 Dataanalyser.....	14
2.5.1 Anbefalinger for energi og næringsstoffinntak	15
3 Resultater	16
3.1 Beskrivelse av utvalget	16
3.2 Vekt og lengde ved 2 års alder	17
3.3 Amming i andre leveår	17
3.4 Inntak av matvarer	17
3.5 Vitamin D-tilskudd/kosttilskudd	20
3.6 Energi- og næringsstoffinntak	20
3.7 Kilder til næringsstoffer	21
3.8 Ulikheter i kostvaner	22
3.9 Måltider	23
3.10 Matvarer som unngås.....	23

3.11 Problemer med spising/mat.....	23
3.12 Endringer over tid i kostholdet blant 2-åringer.....	23
4 Oppsummering.....	27
5 Referanser.....	28
6 Oversikt over tabeller.....	29
7 Tabeller.....	32
Vedlegg.....	56

Sammendrag

Småbarnskost 3 er den tredje landsomfattende kartleggingen av kostholdet blant 2-åringer i Norge. I februar 2019 ble 3000 mødre til barn født i februar 2017 invitert til å fylle ut et spørreskjema om kostholdet til barnet ved 2 års alder. Spørreskjemaet var tilgjengelig både som et elektronisk spørreskjema og et papirspørreskjema.

Deltakelsesprosenten i Småbarnskost 3 var 47 %. Mødrenes gjennomsnittsalder var 33 år og de fleste mødrene (67 %) hadde høyere utdanning. Da barnet var 2 år hadde de fleste mødrene (63 %) inntektsgivende arbeid på heltid og de fleste barna (94 %) gikk i barnehage.

Resultatene fra Småbarnskost 3 viser en rekke positive trekk ved kostholdet til 2-åringer. Barna hadde et kosthold som i stor grad var i tråd med anbefalingene og inkluderte grovt brød, grøt og andre kornvarer, frukt, bær og grønnsaker, kjøtt og fisk, yoghurt og melk. Inntaket av næringsstoffer var også i stor grad i tråd med anbefalingene, med unntak av inntaket av mettet fett som i gjennomsnitt lå over anbefalt nivå og inntaket av jern som lå under anbefalt nivå for jenter. Tilskudd av vitamin D var nødvendig for å komme på nivå med anbefalt inntak av vitamin D.

De viktigste resultatene fra undersøkelsen er summert opp i punktene under:

- I andre leveår var andelen som ble ammet 34 % ved 13 måneders alder, 24 % ved 15 måneder, 16 % ved 18 måneder og 8 % ved 2 års alder.
- 79 % av barna fikk grøt og gjennomsnittlig inntak av grøt var 87 g/dag. Hjemmelaget grøt ble gitt til 68 % og industrifremstilt grøt ble gitt til 29 % av barna.
- Tilnærmet alle barna fikk brød, og gjennomsnittlig inntak var 113 g/dag. Grovt brød og ekstra grovt brød var de mest brukte brødtypene. De mest brukte påleggstypene var hvitost/smøreost og leverpostei.
- Tilnærmet alle barna fikk grønnsaker og frukt og bær daglig eller ukentlig. Totalt gjennomsnittlig inntak av grønnsaker var 80 g/dag, og det var gulrot og tomat som var mest spist. Gjennomsnittlig inntak av frukt og bær var 181 g/dag, hvorav frisk frukt utgjorde 109 g/dag, mens industrifremstilte fruktmoser bidro med 35 gram frukt og bær per dag.
- Gjennomsnittlig inntak av potet var 16 g/dag.
- Gjennomsnittlig inntak av fisk og fiskeprodukter var 33 g/dag. Inntaket av kjøtt og kjøttprodukter var 35 g/dag. Rødt kjøtt utgjorde 83 % og hvitt kjøtt utgjorde 17 % av det totale kjøttinntaket.
- Gjennomsnittlig inntak av kumelk som drikke var i underkant av 3 dl/dag. De fleste drakk lettmeik med 1 % fett (60 %) og lettmeik med 0,5 % fett (tilsatt vitamin D) (46 %).
- De fleste barna (92 %) fikk yoghurt daglig eller ukentlig. Gjennomsnittlig inntak var 102 g/dag, og det meste av inntaket var fruktyoghurt.

- Alle barna fikk vann, og gjennomsnittlig inntak var i underkant av 5 dl/dag.
- 53 % av barna fikk juice daglig eller ukentlig, og gjennomsnittsinntaket var 29 g/dag.
- 48 % av barna fikk søte drikker som saft, brus og nektar med sukker, og gjennomsnittlig inntak var i underkant av en halv desiliter per dag (40 g/dag).
- 54 % av barna fikk vitamin D-tilskudd eller annet kosttilskudd, hvorav 30 % fikk tran og 16 % fikk vitamin D-dråper.
- Gjennomsnittlig inntak av vitaminer og mineraler var på nivå med eller høyere enn anbefalt, med unntak av jern, som var litt under anbefalingen for jenter. Tran/vitamin D-dråper eller annet tilskudd med vitamin D var nødvendig for å komme på nivå med anbefalt daglig inntak av vitamin D.
- Inntaket av vitamin A var over anbefalt daglig inntak, og den viktigste kilden var leverpostei.
- Kosttilskudd (tran og vitamin D-dråper) var den viktigste kilden til vitamin D. Matvaregruppen smør, margarin og olje bidro også vesentlig til vitamin D.
- De viktigste kildene til jern var brød, grøt og kjøtt/kjøttprodukter.
- De viktigste kildene til jod var matvaregruppene melk og yoghurt og fisk og fiskeprodukter.
- Gjennomsnittlig andel energi fra de ulike energigivende næringsstoffene (karbohydrat, protein og fett) var innenfor anbefalingene, med unntak av mettet fett som bidro med 12,8 energiprosent (E%) og dermed lå over anbefalt inntak (< 10 E%). 85 % av barna fikk mer mettet fett i kosten enn anbefalt. Hovedkildene til mettet fett var matvaregruppene smør, margarin og olje, melk og yoghurt, ost og kjøtt/kjøttprodukter.
- Gjennomsnittlig andel energi fra tilsatt sukker var på 4,6 E% og innenfor anbefalingen (< 10 E%). 4 % av barna hadde et inntak \geq 10 E%. Hovedkildene til tilsatt sukker var søte drikker og yoghurt.
- Det var ingen store forskjeller i inntak av matvarer og næringsstoffer mellom gutter og jenter, men gutter hadde et høyere inntak av enkelte matvarer som for eksempel grøt og brød og et noe høyere inntak av enkelte næringsstoffer som for eksempel karbohydrat og jern.

Sammenligningen av resultatene fra Småbarnskost 3 (2019) med resultatene fra den forrige landsomfattende kostholdsundersøkelsen blant 2 år gamle barn (Småbarnskost 2, 2007) tyder på at det har skjedd flere endringer i kostholdet til 2-åringer i løpet av denne 12-årsperioden. Selv om samme metode (matvarefrekvensspørreskjema) ble benyttet i de to undersøkelsene, må endringene over tid vurderes med forbehold siden spørreskjemaet har blitt noe endret, samt at svarprosenten var lavere i Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2 (47 % i 2019 vs. 56 % i 2007).

Siden forrige undersøkelse har andelen barn som blir ammet i andre leveår økt. Det har vært en reduksjon i inntak av søte drikker (40 g/dag i 2019 vs. 60 g/dag i 2007), og en

økning i inntak av vann (475 g/dag i 2019 vs. 307 g/dag i 2007). Inntaket av grønnsaker har økt (71 g/dag i 2019 vs. 54 g/dag i 2007), samtidig som inntaket av potet har gått ned (13 g/dag i 2019 vs. 26 g/dag i 2007). Totalt inntak av frukt og bær har økt (181 g/dag i 2019 vs. 152 g/dag i 2007), men inntaket av frisk frukt har gått ned, samtidig som inntaket av fruktmoser, og da særlig industrifremstilte fruktmoser, har økt. Inntaket av grøt har økt (87 g/dag i 2019 vs. 58 g/dag i 2007), og da særlig inntaket av hjemmelaget grøt, samtidig som inntaket av brød har blitt noe redusert (113 g/dag i 2019 vs. 131 g/dag i 2007). Selv om det totale inntaket av brød har gått ned, er inntaket av grovt brød høyere i 2019 sammenlignet med 2007. Inntaket av yoghurt har også økt siden 2007 (102 g/dag i 2019 vs. 71 g/dag i 2007). Inntaket av kumelk som drikke har blitt noe redusert (286 g/dag i 2019 vs. 309 g/dag i 2007), og da særlig inntaket av lettmelk med 1 % fett, samtidig som inntaket av lettmelk med vitamin D har økt siden 2007. Det har også vært en økning i andel brukere av helmelk og smør/Bremykt siden forrige undersøkelse i 2007.

Gjennomsnittlig andel energi fra tilsatt sukker var lavere i 2019 (4,6 E%) sammenlignet med i 2007 (6,7 E%), og andelen som var innenfor anbefalingen for tilsatt sukker (< 10 E%) var høyere (96 % i 2019 vs. 84 % i 2007). Inntaket av mettet fett blant 2 år gamle barn synes ikke å ha endret seg siden 2007.

Flere av barna fikk vitamin D-dråper i 2019 (16 %) sammenlignet med i 2007 (4 %), samtidig som andelen som fikk tran har blitt noe redusert, fra 38 % i 2007 til 30 % i 2019.

Det var også en vesentlig reduksjon i andel som svarte at de unngikk å gi enkelte matvarer til barnet fordi de var redd barnet kunne reagere med allergi/intoleranse (15 % i 2019 vs. 27 % i 2007), og denne reduksjonen kunne tilskrives en vesentlig reduksjon i andelen som svarte at de unngikk å gi nøtter til barnet.

1 Innledning

Sped- og småbarnstiden er preget av rask vekst og utvikling, og et godt kosthold i denne perioden er viktig for barnets helsetilstand, men kan også være viktig for helsen senere i livet. Kunnskap om hva sped- og småbarn i Norge spiser er viktig for å kunne vurdere barnas kostholds- og ernærings situasjon.

Universitetet i Oslo, avdeling for ernæringsvitenskap, gjennomførte vinteren/våren 2019 kostholdsundersøkelsen Småbarnskost 3, i samarbeid med Folkehelseinstituttet. Småbarnskost er en nasjonal kartlegging av kostholdet til 2 år gamle barn.

Småbarnskost-undersøkelsen har blitt gjennomført to ganger tidligere, første gang i 1999 (Småbarnskost 1) (1) og andre gang i 2007 (Småbarnskost 2) (2).

Formål

Formålet med Småbarnskost 3 var å skaffe til veie kunnskap om kostholdet blant 2 år gamle barn og følge utviklingen i kostholdet over tid. Dette som et grunnlag for rådgivning om kosthold til barn, utforming av strategier for forebygging av ernæringsrelaterte helseproblemer blant barn, oppfølging og evaluering av ernæringspolitiske tiltak og arbeid med mattrygghet. Undersøkelsen skulle fremskaffe data som ga grunnlag for:

- Å beskrive kostvaner
- Å vurdere den ernæringsmessige kvaliteten av kostholdet
- Å vurdere om kostholdsvanene er i tråd med de norske anbefalingene
- Å vurdere faktorer som forklarer forskjeller i kostholdet
- Å kunne vurdere innhold av fremmedstoffer i kostholdet
- Å beskrive endringer i kostholdet blant 2 år gamle barn i Norge siden forrige Småbarnskost-undersøkelse i 2007 (2)

Denne rapporten gir en beskrivelse av barnas kostvaner, vurderer om kostholdsvanene er i tråd med de norske anbefalingene og beskriver endringer i kostvaner siden Småbarnskost 2 (2).

2 Utvalg og metode

2.1 Tillatelser og utvalg

2.1.1 Tillatelser

Prosjektet ble vurdert som ikke fremleggingspliktig av Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk (REK) (ref.nr: 2018/846 B). Prosjektet ble deretter meldt til Norsk senter for forskningsdata (NSD) og tilrådd (ref.nr: 60537).

Etter godkjenning fra Skatteetaten ble det trukket et landsomfattende utvalg på 3000 barn fra Folkeregisteret, via IT-selskapet Evry. Det ble sendt en forespørsel til Direktoratet for forvaltning og ikt (Difi) om å få overført telefonnumre fra kontakt- og reservasjonsregisteret til utvalget som ble trukket. Dekningen på telefonnumre i registeret var på omkring 96 %.

Foreldrene ga elektronisk/skriftlig samtykke til å delta i undersøkelsen.

2.1.2 Utvalg

Det landsomfattende utvalget på 3000 barn ble trukket etter følgende kriterier:

- Barna skulle være født i perioden fra 1/2 2017 til og med 28/2 2017.
- Mors fødeland måtte være Norge, Sverige eller Danmark
- Mor og barn måtte være bosatt i Norge
- Dersom mor hadde født flerlinger, skulle bare ett av barna trekkes ut
- Barn som var registrert med to mødre (mor og medmor) skulle bare trekkes ut en gang

Det ble antatt at kostholdet til barn født i februar, i stor grad er likt kostholdet til barn født på andre tider av året. Barn av mødre født i land utenom Skandinavia ble ikke inkludert fordi det ble vurdert at det er behov for egne, mer målrettede undersøkelser for å beskrive kostholdet i disse gruppene. Disse gruppene av befolkningen har heller ikke blitt inkludert i de to tidligere Småbarnskost-undersøkelsene.

Ekskludering av utvalg

Fire mødre og barn ble ekskludert fra utvalget på 3000. Årsaker til ekskluderingen var ikke oppnådd kontakt eller at mor og barn ikke oppfylte inklusjonskriteriene for å delta i undersøkelsen. Det endelige utvalget bestod derfor av 2996 barn og deres mødre.

2.2 Design

Datainnsamlingen ble gjennomført i perioden februar-april 2019. Invitasjonsbrevet (vedlegg 1) med en lenke til et elektronisk spørreskjema (vedlegg 2) ble sendt per post til barnets mor rundt barnets 2-årsdag. Barnets foreldre/foresatte ble bedt om å fylle ut spørreskjemaet så nært opp til barnets 2-årsdag som mulig. Invitasjonsbrevet inneholdt detaljert informasjon om hva deltakelse i undersøkelsen innebar, hvordan de kunne delta, at deltakelse var frivillig, hva de fikk igjen for å delta og et avsnitt om etikk og personvern. I invitasjonsbrevet ble det også informert om at det var mulig å få tilsendt spørreskjemaet i papirformat. Invitasjonene ble sendt ut i 3 puljer med 1000 invitasjoner i hver pulje.

Omkring 1 ½ uke etter utsendelse av invitasjonsbrevene, ble det foretatt en telefonoppringning til alle i utvalget, med unntak av de som allerede hadde returnert ferdig utfylt spørreskjema eller hadde takket nei til deltakelse. Alle mødre ble forsøkt oppringt inntil fire ganger (over flere dager). Etter første og fjerde oppringing ble det sendt ut en standardisert tekstmelding med informasjon om undersøkelsen (vedlegg 3).

De som ikke hadde besvart spørreskjemaet innen tidsfristen, mottok en purring i posten. Purringen inneholdt et brev (vedlegg 4), spørreskjemaet i papirformat (vedlegg 2) og et bildehefte for hjelp til bestemmelse av mengder av matvarer/retter (vedlegg 5) samt en ferdigfrankert returkonvolutt. Purrebrevene ble sendt ut i 3 puljer omtrent 3 uker etter utsendelse av invitasjonsbrevene.

I spørreskjemaet ble deltakeren bedt om å fylle ut barnets vekt og lengde ved fødsel og ved 2-årskontrollen. Deltakere som returnerte spørreskjemaet uten fullstendige opplysninger om barnets vekt og lengde ved fødsel og/eller ved 2 års alder fikk et brev om dette i etterkant (vedlegg 6). I brevet ble de henvist til et kort elektronisk spørreskjema for etterregistrering av barnets vekt og lengde (vedlegg 7).

Ledende helsesøster for Landsgruppen av helsesøstre ble skriftlig informert om undersøkelsen og det ble lagt ut en sak om studien på Facebook til orientering for alle helsesøstre i Norge. For å skape publisitet la Folkehelseinstituttet (FHI) ut en pressemelding om undersøkelsen, og denne ble også delt på nettsiden til Institutt for medisinske basalfag, Universitetet i Oslo.

Alle som deltok i undersøkelsen ved å returnere utfylt spørreskjema mottok et universalgavekort pålydende 300 kroner.

2.3 Metode

2.3.1 Matvarefrekvensspørreskjema

Matvarefrekvensspørreskjemaet som ble benyttet skulle beskrive kostholdet ved 2 års alder. Kostholdet ved 2 års alder skulle beskrives slik det vanligvis er. Foreldrene skulle angi et gjennomsnitt av barnets kosthold og ha de siste 14 dagene i tankene når de fylte ut skjemaet så nært opp til barnets 2-årsdag som mulig.

Matvarefrekvensspørreskjemaet som ble benyttet ved forrige kartlegging av kostholdet blant 2 år gamle barn i 2007 (Småbarnskost 2) (2) ble benyttet som utgangspunkt for spørreskjemaet i Småbarnskost 3. For å oppnå sammenlignbare data fra de to kostholdsundersøkelsene ble det tilstrebet å gjøre så få endringer som mulig. Skjemaet ble imidlertid revidert og oppdatert med nye og relevante matvarer som har kommet på markedet siden 2007.

Spørreskjemaet som ble benyttet i Småbarnskost 3, er med unntak av spørsmål om amming, svært likt spørreskjemaet som ble benyttet i den tredje landsomfattende kartleggingen av kostholdet til 12 måneder gamle spedbarn (Spedkost 3), gjennomført i 2019. Spørreskjemaet som ble benyttet i Spedkost 3 ble testet ut blant et mindre utvalg deltakere i en pilotundersøkelse. I forkant av pilotundersøkelsen hadde spørreskjemaet blitt revidert på bakgrunn av nye og relevante matvarer som hadde kommet på markedet siden forrige kartlegging i 2007. Erfaringene fra pilotundersøkelsen ble lagt til grunn for den endelige versjonen av spørreskjemaet.

Spørreskjemaet som ble benyttet i Småbarnskost 3 var tilgjengelig i elektronisk format og i papirformat. Papirversjonen av spørreskjemaet var på 20 sider og hadde et omfang på 44 spørsmål. Det elektroniske spørreskjemaet inkluderte de samme spørsmålene som i papirspørreskjemaet. I den elektroniske versjonen var spørsmålene obligatoriske å besvare, slik at man ikke kom videre i skjemaet dersom det forrige spørsmålet ikke var besvart. Det var kun spørsmålene som omhandlet vekt og lengde ved fødsel og ved 2 års alder, mors alder og når barnet ble født i forhold til ultralydstermin som ikke var obligatoriske å besvare i det elektroniske spørreskjemaet. Det tok omkring 40 minutter å besvare spørreskjemaet.

I den elektroniske varianten av spørreskjemaet ble respondenten bedt om å skrive inn en personlig firesifret kode (ID-nummer) først og sist i spørreskjemaet. Det personlige ID-nummeret var oppgitt i invitasjonsbrevet. I papirskjemaene var ID-nummeret trykket på skjemaet.

Spørreskjemaet var inndelt i følgende temaer:

- Samtykkeerklæring
- Vekt og lengde ved fødsel og ved 2 års alder
- Innledende bakgrunnsspørsmål
- Spørsmål om barnets kosthold (inkludert spørsmål om amming)
- Spørsmål om måltidsmønster
- Spørsmål om kosttilskudd
- Bakgrunnsspørsmål om barnet og barnets mor og far

De som i samtykkeerklæringen svarte «nei» på om de ønsket å delta i undersøkelsen mottok ingen nye henvendelser om undersøkelsen.

Spørsmålene om amming var relatert til om barnet fikk morsmelk eller ikke ved 2 års alder og hvor gammelt barnet eventuelt var da det sluttet å få morsmelk. Spørsmål om hvor ofte og hvor mye morsmelk barnet eventuelt fikk ved 2 års alder var ikke inkludert i spørreskjemaet. Morsmelkens bidrag av energi og næringsstoffer er derfor ikke inkludert i beregningene som presenteres i denne rapporten.

Spørsmålene om kostholdet ved 2 års alder omfatter bruk av ca. 200 matvarer. For de fleste matvarer ble det rapportert hvor ofte barnet vanligvis spiste matvaren og hvor mye barnet vanligvis spiste per gang. Frekvensene gikk fra «Aldri/sjeldnere enn hver måned» til «5 eller flere ganger per dag». For flere av matvarene ble det benyttet bildeserier som skulle være til hjelp for å estimere mengder av matvarer og matretter (vedlegg 5). Dersom spørreskjemaet ble fylt ut elektronisk, kom bildene automatisk opp når respondenten oppga bruk av en matvare. Dersom deltakeren valgte å fylle ut spørreskjemaet på papir, var bildene å finne i den vedlagte bildeboken. Til sammen var det bilder av 17 ulike matvarer/retter. Bildeseriene bestod hovedsakelig av bilder av fire ulike mengder som rangerte fra liten mengde (A) til stor mengde (D). Bildeserien av grøt bestod av en bildeserie med seks ulike mengder. Der det ikke var henvist til bilder skulle husholdningsmål som antall skiver, stykker, skjeer, beger o.l. benyttes. For pålegg ble det ikke rapportert mengde, men mengde ble beregnet fra antall brødsiver o.l. barnet spiste med det aktuelle pålegget per uke. Frekvens- og mengde-dataene ga mulighet for å beregne energi- og næringsstoffinntak blant barna.

I tillegg til spørsmål om inntak av matvarer, var spørsmål om bruk av økologiske matvarer, hvor ofte barnet spiste ulike måltider, eventuelle matvarer som ble unngått på grunn av redsel for allergi og om barnet hadde hatt problemer med spising/mat inkludert i spørreskjemaet. Skjemaet inneholdt også spørsmål om barnets kjønn, mors alder, mors og fars utdanningsnivå, mors arbeidssituasjon, antall barn mor hadde født, fødselstidspunkt i forhold til termin, mors familiesituasjon, mors røykevaner, astma/allergi i familien og hvem som hadde tilsyn med barnet på dagtid.

Spørsmål om mors snusvaner og om mor og barn hadde et vegetarisk kosthold var også inkludert i spørreskjemaet. Disse spørsmålene var ikke inkludert i de tidligere Småbarnskost-undersøkelsene.

2.3.2 Etterutfyllingsskjema for vekt og lengde

Dersom det manglet opplysninger om vekt og lengde i spørreskjemaet (blant annet i tilfellene der 2-årskontroll ikke ennå var gjennomført), ble disse opplysningene purret på og deltakerne ble bedt om å etterutfylle disse i et eget spørreskjema (senere omtalt i avsnitt 2.4.3). Det var også mulighet for å etterrapportere opplysninger om vekt og lengde via e-post eller telefon.

2.3.3 Andre data

Utvalget til undersøkelsen ble trukket fra Folkeregisteret via IT-selskapet Evry på bakgrunn av barnets fødselsdato, samt etter gitte inklusjonskriterier som beskrevet i avsnitt 2.1.2. Tilgjengelige opplysninger innhentet fra Folkeregisteret inkluderte barnets kjønn, fødselsnummer og adresse og mors fødselsnummer og adresse.

2.4 Datahåndtering, bearbeiding og analyse

For å sikre at alle besvarelsene ble riktig identifisert, ble både de elektroniske besvarelsene og papirbesvarelsene kontrollert ved mottakelse. Angitt kjønn på barnet og alder på mor, samt inntastet ID-nummer i de elektroniske besvarelsene ble sammenlignet med de tilsvarende variablene fra uttrekket.

Utfyllingen av kostholdsdata fra de elektroniske spørreskjemaene ble ikke videre kontrollert, da alle spørsmålene som omhandlet kostholdet var obligatoriske å besvare.

2.4.1 Kontroll og rettelser av besvarelser fra det elektroniske spørreskjemaet

Kontroll og rettelser av elektroniske besvarelser ble gjort på følgende måte:

- Det ble kontrollert at ID-nummeret som ble tastet inn i starten av skjemaet var det samme som det som ble tastet inn i slutten av skjemaet. Der det ikke var overensstemmelse, ble barnets kjønn og mors alder sammenlignet med informasjonen som var innhentet fra Folkeregisteret. Der dette ikke var tilstrekkelig for å identifisere riktig deltaker, ble deltakerne oppringt. Det var 15 personer som hadde tastet inn to forskjellige ID-numre i skjemaet. Av disse ble 14 besvarelser korrigert, mens én deltaker ble ikke identifisert.
- I noen tilfeller var dato for utfylling av skjemaet forskjellig fra datoen skjemaet ble innsendt. Datoen for utfylling av skjemaet ble da rettet til datoen skjemaet ble sendt inn.
- Utfylling av vekt og lengde ble kontrollert, og de som manglet opplysninger om dette fikk tilsendt en påminnelse i posten.

2.4.2 Kontroll og rettelser av utfylte papirspørreskjemaer

Kontroll av utfylte papirskjemaer ble gjort på følgende måte:

- Matvarer ble ansett som ikke brukt dersom verken frekvens eller mengde var fylt ut eller dersom «aldri/sjeldnere enn hver uke/måned» var fylt ut. Matvarer ble også ansett som ikke brukt dersom mengde var fylt ut, men ikke frekvens.
- Dersom frekvens var angitt uten at det var gitt en mengde, ble den minste mengden brukt.
- Doble avkryssninger ble behandlet på følgende måte:
 - Ved doble avkryssninger for mengde eller frekvens ble avkryssningen korrigert til det laveste alternativet når markeringene sto ved siden av hverandre. Dersom det var et åpent alternativ mellom de to kryssene ble avkryssningen korrigert til det åpne alternativet. Ved to åpne alternativer mellom kryssene ble avkryssningen korrigert til det laveste åpne alternativet.
 - Mer enn én avkryssning for mors og fars utdannelsesnivå ble korrigert til høyeste alternativ.
 - Ved doble kryss for arbeidssituasjon ble skjønn brukt til å vurdere hvilket alternativ som utgjorde hovedtyngden (n=7).
 - I noen av papirskjemaene var det to avkryssninger for smør/margarin på brød (selv om kun én avkryssning var tillatt). I disse tilfellene ble annenhver avkryssning for smør/margarin valgt (første skjema fikk øverste avkryssning og andre skjema nederste avkryssning osv.) (n=14).
- 11 deltakere hadde to eller flere tomme sider som omhandlet spørsmål om inntak av matvarer. Disse 11 ble forsøkt oppringt og vi fikk kontakt med 9 av disse deltakerne, og de manglende opplysningene ble fylt ut.

2.4.3 Etterutfylt vekt og lengde

For deltakerne som hadde fylt inn barnets vekt og lengde i etterutfyllingsskjemaet eller sendt inn opplysninger om vekt og lengde per e-post/telefon (n=440), ble denne informasjonen lagt inn i filen fra hovedskjemaet. Der det ikke var overensstemmelse mellom utfylt vekt og lengde fra spørreskjemaet og i etterutfyllingsskjemaet, ble verdiene fra etterutfyllingsskjemaet brukt. Fire deltakere sendte inn etterutfyllingsskjema med feil ID-nummer. Tilhørigheten til disse fire skjemaene ble ikke funnet og verdiene fra disse ble derfor ikke inkludert i analysene.

2.4.4 Kontroll av antall brødskeer

Spørreskjemaet inneholdt spørsmål om hvor mange skiver av ulike brødtyper barnet spiste per dag. Deretter skulle deltakerne angi det totale antallet brødskeer barnet spiste per dag og multiplisere dette tallet med 7 for å få det totale antallet brødskeer barnet spiste per uke (se vedlegg 2). Det totale antallet brødskeer deltakerne hadde ført opp at barnet spiste per dag ble sammenlignet med summen av hver av de oppgitte brødtypene. For at

ikke antall brødskiver og påfølgende mengde smør/margarin som ble beregnet ut fra antall brødskiver skulle bli feilestimert, ble deltakerne som hadde fem eller flere antall brødskiver i avvik nærmere undersøkt. Av 22 deltakere som hadde mer enn fem brødskiver i avvik, hadde 21 deltakere et høyere antall brødskiver beregnet fra de ulike brødkategoriene enn antall brødskiver som var ført opp i feltet «sum skiver per dag». Derfor ble det oppførte antallet brødskiver barnet hadde spist per dag brukt til å justere antallet av de oppførte brødtypene slik at summene stemte overens.

2.4.5 Ekskludering av deltakere

Fire deltakere ble ekskludert fra undersøkelsen på bakgrunn av svært lave ($n=1$, energiinntak under 1000 KJ) eller svært høye energiinntak ($n=3$, energiinntak over 11 000 KJ). Dette er i tråd med prinsippene for eksklusjon basert på ekstreme inntak som er benyttet i tidligere landsdekkende kostholdsundersøkelser.

2.4.6. Håndtering av svar fra åpne felt

I spørreskjemaet var det mulig å krysse av for *Annen melk* under kategorien *Melk* og deretter oppgi type melk som ble brukt. Disse melketyperne ble manuelt lagt inn i kostberegningssystemet KBS. Det samme gjaldt også for kosttilskudd som var ført opp i åpent felt.

2.5 Dataanalyser

Papirversjonen av spørreskjemaene ble skannet i Teleform (8.0), mens resultatene fra nettskjemaene ble åpnet i Excel og overført til statistikkprogrammet SPSS (versjon 25.0).

Inntak av matvarer, energi og næringsstoffer er beregnet i kostberegningssystemet KBS, versjon 7.3 og matvaredatabasen AE-18. Beregningsdatabasen er en utvidet versjon av den offisielle norske matvaretabellen fra 2018 (3), supplert med beregnede oppskrifter og lånte analyserte verdier fra utenlandske matvaredatabaser. Se vedlegg 8 for beskrivelse av matvaregrupperinger.

Inntaksdata er presentert som gjennomsnitt og standardavvik (SD), og i tillegg som persentiler for noen matvarer.

Opplysninger om utdanningsnivå fra Statistisk Sentralbyrås statistikkbank (<https://www.ssb.no/statbank/>) er benyttet for sammenligning av utdanningsnivå i utvalget med den generelle befolkningen i Norge. Opplysninger om fødsler i Norge fra Medisinsk fødselsregisters statistikkbank (<http://statistikkbank.fhi.no/mfr/>) er benyttet for sammenligning av andre sentrale variabler i utvalget med den generelle befolkningen i Norge.

Forskjeller i inntaksdata og forskjeller i vekt og lengde mellom kjønn er testet med t-test for uavhengige data. Kji-kvadrat-test er brukt for å teste forskjeller i andeler mellom grupper.

For å teste lineær trend gjennom kategorier av bakgrunnsvariablene mors alder, utdanning og antall barn mor har født er linear-by-linear test benyttet (tabell 30). Alle p-verdier gitt i rapporten er to-sidige, og et 1 % signifikansnivå er benyttet på grunn av et høyt antall gjennomførte statistiske tester.

2.5.1 Anbefalinger for energi og næringsstoffinntak

Næringsstoffinntaket er vurdert med utgangspunkt i de offisielle norske anbefalingene for kosthold, ernæring og fysisk aktivitet fra 2014 (4). Disse er utarbeidet på grunnlag av de nordiske kostholdsanbefalingene (5). Anbefalingene for de energigivende næringsstoffene er de samme for voksne og barn fra 2 års alder, med unntak av anbefalingen for kostfiber som er litt lavere for barn.

Anbefalinger for barn fra 2 års alder: Energigivende næringsstoffer	Anbefalt inntak
Protein	10-20 energiprosent
Fett	25-40 energiprosent
Mettet fett	< 10 energiprosent
Enumettet fett	10-20 energiprosent
Flerumettet fett	5-10 energiprosent
Karbohydrat	45-60 energiprosent
Tilsatt sukker	< 10 energiprosent
Kostfiber	2-3 g/MJ

Anbefalinger for aldersgruppen 2-5 år: Vitaminer og mineraler	Anbefalt inntak pr. dag
Vitamin A, retinolaktivitetsekvivalenter (RAE)	350
Vitamin D, mikrogram	10
Vitamin E, tokoferolekvivalenter	5
Tiamin, milligram	0,6
Riboflavin, milligram	0,7
Vitamin C, milligram	30
Kalsium, milligram	600
Jern, milligram	8
Jod, mikrogram	90

Referanseverdi for energiinntak: Referanseverdien for energiinntak for aldersgruppen 2-5 år er 5,3 MJ/dag med en referansevekt på 16,1 kg (4).

3 Resultater

I dette kapitlet oppsummeres de sentrale resultatene fra undersøkelsen i tekstform. Alle resultater er i tillegg presentert i tabeller. Alle tabellene som det henvises til i dette kapitlet er samlet i nummerert rekkefølge i Kapittel 7.

3.1 Beskrivelse av utvalget

Av det endelige utvalget på 2996 barn deltok 1417 av barnas foreldre/foresatte i undersøkelsen, noe som tilsvarer en svarprosent på 47. Av disse fylte 88 % ut spørreskjemaet på nett, mens 12 % fylte ut spørreskjemaet på papir.

Fire av besvarelsene i undersøkelsen ble ekskludert på grunn av ekstremt lavt eller høyt beregnet energiinntak og disse er ikke inkludert i analysene. Det endelige utvalget som ble inkludert i analysene er derfor 1413 deltakere (47 %).

De fleste skjemaene (91 %) var fylt ut av kun barnets mor, 4 % var fylt ut av kun barnets far, og 5 % av skjemaene var fylt ut av både mor og far. Tre av skjemaene (0,2 %) var fylt ut av barnets medmor (tabell 1).

Totalt ble 693 (49 %) jenter og 720 (51 %) gutter inkludert i analysene (tabell 2).

Det var kun små forskjeller i kjønnsfordeling, fødselsvekt, svangerskapslengde, mors fødealder, antall barn mor har født og mors sivilstatus mellom barna/mødrene som deltok i Småbarnskost 3 og alle som ble født/som fødte i 2017 (tabell 2). Prosentvis fordeling av deltakerne på landsdel i Norge var i godt samsvar med fordelingen av fødsler på landsdel i Norge i 2017 (tabell 2). Basert på dette er det rimelig å vurdere utvalget som deltok som landsrepresentativt.

Siden vi ikke har sammenlignbare data på mødre til 2 år gamle barn, men sammenligner deltakerne med kvinner som fødte i 2017, er ikke sammenligningsgrunnlaget helt likt for alle bakgrunnsvariablene, slik som landsdel og mors sivilstatus.

Blant deltakerne i undersøkelsen hadde flertallet av mødre og fedrene høyere utdanning. Henholdsvis 76 % av mødre og 56 % av fedrene hadde høyskole- eller universitetsutdanning (tabell 3). Kun 2 % av mødre og 3 % av fedrene hadde grunnskole som høyeste fullførte utdanning. Sammenlignet med Norges befolkning var det blant deltakerne en lavere andel med grunnskole som høyeste fullførte utdanning og en høyere andel med lang høyskole/universitetsutdanning (tabell 3).

Før barnet ble født hadde en stor andel av mødre (76 %) inntektsgivende arbeid på heltid, mens 12 % av mødre hadde inntektsgivende arbeid på deltid (tabell 4). Da barnet var 2 år gammelt hadde 63 % inntektsgivende arbeid på heltid, mens 17 % hadde inntektsgivende arbeid på deltid (tabell 4).

Da barnet var 2 år gammelt, var andelen av mødrene som røykte 4 %, hvorav 2 % røykte daglig (tabell 5). Det var 12 % av mødrene som snuste, hvorav 8 % snuste daglig (tabell 5).

Blant deltakerne var det få vegetarianere, 2 % av mødrene og 1 % av barna hadde et vegetarisk kosthold da barnet var 2 år gammelt (tabell 6). Det var kun noen få som utelot både melkeprodukter og egg fra kostholdet.

Andelen av barna som gikk i barnehage ved 2 års alder var 94 % (tabell 7). De fleste som hadde annet tilsyn enn barnehage, hadde det som tillegg til barnehagen.

For litt under halvparten (44 %) av barna ble det oppgitt at foreldre og/eller søsken hadde eller hadde hatt astma/allergi (tabell 8).

3.2 Vekt og lengde ved 2 års alder

I tillegg til vekt og lengde ved fødsel, ble deltakerne bedt om å fylle ut vekt og lengde ved 2 års alder, målt ved 2-årskontrollen på helsestasjonen. Det var imidlertid flere av deltakerne som ennå ikke hadde vært på 2-årskontroll da svarfristen for undersøkelsen utløp. I tillegg gjennomføres 2-årskontrollen på ulike tidspunkt for barna. Noen har kontroll allerede ved 1 ½ års alder, mens andre ikke har den før nærmere 2 ½ års alder. Gjennomsnittlig dato for kontroll var 28.2.2019, noe som er innenfor deltakernes fødselsmåned, og ikke langt ifra deltakernes gjennomsnittlige 2 års fødselsdag. Siden flere av deltakerne ennå ikke hadde vært på 2-årskontroll, ble det gitt tilbakemelding på at det var flere som målte og veide barnet selv. Opplysningene om vekt og lengde ved 2 års alder er derfor basert på en kombinasjon av opplysninger fra helsestasjon og foreldres egne opplysninger.

Gjennomsnittlig vekt og lengde ved 2 års alder var henholdsvis 12,8 kg og 88 cm (tabell 9). Gutter hadde signifikant høyere vekt og lengde enn jenter.

3.3 Amming i andre leveår

Andelen av barna som fikk morsmelk var 34 % ved 13 måneders alder, 24 % ved 15 måneder, 16 % ved 18 måneder og 8 % ved 2 års alder (tabell 10).

3.4 Inntak av matvarer

Gjennomsnittsinntak samt antall og andel som brukte ulike typer mat og drikke ved 2 års alder er presentert i tabellene 11 til 20. Beskrivelse av og oversikt over matvaregrupper er vist i henholdsvis vedlegg 8 og vedlegg 9. Persentiler for daglig inntak av et utvalg av matvarer er presentert i vedlegg 10.

3.4.1 Grøt

Ved 2 års alder fikk 79 % av barna grøt daglig eller ukentlig (tabell 11). De fleste barna (68 %) fikk hjemmelaget grøt mens 29 % fikk industrifremstilt grøt. Gutter hadde signifikant høyere inntak av grøt enn jenter. Gjennomsnittlig inntak av grøt blant alle barna var 87 g/dag (tabell 11). Blant de som spiste industrifremstilt grøt var det gjennomsnittlige inntaket av industrifremstilt grøt 106 g/dag, mens blant de som spiste hjemmelaget grøt var det gjennomsnittlige inntaket av hjemmelaget grøt 84 g/dag (vedlegg 10). Inntak av ulike typer industrifremstilt og hjemmelagde grøter er presentert i tabell 12.

3.4.2. Brød og andre kornprodukter

Gjennomsnittlig inntak av brød var 113 g/dag (tabell 11), og 83 g/dag (73 % av inntaket) var i kategorien grovt brød og ekstra grovt brød. Gutter hadde signifikant høyere inntak av brød enn jenter. I spørreskjemaet var det et spørsmål om skorpen på brødet ble skåret bort, og de fleste svarte at barnet fikk brød med skorper (tabell 13). 60 % fikk kornblanding/gryn med melk daglig eller ukentlig (tabell 11).

3.4.3 Margarin/smør på brødet

De fleste barna (89 %) fikk margarin eller smør på brødet (tabell 14). Det var vanligst å bruke Bremykt (26 %), etterfulgt av Soft Flora, Vita (22 %) og Brelett (12 %). Smør (meierismør o.l.) på brødsken ble brukt av 7 % av barna. Mengde margarin/smør som ble brukt på brødsken fremgår av tabell 15.

3.4.4. Pålegg

De mest brukte påleggstypene var hvitost/smøreost (92 % brukere) og leverpostei av svin (90 % brukere) (tabell 16). Brunost/prim ble spist av 64 %, kjøttpålegg av storfe/svin ble spist av 64 % og fiskepålegg ble spist av 63 % av barna. Søtt pålegg som syltetøy og sjokoladepålegg ble brukt av 62 %. Kylling/kalkunpålegg og leverpostei av kylling ble spist av henholdsvis 16 % og 4 % av barna.

3.4.5 Kjøtt og fisk

Tilnærmet alle barna fikk kjøtt/kjøttprodukter av storfe/svin o.l., mens kjøtt/kjøttprodukter av kylling/kalkun ble gitt til 91 % av barna (tabell 11). Fisk/fiskeprodukter ble gitt til 99 % av barna (tabell 11). Inntaket av kjøtt/kjøttprodukter av storfe/svin o.l. var høyere enn inntaket av kjøtt/kjøttprodukter av kylling/kalkun, henholdsvis 29 g/dag og 6 g/dag. Inntaket av fisk/fiskeprodukter var på 33 g/dag.

Noen av barna (6 %) fikk industrifremstilt barnemat på glass (middagsglass), og det var variantene med kjøtt eller kylling som ble mest brukt (tabell 11). Kjøtt og fisk fra industrifremstilt barnemat er ikke medregnet i inntaket av kjøtt og fisk presentert i tabell 11.

Type fett som ble brukt i matlaging fremgår av tabell 17. Det var rapsolje (47 %), etterfulgt av smør (meierismør o.l.) (44 %) og olivenolje (42 %) som ble mest brukt i matlaging.

3.4.6 Frukt og grønnsaker

Tilnærmet alle barna fikk frukt og bær daglig eller ukentlig, og totalt gjennomsnittlig inntak var 181 g/dag (tabell 11). Frisk frukt utgjorde over halvparten av det totale inntaket av frukt og bær, og banan var den mest brukte frukten. Gjennomsnittlig inntak av industrifremstilt fruktmos var 39 g/dag (tabell 11).

Så å si alle barna fikk grønnsaker enten daglig eller ukentlig og gjennomsnittsinntaket var 80 g/dag (inkluderer både friske grønnsaker, grønnsaker (inkludert hermetiske grønnsaker) i sammensatte retter som gryte, taco, vegetarrett o.l., og grønnsaker fra fruktmos) (tabell 11). Inntaket av friske/frosne grønnsaker var 71 g/dag. Gulrot var den mest brukte grønnsaken, etterfulgt av tomat (tabell 11). Mais, agurk, avokado og blomkål/brokkoli var også populære grønnsaker (ikke vist i tabell). Grønnsaker fra både hjemmelaget og industrifremstilt frukt- og grønnsaksmos er inkludert i totalt grønnsaksinntak. Grønnsaker fra industrifremstilt middagsglass er ikke inkludert siden svært få av barna (6 %) spiste denne typen industrifremstilt barnemat.

3.4.7 Poteter, ris og pasta

Poteter ble gitt til 80 % av barna, og gjennomsnittlig inntak var på 16 g/dag (tabell 11). Det var vanligst å bruke kokte/moste poteter ved 2 års alder, med et gjennomsnittsinntak på 13 g/dag. Pasta og ris ble gitt til 96 % av barna og gjennomsnittlig inntak var på 17 g/dag (tabell 11). Poteter, ris og pasta fra industrifremstilt barnemat på glass er ikke medregnet i inntaket presentert i tabell 11.

3.4.8 Kumelk og yoghurt

De fleste barna (91 %) fikk kumelk som drikke og gjennomsnittsinntaket var 286 g/dag (tabell 11). Lettmelk med 1 % fett ble brukt av 60 % av barna og gjennomsnittlig inntak var på 129 g/dag, mens lettmelk med 0,5 % fett ble brukt av 46 % av barna og gjennomsnittlig inntak var på 98 g/dag. Helmelk ble brukt av 23 % av barna og skummet melk ble kun brukt av 5 % av barna.

De fleste barna (92 %) fikk yoghurt daglig eller ukentlig og gjennomsnittsinntaket var på 102 g/dag (tabell 11). Fruktoghurt var mest brukt med et gjennomsnittsinntak på 70 g/dag.

3.4.9 Morsmelkerstatning/annen melk

Morsmelkerstatning/tilskuddsblanding ble gitt til 6 % av barna ved 2 års alder (tabell 11). Annen melk/melkeerstatning ble gitt til 4 % av barna (tabell 11). Det var havremelk som oftest var rapportert blant annen melk (76 % av tilfellene) (ikke vist i tabell).

3.4.10 Vann, juice og søte drikker

Nærmest alle barna fikk vann og gjennomsnittlig inntak var 475 g/dag (tabell 11). Litt over halvparten (53 %) fikk juice daglig eller ukentlig. Saft med sukker ble drukket av 36 % av barna, mens saft uten sukker ble drukket av 27 % av barna. Brus med sukker ble drukket av 9 % av barna, mens brus uten sukker ble drukket av 10 % av barna. Gjennomsnittsinntaket av søte drikker var 40 g/dag, og av dette var 26 g/dag saft med sukker. Industrifremstilt barnedrikk ble drukket daglig eller ukentlig av 3 % av barna (tabell 11).

3.4.11 Søtsaker

Gjennomsnittsinntaket av sjokolade og annet godteri var på 2 g/dag og 77 % av barna fikk dette enten ukentlig eller månedlig (tabell 11). De fleste barna fikk kaker, boller, vafler og/eller søte kjeks ukentlig eller månedlig (94 %) og gjennomsnittlig inntak var på 8 g/dag (tabell 11).

3.4.12 Økologiske produkter

53 % oppga at barnet vanligvis eller av og til fikk økologisk frukt og 52 % oppga at barnet vanligvis eller av og til fikk økologiske grønnsaker, mens 36 % oppga at barnet vanligvis eller av og til fikk økologiske kornprodukter/grøt (tabell 18).

3.5 Vitamin D-tilskudd/kosttilskudd

Litt over halvparten av barna (54 %) fikk kosttilskudd ved 2 års alder (tabell 19). Det var kun 4 % som aldri hadde fått kosttilskudd. Det vanligste kosttilskuddet blant barna var tran og 30 % fikk tran daglig eller ukentlig, i gjennomsnittlig 4,2 ml per dag blant brukere (tabell 20). Vitamin D-dråper ble gitt til 16 % av barna og gjennomsnittlig inntak var 7,1 µg vitamin D blant brukere. Kosttilskuddene som oftest ble rapportert i åpent felt var vitaminbjørner (multivitamin tyggetabletter), etterfulgt av ulike omega-3 tilskudd.

3.6 Energi- og næringsstoffinntak

Tabell 21 presenterer gjennomsnittlig daglig energi- og næringsstoffinntak, samt andel energi fra de ulike energigivende næringsstoffene, med kosttilskudd inkludert i beregningene. I tabell 22 presenteres tilsvarende energi- og næringsstoffinntak uten at kosttilskudd er inkludert i beregningene.

Gjennomsnittlig inntak av energi (inkludert kosttilskudd i beregningene) var 5,6 MJ/dag for gutter og 5,4 MJ/dag for jenter, forskjellen var statistisk signifikant (tabell 21).

Gjennomsnittlig energiprosent (E%) fra protein (16,2 E%), karbohydrat (49,2 E%), totalt fett (32,2 E%), enumettet fett (11,3 E%), flerumettet fett (5,0 E%) og tilsatt sukker (4,6 E%) var i samsvar med anbefalingene (4) (tabell 21). Inntaket av kostfiber (3,1 g/MJ) og fullkorn (12,1 g/MJ) var også i samsvar med anbefalingene (4, 6). Inntaket av mettet fett (12,8 E%) var høyere enn anbefalt (< 10 E%) (4). Gjennomsnittlig inntak (gram/dag) av flerumettet

fett, karbohydrat, kostfiber og fullkorn var statistisk signifikant høyere blant gutter enn blant jenter (tabell 21).

Andelen barn som hadde høyere inntak av mettet fett enn anbefalt (≥ 10 E%) var 85 %, andelen som hadde høyere inntak av totalt fett enn anbefalt (> 40 E%) var 8 %, mens 4 % hadde høyere inntak av tilsatt sukker enn anbefalt (≥ 10 E%) (tabell 30).

Gjennomsnittlig daglig inntak av vitaminer og mineraler (inkludert kosttilskudd i beregningene) var på nivå med eller høyere enn anbefalt daglig inntak (4), med unntak av jern som var noe lavere enn anbefalt daglig inntak blant jentene (tabell 21). Inntaket av jern var signifikant høyere blant gutter enn blant jenter. Dette kan skyldes et generelt høyere matinntak, og da spesielt et høyere inntak av matvarer som er viktige kilder til jern, som blant annet brød. Inntaket av vitamin D lå akkurat innenfor anbefalingen (9,9 μg per dag). Inntaket av vitamin A lå over anbefalt daglig inntak. Inntaket av vitamin E, tiamin, riboflavin, vitamin C, kalsium, og jod lå også godt over anbefalt daglig inntak. Inntaket av salt bør begrenses til 3-4 gram per dag (4), gjennomsnittsinntaket var på 3,8 g/dag og i øvre sjiktet av anbefalt inntak. Det er imidlertid stor usikkerhet knyttet til estimert inntak av salt, siden spørreskjemaet ikke inneholder spørsmål om bruk av bordsalt eller spørsmål om bruk av salt i hjemmelaget mat.

Også uten bidraget fra kosttilskudd var inntaket av de fleste mikronæringsstoffene i tråd med anbefalingene med unntak av jern og vitamin D (tabell 22). Inntaket av vitamin D uten bidrag fra kosttilskudd lå mye lavere enn anbefalt (4,6 $\mu\text{g}/\text{dag}$ vs. 10,0 $\mu\text{g}/\text{dag}$ anbefalt).

3.7 Kilder til næringsstoffer

Tabell 23 til 29 presenterer kilder til utvalgte næringsstoffer.

3.7.1 Kilder til fett

Matvaregruppen smør, margarin og olje var den største kilden til fett i kosten, og bidro til 27 % av totalt fettinntak. Det var smør og margarin på brød som var den viktigste kilden til fett (ikke vist i tabell). Matvaregruppene melk og yoghurt (13 %), kjøtt og kjøttprodukter (12 %) og ost (11 %) var andre viktige kilder til fett (tabell 23).

3.7.2 Kilder til mettet fett

Matvaregruppen smør, margarin og olje var også den største kilden til mettet fett og bidro til 25 % av totalt inntak av mettet fett, etterfulgt av matvaregruppene melk og yoghurt (20 %), ost (17 %) og kjøtt og kjøttprodukter (12 %) (tabell 24).

3.7.3 Kilder til tilsatt sukker

Det gjennomsnittlige inntaket av tilsatt sukker var lavt blant barna. Matvaregruppene melk og yoghurt og søte drikker (nektar, saft og brus med sukker) var de største kildene til tilsatt sukker, og bidro til henholdsvis 30 % og 26 % av det totale inntaket av tilsatt sukker.

Yoghurt alene bidro til 23 % av det totale inntaket av tilsatt sukker, melk (sjokomelk) bidro til 2 % av det totale inntaket av tilsatt sukker (tabell 25).

3.7.4 Kilder til vitamin A

Leverpostei var den viktigste kilden til vitamin A, og bidro til 47 % av totalt inntak av vitamin A. Matvaregruppen smør, margarin og olje bidro til 13 % av totalt inntak av vitamin A (tabell 26).

3.7.5 Kilder til vitamin D

Kosttilskudd var den viktigste kilden til inntak av vitamin D (55 %). Blant kosttilskuddene var det tran som bidro mest til inntaket (25 %). Matvaregruppen smør, margarin og olje bidro til 18 % av det totale inntaket av vitamin D (tabell 27).

3.7.6 Kilder til jern

Brød var den viktigste kilden til jern i kosten, og bidro til 31 % av det totale inntaket av jern. Grøt og kjøtt og kjøttprodukter bidro begge til 12 % av det totale inntaket av jern (tabell 28).

3.7.7 Kilder til jod

Matvaregruppen melk og yoghurt var den største kilden til inntak av jod i kosten, og bidro til 44 % av det totale inntaket, hvorav melk bidro til 31 %. Fisk og fiskeprodukter bidro til 16 % av det totale inntaket av jod (tabell 29).

3.8 Ulikheter i kostvaner

Det var forholdsvis liten forskjell mellom andeler av gutter og jenter som ble ammet i andre leveår (ikke testet statistisk) (tabell 10).

Det var heller ikke store forskjeller i matinntak mellom gutter og jenter, men guttene hadde signifikant høyere gjennomsnittsinntak av noen matvarer, blant annet grøt og brød (tabell 11).

Andelen av barna som hadde et høyere inntak av totalt fett, mettet fett og tilsatt sukker enn anbefalt er presentert i undergrupper av mor og barn i tabell 30. Det var en trend mot et lavere inntak av tilsatt sukker ved høyere utdanningsnivå hos mor, ellers var det ingen signifikante forskjeller mellom andeler etter utvalgte bakgrunnsvariabler. Resultatet må tolkes med forsiktighet da det var få (58 deltakere) i gruppen med et høyere inntak av tilsatt sukker enn anbefalt.

3.9 Måltider

De fleste barna spiste frokost (97 %), formiddagsmat/lunsj (94 %) og middag (89 %) hver dag (tabell 31). 69 % av barna spiste kveldsmat hver dag, mens 63 % spiste ettermiddagsmat og 22 % spiste andre måltider/mellommåltider hver dag (tabell 31). Data om måltider i barnehage, hos dagmamma og lignende er vist i tabell 32.

3.10 Matvarer som unngås

15 % oppga at en eller flere matvarer ble unngått på grunn av redsel for at barnet skulle reagere med allergi eller intoleranse. Nøtter, kumelk og appelsin/appelsinjuice/annen sitrusfrukt var de matvarene som oftest ble rapportert unngått på grunn av redsel for at barnet kunne reagere med allergi/intoleranse (tabell 33).

3.11 Problemer med spising/mat

Totalt oppga 32 % at barnet hadde problemer med spising/mat (tabell 34). Det at barnet likte få matvarer var det vanligste problemet (15%) etterfulgt av dårlig matlyst/småspist (11%).

3.12 Endringer over tid i kostholdet blant 2-åringer

Enkelte resultater fra Småbarnskost 3 er sammenlignet med resultater fra Småbarnskost 2 (tabell 35-44). De fleste spørsmålene ble stilt på samme måte begge år, men det er noen forskjeller i spørreskjemaet (se kapitlet om Metode s. 10), og en slik sammenligning av resultater må gjøres med forsiktighet. Videre er utvalgene ikke helt sammenlignbare. Deltakelsesprosenten var ulik i de to undersøkelsene, 47 % deltok i Småbarnskost 3 og 56 % deltok i Småbarnskost 2. Utvalget i 2019 skiller seg fra utvalget i 2007 ved at det var en høyere andel mødre med høy utdanning (tabell 36) og en høyere andel av mødrene hadde inntektsgivende arbeid heltid i 2019 enn i 2007 (både før fødsel og da barnet var 2 år) (tabell 37). Forskjellene i utvalgets sammensetning kan komme av skjevhet i utvalget på grunn av lavere deltakerandel i 2019, men også av at mødrepopulasjonen kan ha endret seg fra 2007 til 2019. Ifølge Statistisk sentralbyrå har utdanningsnivået økt vesentlig siden 2007. Andelen kvinner i aldersgruppen 20-49 år med grunnskole som høyeste utdanning har sunket fra 20 % i 2007 til 14 % i 2019, samtidig som andelen med høyskole/universitetsutdanning har økt fra 40 % i 2007 til 52 % i 2019 (7).

3.12.1 Vekt og lengde

Vekt og lengde ved 2 års alder i Småbarnskost 3 og Småbarnskost 2 er presentert i tabell 38. Det var kun små forskjeller i vekt og lengde blant 2-åringer i 2019 sammenlignet med 2-åringer i 2007. Data på vekt og lengde ved 2 års alder er ikke helt sammenlignbare på grunn av ulike tidspunkt for 2-årskontrollen.

3.12.2 Amming

Sammenlignet med resultatene fra Småbarnskost 2007 har andelen ammede i andre leveår økt (tabell 39). Andelen som fikk morsmelk ved 13 måneders alder var 24 % i 2007 sammenlignet med 34 % i 2019. Andelen som fikk morsmelk ved 2 års alder har økt fra 3 % i 2007 til 8 % i 2019 (tabell 39).

3.12.3 Matinntak

En sammenligning av matinntak fra Småbarnskost 2007 og Småbarnskost 2019 må gjøres med forsiktighet siden det har blitt gjort endringer i spørreskjemaet siden 2007.

I 2019 ble det rapportert et høyere inntak av grøt (87 g/dag i 2019 vs. 58 g/dag i 2007). Det var spesielt inntaket av hjemmelaget grøt som var høyere i 2019 (57 g/dag i 2019 vs. 33 g/dag i 2007). Andel brukere av grøt var 79 % i 2019 sammenlignet med 52 % i 2007 (tabell 40).

Inntaket av brød var derimot lavere i 2019 sammenlignet med i 2007 (113 g/dag i 2019 vs. 131 g/dag i 2007). Inntaket av grovt brød var likevel høyere i 2019 (83 g/dag i 2019 vs. 59 g/dag i 2007), og andelen som brukte grovt brød var 90 % i 2019 sammenlignet med 57 % i 2007. Inntaket av mellomgrovt brød var derimot høyere i 2007 (tabell 40). Inndelingen av brød var litt annerledes i 2007 sammenlignet med i 2019. Ekstra grovt brød var ikke en egen kategori i 2007, men var inkludert i kategorien «Grovt brød». Vekten på grovt brød var anslått til 40 gram i 2007, mens vekten på grovt brød i 2019 var anslått til 30 gram samt at vekten på ekstra grovt brød var anslått til 40 gram i 2019 (8). Siden inntaket av grovt brød nesten var det dobbelte av inntaket av ekstra grovt brød i 2019 vil dette bidra til et noe lavere inntak av brød i 2019 sammenlignet med i 2007. Likevel har oppgitt antall skiver per dag gått ned fra 4,0 til 3,6 skiver per dag, noe som tyder på en reell liten nedgang i inntak av brød.

Inntaket av frukt og bær var høyere i 2019 sammenlignet med i 2007 (181 g/dag i 2019 vs. 152 g/dag i 2007), noe som hovedsakelig skyldtes et høyere inntak av fruktmos i 2019 (tabell 40). Det er spesielt inntaket av industrifremstilt fruktmos som har økt betraktelig, noe som kan ses i sammenheng med større utvalg av fruktmos i dagligvarebutikkene de siste årene. Inntaket av bær var også høyere i 2019 sammenlignet med i 2007 (16 g/dag i 2019 vs. 4 g/dag i 2007). Noe av denne økningen kan skyldes en økning i porsjonsstørrelsene for bær. Den minste porsjonen for bær (1 ss) er nå satt til 15 gram, mens den i 2007 var satt til 10 gram. Inntaket av frisk frukt har derimot gått ned, fra 133 g/dag i 2007 til 109 g/dag i 2019 (tabell 40).

Inntaket av friske/frosne grønnsaker var noe høyere i 2019 sammenlignet med i 2007 (71 g/dag i 2019 vs. 54 g/dag i 2007) (tabell 40). I spørreskjemaet fra 2019 var det inkludert spørsmål om inntak av bønner/linser og avokado (inntak på hhv. 2 g/dag og 7 g/dag), mens dette ikke ble spurt om i 2007. Disse nye matvarene kan ha bidratt til noe av forskjellene i

inntak av grønnsaker fra 2007 til 2019. Inntaket av kokt/most potet har derimot gått ned siden forrige undersøkelse (13 g/dag i 2019 vs. 26 g/dag i 2007) (tabell 40).

Siden 2007 har inntaket av kjøtt og kjøttprodukter blitt noe redusert (37 g/dag i 2019 vs. 42 g/dag i 2007) (tabell 40). I spørreskjemaet fra 2007 ble det ikke skilt mellom rødt kjøtt (storfe/lam/svin o.l.) og hvitt kjøtt (kylling/kalkun) i ulike bearbejdede kjøttprodukter, og det ble heller ikke skilt mellom rødt og hvitt kjøtt. Inntaket av fisk og fiskeprodukter har økt siden forrige undersøkelse (33 g/dag i 2019 vs. 25 g/dag i 2007) (tabell 40). Noe av denne økningen kan skyldes at fiskegryte/suppe nå er inkludert i spørreskjemaet, noe det ikke var i 2007 (utgjør 2 g/dag). I tillegg er porsjonsstørrelsene for ren fisk (bilde 8 i bildeheftet (vedlegg 5)) endret. Den største porsjonen for ren fisk er nå satt til 50 g (i 2007 var den satt til 35 g). Det ser likevel til å være en reel økning i fiskeinntak, spesielt for fiskeprodukter (fiskeboller-, -pudding, -kaker) (14 g/dag i 2019 vs. 10 g/dag i 2007) (tabell 40).

Inntaket av yoghurt har økt siden 2007 (102 g/dag i 2019 vs. 71 g/dag i 2007) (tabell 40). Inntaket av Skyr mini klemmeposer, som ikke var på markedet i 2007, har bidratt til en vesentlig del av denne økningen (utgjør 16 g/dag av totalt yoghurtinntak) (ikke vist i tabell).

Inntaket av kumelk har blitt redusert med ca. 20 g/dag fra 2007 til 2019 (286 g/dag i 2019 vs. 309 g/dag i 2007) (tabell 40). Inntaket av lettmelk (1 % fettinnhold) har gått ned, samtidig som inntaket av lettmelk (0,5 % fettinnhold, før ekstra lettmelk) har økt. Inntaket av helmelk har også økt noe fra 2007 til 2019 (tabell 41). I spørreskjemaet til Småbarnskost 2 var det en trykkfeil under spørsmålet der mengden melk skulle angis. I stedet for «mengde per gang» sto det «mengde per dag» over mengderubrikkene, og noen av deltakerne kan derfor ha valgt mengde melk per dag i stedet for mengde melk per gang. I disse tilfellene har mengde per dag blitt ganget opp med frekvens per dag, noe som kan ha ført til et høyere rapportert inntak av melk i 2007.

Andel brukere og inntak av søte drikker har gått ned siden 2007. I 2019 var andel brukere av søte drikker 48 % og inntaket var på 40 g/dag. I 2007 var andel brukere av søte drikker 62 % og inntaket var på 60 g/dag (tabell 40). Inntaket av vann har økt fra 307 g/dag i 2007 til 475 g/dag i 2019 (tabell 40).

3.12.4 Energi- og næringsstoffinntak

Ved sammenligning av næringsinntak har vi ikke inkludert kosttilskudd i beregningene. Dette er fordi kosttilskudd som deltakerne har oppgitt i det åpne feltet under «annet kosttilskudd» er inkludert i beregningene i Småbarnskost 3, noe som ikke ble gjort i Småbarnskost 2.

Tabell 41 viser inntak av energi og næringsstoffer blant 2 år gamle barn i 2019 og 2007. Gjennomsnittlig andel energi fra protein var noe høyere i 2019 (16,3 E%) sammenlignet med i 2007 (14,8 E%), samtidig som gjennomsnittlig andel energi fra karbohydrat var noe lavere (49,6 E% i 2019 vs. 51,2 E% i 2007). Det var også en reduksjon i inntak av tilsatt sukker (6,7 E% i 2007 vs. 4,6 E% i 2019). Siden den første Småbarnskost-undersøkelsen i

1999 (1) har inntaket av tilsatt sukker gått vesentlig ned (fra 11,7 E% i 1999 til 4,6 E% i 2019). Dette skyldes spesielt en kraftig reduksjon i inntak av søte drikker (nektar, saft og brus med sukker) (1).

Inntaket av mikronæringsstoffene var gjennomgående høyere i 2019 sammenlignet med i 2007, bortsett fra inntaket av jern som var likt. Det var spesielt en økning i inntak av vitamin A, D og E og kalsium (tabell 41).

Den største kilden til vitamin A i 2019 var leverpostei, noe som også var tilfellet i 2007. I kostberegningssystemet KBS er innholdet av vitamin A i leverpostei justert høyere på grunn av nye analyser av leverpostei, noe som har bidratt til et høyere inntak av vitamin A. Inntaket av leverpostei er ikke endret siden 2007, og oppjusteringen av innholdet av vitamin A i leverpostei forklarer denne økningen.

Et høyere inntak av vitamin D i 2019 sammenlignet med 2007 kan skyldes et høyere inntak av lettmelk med vitamin D. I tillegg er enkelte barneyoghurter nå tilsatt vitamin D, noe som også bidrar til et høyere inntak. Det var ingen store forskjeller i inntak av tilskudd med vitamin D i 2019 og 2007.

Inntak av vitamin E har også økt siden forrige undersøkelse, noe som kan skyldes flere forhold. Innholdet av vitamin E i de ulike margarinene som er lagt til grunn for beregningene er gjennomgående høyere i 2019 sammenlignet med i 2007. Inntaket av grøt var også høyere i 2019 sammenlignet med i 2007 (87 g/dag i 2019 vs. 58 g/dag i 2007). I tillegg var avokado, som inneholder mye vitamin E, inkludert i spørreskjemaet i 2019, noe det ikke var i 2007.

Inntaket av kalsium var høyere i 2019 sammenlignet med i 2007, noe som kan komme av et høyere inntak av yoghurt og grøt.

3.12.5 Vitamin D-tilskudd/kosttilskudd

Det var en litt lavere andel som fikk vitamin D-tilskudd/kosttilskudd ved 2 års alder i 2019 sammenlignet med i 2007 (54 % i 2019 vs. 57 % i 2007) (tabell 42). Samtidig var det en lavere andel som aldri hadde fått vitamin D-tilskudd/kosttilskudd i 2019 sammenlignet med i 2007 (4 % i 2019 vs. 9 % i 2007). Det var en lavere andel av barna som brukte tran og flytende multivitaminer, men flere som tok multivitamin-tabletter og vitamin D-dråper i 2019, sammenlignet med i 2007 (tabell 43).

3.12.6 Matvarer som unngås

Det var en vesentlig reduksjon i andel som svarte at de unngikk å gi enkelte matvarer til barnet fordi de var redd barnet kunne reagere med allergi/intoleranse i 2019 sammenlignet med i 2007 (15 % i 2019 vs. 27 % i 2007). Forskjellen skyldtes hovedsakelig at det var færre som oppga at de unngikk nøtter i 2019 enn i 2007 (tabell 44).

4 Oppsummering

Resultatene fra den landsomfattende kostholdsundersøkelsen Småbarnskost 3 viser en rekke positive trekk ved kostvanene blant 2 år gamle barn i Norge. Barna hadde et kosthold med grovt brød, grøt og andre kornvarer, frukt, bær og grønnsaker, kjøtt og fisk, yoghurt og melk. Inntaket av næringsstoffer var i all hovedsak i tråd med nasjonale kostholdsanbefalinger, med enkelte unntak. Inntaket av mettet fett var høyere enn anbefalt, mens inntaket av jern lå under anbefalt nivå for jenter. Inntak av vitamin D var i tråd med anbefalt daglig inntak kun dersom barna fikk kosttilskudd med vitamin D.

Sammenlignet med resultatene fra Småbarnskost 2 (2007) har det over en 12-årsperiode vært flere forbedringer i kostholdet blant 2-åringene. Det har vært en reduksjon i inntak av tilsatt sukker og søte drikker, og en økning i inntak av vann. Inntaket av grovere brødtyper har økt, og flere barn enn tidligere får lettmeik med vitamin D. Både inntaket av grønnsaker og totalt inntak av frukt og bær har økt. Likevel ser vi noen utfordringer i kostholdet ved at inntaket av frisk frukt har gått ned siden forrige undersøkelse, samtidig som inntaket av fruktmoser har økt. Et uheldig trekk er også at inntaket av helmelk og smør, som er vesentlige kilder til mettet fett, har økt noe.

5 Referanser

1. Lande B, Andersen LF. Småbarnskost – Kosthold blant 2-åringer. Landsomfattende kostholdsundersøkelse. Sosial- og helsedirektoratet (Helsedirektoratet), 2005. IS-1299.
<https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/spedkost-og-smabarnskost-landsomfattende-kostholdsundersokelser>
2. Kristiansen AL, Andersen LF. Småbarnskost 2 år. Landsomfattende kostholdsundersøkelse blant 2-åringer. Helsedirektoratet, 2009. IS-1731.
<https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/spedkost-og-smabarnskost-landsomfattende-kostholdsundersokelser>
3. <https://www.matvaretabellen.no/>
4. Anbefalinger om kosthold, ernæring og fysisk aktivitet: Helsedirektoratet, 2014. IS-2170.
5. Nordic Nutrition Recommendations 2012. Integrating Nutrition and Physical Activity. 5th ed. Nordisk Ministerråd, 2014. Nord 2014:002.
6. Helsenorge.no: <https://helsenorge.no/kosthold-og-ernaring/kostrad/spis-grove-kornprodukter>
7. Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/statbank/table/09430/tableViewLayout2>
8. Mål, vekt og porsjonsstørrelser for matvarer: Mattilsynet, Universitetet i Oslo og Helsedirektoratet, 2015. IS-2286

6 Oversikt over tabeller

Tabell 1. Oversikt over hvem som fylte ut spørreskjemaet, antall og andel (%)	32
Tabell 2. Sammenligning av deltakere i Småbarnskost 3 (n=1413) med data for hele landet 2017...33	
Tabell 3. Høyeste fullførte utdanning blant mor og far, antall og andel (%).....	34
Tabell 4. Mors arbeidssituasjon før barnet ble født og da barnet var 2 år, antall og andel (%)	34
Tabell 5. Antall og andel (%) av mødre som røykte da barnet var 2 år gammelt og antall og andel (%) som snuste da barnet var 2 år gammelt	35
Tabell 6. Antall og andel (%) av mødre og barn med et vegetarisk kosthold.....	35
Tabell 7. Hvem som vanligvis har tilsyn med/passer barnet på dagtid (hverdager), antall og andel (%).....	35
Tabell 8. Antall og andel (%) av barna som har foreldre og/eller søsken med astma/allergi	36
Tabell 9. Vekt og lengde ved 2 årskontrollen, gjennomsnitt (SD)	36
Tabell 10. Antall og andel (%) ammede barn i andre leveår	36
Tabell 11. Inntak av matvarer, gjennomsnitt (SD), og antall og andel (%) av barna som bruker ulike typer matvarer	37
Tabell 12. Inntak av spiseferdig matvare, gjennomsnitt (SD), og andel (%) av barna som bruker ulike typer grøt.....	39
Tabell 13. Antall og andel (%) av barna som vanligvis får brødsiver med/uten skorpe	39
Tabell 14. Type smør/margarin som vanligvis smøres på brødet til spedbarna, antall og andel (%) .39	
Tabell 15. Mengde smør/margarin som vanligvis smøres på brødet til barna, antall og andel (%) av barna som bruker smør/margarin på brødet.....	40
Tabell 16. Inntak av pålegg, gjennomsnitt (SD), og antall og andel (%) av barna som bruker ulike typer pålegg.....	40
Tabell 17. Type fett som vanligvis brukes til matlaging (sauser, steking o.l.), antall og andel (%)	41
Tabell 18. Antall og andel (%) som oppga at de ga barnet økologiske produkter ved 2 års alder.....	41
Tabell 19. Antall og andel (%) av barna som får vitamin D-tilskudd eller annet kosttilskudd	41

Tabell 20. Inntak, gjennomsnitt (SD), og antall og andel (%) av barna som bruker ulike kosttilskudd ved 2 års alder	42
Tabell 21. Energi- og næringsstoffinntak og energiprosentfordeling (inkludert kosttilskudd i beregningene), gjennomsnitt (SD)	42
Tabell 22. Energi- og næringsstoffinntak (uten kosttilskudd inkludert i beregningene), gjennomsnitt (SD)	43
Tabell 23. Kilder til totalt fett, inntak i gram og andeler i %	43
Tabell 24. Kilder til mettet fett, inntak i gram og andeler i %	44
Tabell 25. Kilder til tilsatt sukker, inntak i gram og andeler i %	44
Tabell 26. Kilder til vitamin A, inntak i mikrogram og andeler i %	44
Tabell 27. Kilder til vitamin D, inntak i mikrogram og andeler i %	45
Tabell 28. Kilder til jern, inntak i milligram og andeler i %	45
Tabell 29. Kilder til jod, inntak i mikrogram og andeler i %	46
Tabell 30. Antall og andel (%) av barna med inntak av totalt fett, mettet fett og tilsatt sukker over anbefalt nivå, etter bakgrunnsvariabler	47
Tabell 31. Hvor ofte spiser barnet ulike måltider i løpet av en uke, antall og andel (%)	47
Tabell 32. Hvor ofte spiser barnet ulike måltider i barnehage, hos dagmamma o.l. i løpet av en uke, antall og andel (%)	48
Tabell 33. Matvarer det kunne vært aktuelt å gi barnet ved 2 års alder, men som unngås fordi man er redd barnet kan reagere med allergi/intoleranse, antall og andel (%)	48
Tabell 34. Antall og andel (%) av barna som har problemer i forhold til spising/mat	48
Tabell 35. Sammenligning av deltakere i Småbarnskost 3 med deltakere i Småbarnkost 2, og sammenligning med Norges befolkning, andeler i %	50
Tabell 36. Høyeste fullførte utdanning blant mødrene og fedrene i Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2, andeler i %	51
Tabell 37. Mors arbeidssituasjon før barnet ble født og da barnet var 2 år i Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2, andeler i %	51
Tabell 38. Vekt og lengde ved 2 årskontrollen, gjennomsnitt (SD), sammenligning Småbarnskost 3 og Småbarnskost 2	51

Tabell 39. Andel (%) av barna som ammes i andre leveår, Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2	52
Tabell 40. Inntak av matvarer, gjennomsnitt (SD), og andel av barna som bruker ulike typer matvarer i Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2	52
Tabell 41. Inntak av energi og næringsstoffer (uten tilskudd i beregningene), gjennomsnitt (SD) i Småbarnskost 2019 sammenlignet med Småbarnskost 2007.	54
Tabell 42. Andel (%) av barna som får vitamin D-tilskudd eller annet kosttilskudd i Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2	54
Tabell 43. Andel (%) som bruker kosttilskudd, og inntak per dag, i Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2	54
Tabell 44. Matvarer som unngås fordi man er redd barnet kan reagere med allergi/intoleranse, sammenligning mellom Småbarnskost 3 og Småbarnskost 2	55

7 Tabeller

Tabell 1. Oversikt over hvem som fylte ut spørreskjemaet, antall og andel (%), n= 1413

Har fylt ut spørreskjemaet	Antall og andel (%)¹
Kun utfylt av barnets mor	1284 (91%)
Kun utfylt av barnets far	50 (4%)
Fylt ut av både mor og far	75 (5%)
Kun utfylt av barnets medmor	3 (0,2%)

¹ Antall ubesvarte: 1. Andeler er beregnet ut fra antall som har svart på dette spørsmålet.

Tabell 2. Sammenligning av deltakere i Småbarnskost 3 (n=1413) med data for hele landet 2017.

Bakgrunnsvariabel	Småbarnskost 3 ¹ (n=1413)	Norge 2017 ² (n=56 552)
Kjønnsfordeling, n (%)		
gutter	720 (51%)	52%
jenter	693 (49%)	48%
Fødselsvekt, n (%)		
<2500 g	60 (4%)	5%
2500-2999 g	141 (10%)	11%
3000-3499 g	459 (33%)	32%
3500-3999 g	471 (34%)	34%
4000-4499 g	205 (15%)	15%
≥4500 g.	45 (3%)	3%
Gjennomsnittlig fødselsvekt (SD), gram	3504 (585)	3489 (592)
Svangerskapslengde, n (%)		
<38. svangerskapsuke	188 (13%)	11%
≥38. svangerskapsuke	1221 (87%)	89%
Mors alder da barnet var 2 år ³ , n (%)		
<20	0 (0%)	-
20-24	50 (4%)	-
25-29	303 (21%)	-
30-34	596 (42%)	-
35-39	343 (24%)	-
≥40	121 (9%)	-
Mors gjennomsnittlige alder (SD), år	32,8 (4,7)	-
Mors fødealder ³ , år, n (%)		
<20	6 (0,4%)	1%
20-24	110 (8%)	10%
25-29	476 (34%)	33%
30-34	522 (37%)	35%
35-39	241 (17%)	17%
≥40	57 (4%)	4%
Mors gjennomsnittlige fødealder (SD), år	30,7 (4,7) år	30,9 år
Antall barn mor har født, n (%)		
1 barn	564 (40%)	42%
2 barn	574 (41%)	37%
3 barn	219 (16%)	15%
4 eller flere barn	54 (4%)	6%
Landsdel, n (%)		
Oslo/Akershus	360 (25%)	27%
Hedmark/Oppland	111 (8%)	6%
Sør-Østlandet	204 (14%)	16%
Agder-Rogaland	242 (17%)	16%
Vestlandet	244 (17%)	17%
Trøndelag	143 (10%)	9%
Nord-Norge	108 (8%)	8%
Mors sivilstatus, n (%)		
Samboer	710 (50%)	94% ⁴
Gift	628 (44%)	
Bor alene med barnet/barna	65 (5%)	
Annet	7 (0,5%)	6% ⁴

¹ Antall ubesvarte: fødselsvekt: 32, svangerskapslengde: 4, antall barn: 2, landsdel: 1 (pga. en uidentifiserbar besvarelse), mors sivilstatus: 3. Andeler er beregnet ut fra antall som har svart på spørsmålene.

² Alle data er hentet fra Medisinsk fødselsregister <http://statistikkbank.fhi.no/mfr/> og er basert på antall fødte i Norge 2017.

³ Mors alder er beregnet ut ifra fødselsdato:

Mors alder da barnet var 2 år = Dato for mottatt besvarelse minus mors fødselsdato.

Mors fødealder = barnets fødselsdato minus mors fødselsdato.

For en uidentifiserbar besvarelse har vi ikke fødselsdato og oppgitt alder er derfor brukt for denne deltakeren.

⁴ For mors sivilstatus er det kun to kategorier å sammenligne med: «Gift/samboer» og «Annet»

Tabell 3. Høyeste fullførte utdanning blant mor og far, antall og andel (%), n=1413

Høyeste fullførte utdanning	Småbarnskost 3 - Antall og andel (%) ¹		Norge 2018 ² - Andel		
	Mødrene	Fedrene	Kvinner aldersjustert ³	Kvinner 20-49 år ⁴	Menn 20-59 år ⁵
9/10-årig grunnskole eller kortere	13 (1%)	25 (2%)			
9/10-årig grunnskole og folkehøyskole/annet 1-årig utdanning	14 (1%)	20 (1%)	14%	14%	21%
Videregående opplæring	249 (18%)	393 (28%)	25%	31%	43%
Fagskole	51 (4%)	152 (11%)	2%	2%	5%
Høyskole/universitetsutdanning på 4 år eller mindre	521 (37%)	349 (25%)	42%	40%	23%
Høyskole/universitetsutdanning på mer enn 4 år	553 (39%)	432 (31%)	16%	12%	8%
Annet	7 (0,5%)	10 (0,7%)	-	-	-
Vet ikke	1 (0,1%)	17 (1%)	-	-	-

¹ Antall ubesvarte: mors utdanning (4), fars utdanning (15). Andeler er beregnet ut i fra antall som har svart på spørsmålet.

² Data fra statistisk sentralbyrå (SSB 2018): <https://www.ssb.no/statbank/table/09430/tableViewLayout2/>

Oppdelt i grunnskolenivå, videregående skolenivå, fagskolenivå, universitets- og høyskolenivå kort og universitets- og høyskolenivå lang.

³ Justert for antall mødre i hver aldersgruppe.

⁴ Basert på norske kvinner i aldersgruppen 20-49 år.

⁵ Basert på norske menn i aldersgruppen 20-59 år.

Tabell 4. Mors arbeidssituasjon før barnet ble født og da barnet var 2 år, antall og andel (%), n=1413

Mors arbeidssituasjon, n (%)	Antall og andel (%) av mødrene ¹	
	Før barnet ble født	Da barnet var 2 år
Inntektsgivende arbeid heltid	1071 (76%)	881 (63%)
Inntektsgivende arbeid deltid	162 (12%)	243 (17%)
Student/skoleelev	81 (6%)	62 (4%)
Arbeidsledig	27 (2%)	21 (1%)
Under arbeidsavklaring	20 (1%)	30 (2%)
Sykemeldt ²	15 (1%)	33 (2%)
Permisjon	12 (1%)	104 (7%)
Hjemmearbeidende	9 (1%)	16 (1%)
Ufør	8 (1%)	8 (1%)
Annet	2 (0,1%)	11 (1%)

¹ Antall ubesvarte: arbeidssituasjon før barnet ble født (6), arbeidssituasjon da barnet var 2 år (4). Andeler er beregnet ut fra antall som har svart på spørsmålet.

² Sykemeldinger i forbindelse med svangerskapet skulle ikke regnes med.

Tabell 5. Antall og andel (%) av mødrene som røykte da barnet var 2 år gammelt og antall og andel (%) som snuste da barnet var 2 år gammelt, n=1413

Bakgrunnsvariabel, n (%)	Antall og andel (%) av mødrene ¹
Røykte da barnet var 2 år	
Nei	1351 (96%)
Ja, av og til (ikke hver dag)	33 (2%)
Ja, 1-9 sigaretter pr. dag	20 (1%)
Ja, 10 sigaretter eller flere pr. dag	6 (0,4%)
Snuste da barnet var 2 år	
Nei	1241 (88%)
Ja, av og til	57 (4%)
Ja, daglig	112 (8%)

¹ Antall ubesvarte: Røykte da barnet var 2 år (3), snuste da barnet var 2 år (3). Andeler er beregnet ut fra antall som har svart på spørsmålene.

Tabell 6. Antall og andel (%) av mødre og barn med et vegetarisk kosthold, n=1413

Vegetarisk kosthold	Antall og andel (%) ¹	
	Mødre	Barn
Nei	1374 (98%)	1399 (99%)
Ja, vegetarianer og inkl. melkeprodukter og egg	30 (2%)	7 (0,5%)
Ja, vegetarianer og inkl. melkeprodukter, men ikke egg	0 (0%)	1 (0,1%)
Ja, vegetarianer og utelater alle melkeprodukter og egg	5 (0,4%)	3 (0,2%)

¹ Antall ubesvarte: Har mor et vegetarisk kosthold (4), har barnet et vegetarisk kosthold (3). Andeler er beregnet ut fra antall som har svart på spørsmålene.

Tabell 7. Hvem som vanligvis har tilsyn med/passer barnet på dagtid (hverdager), antall og andel (%), n=1413

Hvem passer barnet på dagtid n (%) ¹	Antall og andel (%) ¹
Barnehage	1329 (94%)
Mor	335 (24%)
Far	205 (15%)
Besteforeldre eller annen omsorgsperson	61 (4%)
Dagmamma	5 (0,4%)
Medmor	2 (0,1%)

¹Flere enn ett svar kunne rapporteres, slik at summen blir over 100%. Det var 2 som ikke hadde besvart dette spørsmålet. Andeler er beregnet ut fra antall som har svart på spørsmålene.

Tabell 8. Antall og andel (%) av barna som har foreldre og/eller søsken med astma/allergi, n=1413

Astma/allergi hos barnets foreldre eller søsken n (%) ¹	Antall og andel (%) ¹
Nei, mor/far/søsken har/har ikke hatt astma/allergi	793 (56%)
Mor har/har hatt astma/allergi	357 (25%)
Far har/har hatt astma/allergi	305 (22%)
Søsken har/har hatt astma/allergi	187 (13%)

¹Flere enn ett svar kunne rapporteres, slik at summen blir over 100%. Det var ingen som hadde ubesvart på dette spørsmålet.

Tabell 9. Vekt og lengde ved 2 årskontrollen¹, gjennomsnitt (SD), n=1413

Barnets vekt og lengde	Gutter ² (n=720)	Jenter ³ (n=693)	Alle ⁴ (n=1413)	p-verdi ⁵
Vekt 2 år, g	13159 (1572)	12423 (1343)	12794 (1508)	<0,001
Lengde 2 år, cm	89 (4)	87 (4)	88 (4)	<0,001

¹ 2-årskontrollen er på ulikt tidspunkt, fra 1,5-års alder til 2,5-års alder.

² Antall ubesvarte blant gutter: vekt (199), lengde (211).

³ Antall ubesvarte blant jenter: vekt (181), lengde (187).

⁴ Antall ubesvarte blant alle: vekt (380), lengde (398).

⁵ Forskjell i gjennomsnittsverdier mellom gutter og jenter er testet med t-test for uavhengige data.

Tabell 10. Antall og andel (%) ammede barn i andre leveår, n=1413

Barnets alder (måneder)	Antall og andel ammede (%)		
	Gutter (n=720) ¹	Jenter (n=693)	Alle (n=1413)
13	245 (34%)	233 (34%)	478 (34%)
14	210 (29%)	196 (28%)	406 (29%)
15	170 (24%)	168 (24%)	338 (24%)
16	153 (21%)	149 (22%)	302 (21%)
17	141 (20%)	140 (20%)	281 (20%)
18	111 (15%)	108 (16%)	219 (16%)
19	96 (13%)	97 (14%)	193 (14%)
20	84 (12%)	86 (12%)	170 (12%)
21	81 (11%)	81 (12%)	162 (11%)
22	76 (11%)	68 (10%)	144 (10%)
23	73 (10%)	57 (8%)	130 (9%)
24	67 (9%)	50 (7%)	117 (8%)

¹ 1 respondent hadde ikke oppgitt om barnet ble ammet eller ikke. Andeler er beregnet ut fra antall som har svart på spørsmålene.

Tabell 11. Inntak av matvarer¹, gjennomsnitt (SD), og antall og andel (%) av barna som bruker ulike typer matvarer, n=1413

Matvare	Inntak ² (g/dag)			Antall og andel brukere (%) ³
	Gutter (n=720)	Jenter (n=693)	Alle (n=1413)	
Grøt	94 (107)	80 (98)*	87 (103)	1115 (79%)
Industrifremstilt grøt	33 (82)	28 (77)	30 (80)	404 (29%)
Industrigrøt av pulver	23 (75)	20 (69)	22 (72)	227 (16%)
Industrigrøt på klemmepose	9 (31)	8 (24)	9 (28)	241 (17%)
Hjemmelaget grøt	62 (80)	52 (65)	57 (73)	957 (68%)
Brød	116 (49)	109 (48)*	113 (49)	1409 (100%)
Fint brød	1 (6)	1 (5)	1 (6)	65 (5%)
Halvgrovt brød	20 (36)	21 (34)	20 (35)	527 (37%)
Grovt brød	55 (45)	53 (42)	54 (44)	1105 (78%)
Ekstra grovt brød	32 (51)	26 (44)*	29 (48)	560 (40%)
Knekkebrød, kavring o.l.	5 (7)	5 (7)	5 (7)	686 (49%)
Hamburger/-pølsebrød/lomper og tacolefser	4 (5)	3 (4)	4 (5)	1129 (80%)
Kornblanding/gryn med melk	37 (51)	40 (59)	38 (55)	854 (60%)
Poteter	16 (15)	15 (13)	16 (14)	1137 (80%)
Poteter, kokt/most	13 (13)	12 (12)	13 (13)	1076 (76%)
Pommes frites/stekte poteter	3 (6)	3 (6)	3 (6)	344 (24%)
Pasta og ris	17 (13)	18 (16)	17 (15)	1354 (96%)
Pasta	11 (9)	11 (10)	11 (10)	1302 (92%)
Ris	6 (7)	7 (8)	7 (7)	970 (69%)
Grønnsaker	80 (53)	80 (54)	80 (54)	1410 (100%)
Grønnsaker, friske/frosne	71 (49)	71 (50)	71 (50)	1404 (99%)
Gulrot	11 (11)	11 (11)	11 (11)	1249 (88%)
Tomat	10 (18)	11 (19)	11 (19)	734 (52%)
Bidrag av grønnsaker fra hjemmelaget og industrifremstilt fruktmos	4 (10)	4 (9)	4 (9)	370 (26%)
Frukt og bær	187 (107)	175 (104)	181 (106)	1411 (100%)
Frukt, frisk	114 (67)	105 (67)	109 (67)	1408 (100%)
Banan	44 (35)	35 (30)*	39 (33)	1338 (95%)
Bær, frisk/fryst	16 (24)	15 (19)	16 (22)	1020 (72%)
Hjemmelaget fruktmos ⁴	21 (38)	18 (32)	19 (36)	557 (39%)
Bidrag av frukt og bær fra hjemmelaget fruktmos	18 (33)	16 (28)	17 (31)	
Industrifremstilt fruktmos ⁵	38 (65)	40 (61)	39 (63)	844 (60%)
Bidrag av frukt og bær fra industrifremstilt fruktmos	34 (59)	35 (53)	35 (56)	
Tørket frukt	4 (7)	4 (6)	4 (6)	743 (53%)
Industrifremstilt barnemat – middagsglass	7 (27)	4 (23)	5 (25)	85 (6%)
Grønnsaker/pasta/ris og kjøtt av storfe/svin	3 (15)	2 (12)	2 (14)	54 (4%)
Pasta/ris, grønnsaker og kylling/kalkun	1 (8)	1 (5)	1 (7)	36 (3%)
Grønnsaker og fisk	1 (7)	1 (6)	1 (7)	31 (2%)
Grønnsaker m/pasta/ris/potet	1 (8)	<0,5 (5)	1 (7)	28 (2%)
Kjøtt og kjøttprodukter av storfe/svin o.l.	30 (18)	28 (16)	29 (17)	1408 (100%)
Helt kjøtt og kjøttdeig av okse, lam, svin	5 (4)	4 (4)*	5 (4)	1398 (99%)
Pølser av storfe/svin	5 (6)	5 (5)	5 (6)	1243 (88%)
Kjøttkaker, karbonader o.l. av storfe/svin	6 (6)	5 (5)	6 (5)	1251 (89%)
Kjøttpålegg av storfe/svin	3 (4)	3 (4)	3 (4)	905 (64%)
Leverpostei av svin	11 (10)	10 (10)	11 (10)	1267 (90%)
Kjøtt og kjøttprodukter av kylling/kalkun	6 (6)	6 (7)	6 (7)	1286 (91%)
Helt kjøtt og kjøttdeig av kylling, høne, kalkun	4 (4)	4 (3)	4 (4)	1243 (88%)
Pølser av kylling/kalkun	1 (3)	1 (2)	1 (2)	369 (26%)
Kjøttkaker, karbonader o.l. av kylling/kalkun	1 (2)	1 (2)	1 (2)	306 (22%)
Kylling/kalkunpålegg	0,5 (2)	1 (2)	1 (2)	222 (16%)
Leverpostei av kylling	<0,5 (1)	<0,5 (3)	<0,5 (2)	63 (4%)
Kjøtt, uspesifisert (fra taco)	2 (2)	2 (2)	2 (2)	1075 (76%)

Tabell 11 fortsetter	Inntak ² (g/dag)			Antall og andel brukere (%) ³
	Gutter (n=720)	Jenter (n=693)	Alle (n=1413)	
Fisk og fiskeprodukter	34 (22)	32 (20)	33 (21)	1393 (99%)
Fisk, mager/halvfet	2 (3)	3 (3%)	2 (3)	963 (68%)
Fisk, fet	3 (3)	3 (3)	3 (3)	1070 (76%)
Fiskeboller, -pudding, -kaker	15 (13)	14 (12)	14 (13)	1354 (96%)
Fiskepinner o.l.	4 (4)	3 (4)	3 (4)	1032 (73%)
Fisk, uspes. fra fiskegrateng/fiskegryte/-suppe	2 (2)	2 (2)	2 (2)	1041 (74%)
Fiskepålegg/kaviar	8 (10)	7 (11)	8 (11)	893 (63%)
Egg	12 (14)	12 (13)	12 (14)	1366 (97%)
Yoghurt	102 (92)	102 (91)	102 (92)	1294 (92%)
Fruktyoghurt	69 (67)	70 (71)	70 (69)	1155 (82%)
Skyr mini klemmepose	16 (26)	17 (28)	16 (27)	610 (43%)
Yoghurt naturell	7 (22)	6 (20)	7 (21)	219 (15%)
Drikkeyoghurt	8 (32)	7 (21)	7 (27)	193 (14%)
Bidrag av yoghurt fra industrifremstilt fruktmos	2 (6)	2 (7)	2 (7)	
Ost	21 (15)	21 (15)	21 (15)	1400 (99%)
Smør og margarin⁶	15 (10)	14 (10)	15 (10)	1259 (89%)
Margarin	6 (10)	5 (9)	6 (10)	496 (35%)
Lettmargarin/Brelett	3 (8)	4 (8)	4 (8)	300 (21%)
Smør/Bremykt	5 (9)	5 (9)	5 (9)	463 (33%)
Annet:				
Saus, rømme o.l.	12 (12)	14 (13)*	13 (13)	1088 (77%)
Ketchup	3 (5)	4 (5)	3 (5)	849 (60%)
Risgrøt	2 (4)	2 (3)	2 (4)	686 (49%)
Tomatsuppe/annen suppe	6 (7)	6 (7)	6 (7)	988 (70%)
Søtsaker og snacks:				
Kaker, boller, vafler, søte kjeks	8 (6)	7 (6)*	8 (6)	1333 (94%)
Iskrem, saftis, pudding, gelé, fromasj	5 (7)	5 (7)	5 (7)	1013 (72%)
Smørbrødkjeks, barnekjeks, barnemaissnacks, riskake, müslibar	1 (3)	1 (3)	1 (3)	780 (55%)
Snacks (potetgull, popcorn o.l.)	1 (1)	1 (1)	1 (1)	773 (55%)
Sjokolade og godteri	2 (2)	2 (2)*	2 (2)	1094 (77%)
Kumelk som drikke	277 (246)	295 (252)	286 (249)	1288 (91%)
Helmelk	44 (123)	49 (137)	46 (130)	328 (23%)
Lettmelk (1% fett)	126 (175)	132 (182)	129 (178)	842 (60%)
Lettmelk (0,5% fett)	96 (164)	100 (166)	98 (165)	644 (46%)
Skummet melk	5 (35)	8 (58)	6 (48)	66 (5%)
Sjokolademelk etc.	7 (31)	7 (21)	7 (26)	170 (12%)
Morsmelkerstatning	13 (69)	14 (68)	13 (68)	84 (6%)
Annen melk/melkeerstatning	13 (81)	8 (56)	10 (70)	63 (4%)
Søte drikker	40 (97)	41 (91)	40 (94)	685 (48%)
Nektar	10 (38)	12 (46)	11 (42)	265 (19%)
Saft med sukker	26 (76)	26 (73)	26 (75)	512 (36%)
Brus med sukker	3 (14)	3 (11)	3 (12)	128 (9%)
Kunstig søte drikker	27 (76)	37 (121)	32 (101)	444 (31%)
Saft uten sukker	24 (75)	33 (119)	29 (99)	388 (27%)
Brus uten sukker	3 (9)	4 (13)	3 (11)	136 (10%)
Annen drikke:				
Vann	490 (261)	461 (264)	475 (263)	1413 (100%)
Juice	31 (56)	26 (59)	29 (58)	742 (53%)
Industrifremstilt barnedrikk	1 (8)	2 (9)	1 (9)	44 (3%)
Biola, Cultura	23 (57)	23 (56)	23 (56)	442 (31%)

¹ Se vedlegg 9 for detaljert oversikt over matvaregrupperinger.

² Inntak blant alle barna, både brukere og ikke brukere av den enkelte matvare.

³ Daglig og ukentlig brukere av matvaren. For kjøtt og fisk, is, kaker, kjeks, sjokolade/godteri o.l. er også månedlige brukere inkludert.

⁴ Inkluderer grønnsaker fra hjemmelaget frukt- og grønnsaksmos.

⁵ Inkluderer grønnsaker, korn og yoghurt fra industrifremstilt frukt-/bærmos.

⁶ Smør/margarin benyttet ved tilberedning/matlaging er ikke inkludert.

* Statistisk signifikant forskjell mellom gutter og jenter ($p \leq 0,01$). Forskjell i inntak er testet med t-test for uavhengige data.

Tabell 12. Inntak av spiseferdig matvare, gjennomsnitt (SD), og andel (%) av barna som bruker ulike typer grøt, n= 1413

Matvare	Inntak blant alle ¹ (g/dag)	Antall og andel (%) som bruker matvaren ²
Industriefremstilt grøt/velling av pulver:	22 (72)	227 (16%)
Nestlé	15 (58)	181 (13%)
Semper	1 (10)	25 (2%)
Hipp	1 (12)	23 (2%)
Holle	<0,5 (4)	4 (0,3%)
Velling	4 (36)	24 (2%)
Industriefremstilt grøt på klemmepose:	9 (28)	241 (17%)
Nestlé, Hipp, Lillego, Lev Vel, Organix	4 (19)	175 (12%)
Ella's Kitchen	1 (6)	65 (5%)
Semper	3 (15)	101 (7%)
Hjemmelaget grøt av:	57 (73)	957 (68%)
Havregryn	52 (70)	929 (66%)
Grovt/sammalt mel	1 (11)	32 (2%)
Fint/hvitt mel/kavring/semule/ris/mais	3 (14)	90 (6%)
Hirse	<0,5 (4)	14 (1%)

¹ Inntak blant alle barna, både brukere og ikke brukere av den enkelte matvare.

² Daglig og ukentlig brukere av matvaren.

Tabell 13. Antall og andel (%) av barna som vanligvis får brødskiver med/uten skorpe, n=1413

Brødskiver med/uten skorper, n (%)	Antall og andel (%) av barna ¹
Brødskiver med skorper	1107 (78%)
Brødskiver uten skorper	300 (21%)
Bruker ikke brødskiver	5 (0,4%)

¹Antall ubesvarte: 1. Andeler er beregnet ut fra de som har svart.

Tabell 14. Type smør/margarin som vanligvis smøres på brødet til spedbarna, antall og andel (%), n=1413

Smør/margarin på brødet, n (%)	Antall og andel (%) ¹
Bruker ikke smør/margarin på brødet	151 (11%)
Bremykt	371 (26%)
Soft Flora, Vita	311 (22%)
Brelett	171 (12%)
Lett margarin (Soft Flora lett, Vita lett o.l.)	129 (9%)
Olivero	110 (8%)
Smør (meierismør o.l.)	94 (7%)
Annen margarin	58 (4%)
Margarin fra Rema, First Price, Coop o.l.	14 (1%)
Melange	3 (0,2%)

¹Antall ubesvarte: 1. Andeler er beregnet ut fra de som har svart.

Tabell 15. Mengde smør/margarin som vanligvis smøres på brødet til barna, antall og andel (%) av barna som bruker smør/margarin på brødet (n=1262)

Mengde smør/margarin på brød	Antall og andel (%) av barna som bruker smør/margarin på brødet ¹
Skrapet lag	574 (46%)
Middels lag	564 (45%)
Godt dekket lag	110 (9%)
Tykt lag	13 (1%)

¹Antall ubesvarte: 1. Andeler er beregnet ut fra de som har svart.

Tabell 16. Inntak av pålegg, gjennomsnitt (SD), og antall og andel (%) av barna som bruker ulike typer pålegg, n=1413

Matvare	Inntak blant alle ¹ (g/dag)	Antall og andel (%) som bruker matvaren ²
Brunost/prim	6 (8)	906 (64%)
Brunost/prim, vanlig	3 (6)	612 (43%)
Barnebrunost/barneprim	2 (5)	372 (26%)
Lett/mager brunost/prim	<0,5 (3)	76 (5%)
Hvitost/smøreost	13 (12)	1307 (92%)
Hvitost	7 (9)	1089 (77%)
Lett/mager hvitost	<0,5 (2)	40 (3%)
Smøreost	5 (7)	972 (69%)
Lett/mager smøreost	0,5 (2)	123 (9%)
Leverpostei svin	11 (10)	1267 (90%)
Leverpostei, vanlig	10 (10)	1250 (88%)
Mager leverpostei	<0,5 (2)	46 (3%)
Leverpostei av kylling	<0,5 (2)	63 (4%)
Kjøttpålegg storfe/svin	3 (4)	905 (64%)
Serelat	0,5 (2)	278 (20%)
Kokt skinke, lettservelat o.l.	1 (3)	547 (39%)
Salami, fårepølse o.l.	1 (2)	564 (40%)
Kylling/kalkunpålegg	0,5 (2)	222 (16%)
Fiskepålegg	8 (11)	893 (63%)
Svolværpostei, Lofotpostei	<0,1 (0,5)	9 (0,6%)
Makrell i tomat o.l.	5 (9)	660 (47%)
Kaviar	2 (4)	634 (45%)
Søtt pålegg³	5 (8)	876 (62%)
Syltetøy, marmelade ³	3 (6)	581 (41%)
Lett syltetøy/syltetøy med mindre sukker ³	1 (4)	220 (16%)
Honning ³	<0,5 (1)	142 (10%)
Hapå	<0,1 (0,5)	21 (1%)
Sjokolade-, nøttepålegg o.l.	<0,5 (1)	206 (15%)
Sjokoladepålegg med mindre sukker	<0,1 (0,4)	38 (3%)
Annet søtt pålegg (Banos, Sunda o.l.)	<0,1 (0,4)	11 (1%)
Annet pålegg:		
Egg (kokt, stekt, eggerøre)	8 (10)	830 (59%)
Majonesalat	<0,5 (1)	47 (3%)
Peanøttsmør o.l.	<0,5 (1)	120 (8%)
Frukt som pålegg (banan o.l.)	1 (3)	281 (20%)
Grønnsaker som pålegg	2 (7)	234 (17%)
Annet pålegg		147 (10%)

¹ Inntak blant alle barna, både brukere og ikke-brukere av den enkelte matvare.

² Daglig og ukentlig brukere av matvaren.

³ Honning og syltetøy på grøt, korn og gryn er også inkludert.

Tabell 17. Type fett som vanligvis brukes til matlaging (sauser, steking o.l.), antall og andel (%), n=1413

Type fett til matlaging	Antall og andel (%) ¹
Rapsolje	670 (47%)
Smør (meierismør o.l.)	620 (44%)
Olivenolje	594 (42%)
Melange	353 (25%)
Andre oljer (solsikke, soya, mais o.l.)	227 (16%)
Flytende margarin på flaske (Vita, Melange, Bremykt o.l.)	243 (17%)
Bremykt	123 (9%)
Soft Flora, Vita	100 (7%)
Annen margarin	36 (3%)
Olivero	36 (3%)
Margarin fra Rema, First Price, Coop o.l.)	19 (1%)
Bruker ikke	18 (1%)

¹Flere enn ett svar kunne rapporteres, slik at summen blir over 100%.

Tabell 18. Antall og andel (%) som oppga at de ga barnet økologiske produkter ved 2 års alder, n=1413

Matvare	Antall og andel (%) brukere ¹		
	Vanligvis	Av og til	Aldri/sjelden
Kornprodukter/grøt	155 (11%)	345 (25%)	907 (64%)
Frukt	122 (9%)	622 (44%)	664 (47%)
Grønnsaker	112 (8%)	626 (44%)	671 (48%)
Melk	110 (8%)	256 (18%)	1041 (74%)
Andre økologiske produkter	100 (7%)	430 (31%)	873 (62%)
Kjøtt/kylling/kalkun/fisk	75 (5%)	386 (27%)	947 (67%)

¹ Andel ubesvarte: kornprodukter/grøt (6), frukt (5), grønnsaker (4), kjøtt/kylling/kalkun/fisk (5), melk (6) og andre økologiske produkter (10). Andeler er beregnet ut fra de som har svart.

Tabell 19. Antall og andel (%) av barna som får vitamin D-tilskudd eller annet kosttilskudd, n=1413

Vitamin D-tilskudd/annet kosttilskudd	Antall og andel (%) ¹
Får vitamin D-tilskudd/annet kosttilskudd ved 2 års alder	765 (54%)
Har fått vitamin D-tilskudd/kosttilskudd tidligere, men ikke nå	588 (42%)
Har aldri fått vitamin D-tilskudd/kosttilskudd	57 (4%)

¹Antall ubesvarte: 3. Andeler er beregnet ut fra de som har svart.

Tabell 20. Inntak, gjennomsnitt (SD), og antall og andel (%) av barna som bruker ulike kosttilskudd ved 2 års alder, n=1413

Kosttilskudd	Inntak blant alle ¹	Antall og andel (%) som bruker tilskuddet ²	Inntak blant de som bruker tilskuddet ²
Tran	1,3 (2,3) ml	430 (30%)	4,2 (2,3) ml
Vitamin D-dråper	1,2 (2,9) µg (0,6 dråper)	224 (16%)	7,1 (3,1) µg (3,5 dråper)
Tyggetabletter med omega 3	0,1 (0,4) tabl.	117 (8%)	1,1 (0,6) tabl.
Multivitamin-tabletter for barn	0,1 (0,3) tabl.	134 (9%)	0,8 (0,4) tabl.
Flytende multivitaminer	0,4 (1,5) ml	138 (10%)	4,1 (2,6) ml
Jern	0 (0,1) mg	4 (<0,5%)	1 (0,8) mg
Kalsium tabletter	0 (0,1) tabl.	1 (<0,1%)	2 (0) tabl.
Vitamin C	0 (0,1) tabl.	40 (3%)	0,6 (0,3) tabl.
Joddråper	-	-	-
Tang-/taremel	0 (0) mg	5 (<0,5%)	0,1 (0) mg
Annet kosttilskudd	-	45 (3%)	-

¹ Inntak blant alle barna, både brukere og ikke brukere av det enkelte kosttilskudd.

² Daglig og ukentlig brukere.

Tabell 21. Energi- og næringsstoffinntak og energiprosentfordeling (inkludert kosttilskudd i beregningene), gjennomsnitt (SD), n=1413

	Gjennomsnitt (SD) per person per dag			Anbefaling
	Gutter (n=720)	Jenter (n=693)	Alle (n=1413)	
Energi (MJ)	5,6 (1,5)	5,4 (1,5)*	5,5 (1,5)	
Protein (g)	52,9 (15,4)	51,7 (15,5)	52,3 (15,5)	
Totalt fett (g)	48,7 (16,2)	47,2 (15,6)	48,0 (15,9)	
Mettet fett (g)	19,3 (7,5)	19,1 (7,3)	19,2 (7,4)	
Enumettet fett (g)	17,1 (5,9)	16,5 (5,7)	16,8 (5,8)	
Flerumettet fett (g)	7,6 (2,9)	7,2 (2,7)*	7,4 (2,8)	
Totalt karbohydrat (g)	162,5 (45,7)	154,9 (45,3)*	158,8 (45,7)	
Tilsatt sukker (g)	15,0 (12,8)	14,8 (11,1)	14,9 (12,0)	
Kostfiber (g)	17,6 (5,6)	16,4 (5,3)*	17,0 (5,5)	
Fullkorn	68,4 (27,5)	64,2 (26,2)*	66,4 (26,9)	
Vitamin A (µg)	1165 (578)	1120 (593)	1143 (585)	350 µg
Vitamin D (µg)	10,1 (7,3)	9,8 (6,6)	9,9 (7,0)	10 µg
Vitamin E (mg)	11,5 (6,6)	11,0 (6,1)	11,2 (6,3)	5 mg
Tiamin (mg)	1,2 (0,5)	1,2 (0,5)	1,2 (0,5)	0,6 mg
Riboflavin (mg)	1,6 (0,7)	1,6 (0,6)	1,6 (0,6)	0,7 mg
Vitamin C (mg)	75 (43)	73 (43)	74 (43)	30 mg
Kalsium (mg)	891 (378)	895 (379)	893 (378)	600 mg
Jern (mg)	8,0 (3,9)	7,4 (3,3)*	7,7 (3,7)	8 mg
Jod (µg)	139 (64)	137 (59)	138 (61)	90 µg
Salt (g)	3,9 (1,1)	3,7 (1,1)	3,8 (1,1)	< 3-4 g
Energiprosentfordeling:				
Protein (E%)	16,1 (2,2)	16,3 (2,2)	16,2 (2,2)	10-20 E%
Totalt fett (E%)	32,0 (5,5)	32,3 (5,3)	32,2 (5,4)	25-40 E%
Mettet fett (E%)	12,7 (3,1)	13,0 (3,0)	12,8 (3,1)	< 10 E%
Enumettet fett (E%)	11,2 (2,3)	11,3 (2,3)	11,3 (2,3)	10-20 E%
Flerumettet fett (E%)	5,0 (1,3)	4,9 (1,2)	5,0 (1,3)	5-10 E%
Totalt karbohydrat (E%)	49,4 (5,3)	48,9 (5,1)	49,2 (5,2)	45-60
Tilsatt sukker (E%)	4,5 (3,0)	4,7 (3,0)	4,6 (3,0)	<10 E%
Kostfiber (g/MJ)	3,2 (0,7)	3,1 (0,6)*	3,1 (0,6)	2-3 g/MJ
Fullkorn	12,2 (3,8)	12,0 (3,7)	12,1 (3,7)	7,5 g/MJ ¹

*Statistisk signifikant forskjell mellom gutter og jenter (p≤0,01). Forskjell i inntak er testet t-test for uavhengige data.

¹ Anbefaling: 75 gram fullkorn per 10 MJ.

Tabell 22. Energi- og næringsstoffinntak (uten kosttilskudd inkludert i beregningene), gjennomsnitt (SD), n=1413

	Gjennomsnitt (SD) per person per dag			Anbefaling
	Gutter (n=720)	Jenter (n=693)	Alle (n=1413)	
Energi (MJ)	5,6 (1,5)	5,3 (1,5)*	5,5 (1,5)	
Protein (g)	52,9 (15,4)	51,7 (15,5)	52,3 (15,5)	
Totalt fett (g)	47,5 (16,0)	46,1 (15,4)	46,9 (15,7)	
Metttet fett (g)	19,1 (7,5)	18,9 (7,3)	19,0 (7,4)	
Enumettet fett (g)	16,5 (5,8)	15,9 (5,6)	16,2 (5,7)	
Flerumettet fett (g)	7,3 (2,8)	6,8 (2,6)*	7,1 (2,7)	
Totalt karbohydrat (g)	162,5 (45,7)	154,9 (45,3)*	158,8 (45,7)	
Tilsatt sukker (g)	15,0 (12,8)	14,8 (11,1)	14,9 (12,0)	
Kostfiber (g)	17,6 (5,6)	16,4 (5,3)*	17,0 (5,5)	
Fullkorn	68,4 (27,5)	64,2 (26,2)*	66,4 (26,9)	
Vitamin A (µg)	1065 (552)	1025 (573)	1045 (563)	350 µg
Vitamin D (µg)	4,6 (2,1)	4,5 (2,0)	4,6 (2,1)	10 µg
Vitamin E (mg)	7,6 (2,8)	7,3 (2,7)	7,5 (2,8)	5 mg
Tiamin (mg)	1,1 (0,3)	1,0 (0,4)	1,1 (0,4)	0,6 mg
Riboflavin (mg)	1,5 (0,5)	1,5 (0,5)	1,5 (0,5)	0,7 mg
Vitamin C (mg)	68 (37)	65 (36)	67 (37)	30 mg
Kalsium (mg)	891 (378)	894 (379)	893 (378)	600 mg
Jern (mg)	7,3 (2,6)	6,7 (2,5)*	7,0 (2,6)	8 mg
Jod (µg)	129 (52)	128 (50)	128 (51)	90 µg
Salt (g)	3,8 (1,1)	3,7 (1,1)	3,8 (1,1)	3-4 g

*Statistisk signifikant forskjell mellom gutter og jenter ($p \leq 0,01$). Forskjell i inntak er testet med t-test for uavhengige data

Tabell 23. Kilder til totalt fett, inntak i gram og andeler i %, n=1413

	Bidrag til inntak av totalt fett, gram (%)		
	Gutter (n=720)	Jenter (n=693)	Alle (n=1413)
Totalt inntak av fett, g	48,7 g	47,2 g	48,0 g
Smør, margarin, olje	13,1 (27%)	12,6 (27%)	12,9 (27%)
Melk og yoghurt ¹	6,0 (12%)	6,2 (13%)	6,1 (13%)
Melk	3,5 (7%)	3,8 (8%)	3,6 (8%)
Yoghurt	2,3 (5%)	2,3 (5%)	2,3 (5%)
Kjøtt og kjøttprodukter ²	5,8 (12%)	5,5 (12%)	5,7 (12%)
Ost	5,2 (11%)	5,0 (11%)	5,1 (11%)
Brød	3,1 (6%)	2,9 (6%)	3,0 (6%)
Fisk og fiskeprodukter	2,9 (6%)	2,7 (6%)	2,8 (6%)
Grøt ³	1,9 (4%)	1,7 (4%)	1,8 (4%)
Grønnsaker	1,7 (3%)	1,6 (3%)	1,6 (3%)
Egg	1,2 (2%)	1,3 (3%)	1,2 (3%)
Kosttilskudd (tran)	1,2 (2%)	1,2 (2%)	1,2 (3%)

¹ Inkluderer melk, Biola/Cultura og yoghurt.

² Inkluderer både kjøtt/kjøttprodukter av rødt (storfe, svin etc.) og hvitt kjøtt (kylling/kalkun).

³ Tilberedt med vann/melk.

Tabell 24. Kilder til mettet fett, inntak i gram og andeler i %, n=1413

	Bidrag til inntak av mettet fett, gram (%)		
	Gutter (n=720)	Jenter (n=693)	Alle (n=1413)
Totalt inntak av mettet fett, g	19,3 g	19,1 g	19,2 g
Smør, margarin, olje	4,8 (25%)	4,7 (25%)	4,7 (25%)
Melk og yoghurt ¹	3,8 (20%)	4,0 (21%)	3,9 (20%)
Melk	2,2 (11%)	2,4 (12%)	2,3 (12%)
Yoghurt	1,5 (8%)	1,5 (8%)	1,5 (8%)
Ost	3,4 (18%)	3,3 (17%)	3,3 (17%)
Kjøtt og kjøttprodukter ²	2,3 (12%)	2,2 (12%)	2,3 (12%)
Brød	0,7 (3%)	0,6 (3%)	0,6 (3%)
Grøt ³	0,6 (3%)	0,5 (3%)	0,6 (3%)
Fisk og fiskeprodukter	0,5 (3%)	0,5 (3%)	0,5 (3%)

¹ Inkluderer melk, Biola/Cultura og yoghurt.

² Inkluderer både kjøtt/kjøttprodukter av rødt (storfe, svin etc.) og hvitt kjøtt (kylling/kalkun).

³ Tilberedt med vann/melk.

Tabell 25. Kilder til tilsatt sukker, inntak i gram og andeler i %, n=1413

	Bidrag til inntak av tilsatt sukker, gram (%)		
	Gutter (n=720)	Jenter (n=693)	Alle (n=1413)
Totalt inntak av tilsatt sukker, g	15,0 g	14,8 g	14,9 g
Melk og yoghurt ¹	4,4 (29%)	4,4 (30%)	4,4 (30%)
Yoghurt	3,5 (23%)	3,5 (24%)	3,5 (23%)
Biola/Cultura	0,6 (4%)	0,6 (4%)	0,6 (4%)
Melk	0,3 (2%)	0,3 (2%)	0,3 (2%)
Søte drikker	3,8 (25%)	3,8 (26%)	3,8 (26%)
Syltetøy	1,6 (11%)	1,3 (9%)	1,5 (10%)
Sjokolade og godteri	1,1 (7%)	1,3 (8%)	1,2 (8%)
Kaker, boller, vafler, søte kjeks	1,2 (8%)	1,2 (8%)	1,2 (8%)
Tilsatt sukker på grøt, korn o.l.	0,5 (3%)	0,6 (4%)	0,5 (4%)
Ketchup	0,5 (3%)	0,5 (4%)	0,5 (3%)

¹ Inkluderer melk, Biola/Cultura og yoghurt.

Tabell 26. Kilder til vitamin A, inntak i mikrogram og andeler i %, n=1413

	Bidrag til inntak av vitamin A, mikrogram (%)		
	Gutter (n=720)	Jenter (n=693)	Alle (n=1413)
Totalt inntak vitamin A, µg	1165 µg	1120 µg	1143 µg
Kjøtt og kjøttprodukter ¹	558 (48%)	528 (47%)	544 (48%)
Leverpostei	551 (47%)	515 (46%)	534 (47%)
Smør, margarin, olje	156 (13%)	151 (14%)	154 (13%)
Grønnsaker	102 (9%)	100 (9%)	101 (9%)
Kosttilskudd	100 (9%)	95 (9%)	98 (9%)
Tran	65 (6%)	61 (5%)	63 (6%)
Melk og yoghurt ²	70 (6%)	72 (6%)	71 (6%)
Melk	43 (4%)	46 (4%)	44 (4%)
Yoghurt	25 (2%)	24 (2%)	24 (2%)
Ost	56 (5%)	55 (5%)	55 (5%)

¹ Inkluderer både kjøtt/kjøttprodukter av rødt (storfe, svin etc.) og hvitt kjøtt (kylling/kalkun).

² Inkluderer melk, Biola/Cultura og yoghurt.

Tabell 27. Kilder til vitamin D, inntak i mikrogram og andeler i %, n=1413

	Bidrag til inntak av vitamin D, mikrogram (%)		
	Gutter (n=720)	Jenter (n=693)	Alle (n=1413)
Totalt inntak av vitamin D, µg	10,1 µg	9,8 µg	9,9 µg
Kosttilskudd	5,4 (54%)	5,3 (54%)	5,4 (55%)
Tran	2,6 (26%)	2,4 (25%)	2,5 (25%)
Vitamin D-dråper	1,2 (12%)	1,2 (12%)	1,2 (12%)
Smør, margarin, olje	1,8 (18%)	1,7 (17%)	1,8 (18%)
Melk og yoghurt ¹	1,0 (10%)	1,0 (10%)	1,0 (10%)
Yoghurt	0,5 (5%)	0,5 (5%)	0,5 (5%)
Melk	0,4 (4%)	0,4 (4%)	0,4 (4%)
Fisk og fiskeprodukter	0,6 (6%)	0,5 (5%)	0,6 (6%)
Egg	0,4 (4%)	0,4 (4%)	0,4 (4%)

¹ Inkluderer melk, Biola/Cultura og yoghurt.

Tabell 28. Kilder til jern, inntak i milligram og andeler i %, n=1413

	Bidrag til inntak av jern, milligram (%)		
	Gutter (n=720)	Jenter (n=693)	Alle (n=1413)
Totalt inntak av jern, mg	8,0 mg	7,4 mg	7,7 mg
Brød	2,5 (31%)	2,3 (31%)	2,4 (31%)
Grovt brød (>50% grovt)	2,9 (25%)	1,8 (24%)	1,9 (25%)
Grøt ¹	1,0 (13%)	0,8 (11%)	0,9 (12%)
Industrifremstilt grøt	0,6 (7%)	0,5 (7%)	0,5 (7%)
Hjemmelaget grøt	0,4 (5%)	0,3 (5%)	0,4 (5%)
Kjøtt og kjøttprodukter ²	0,9 (12%)	0,9 (12%)	0,9 (12%)
Leverpostei	0,6 (8%)	0,6 (8%)	0,6 (8%)
Kosttilskudd	0,7 (9%)	0,7 (9%)	0,7 (9%)
Multivitamin tabletter	0,7 (9%)	0,6 (9%)	0,7 (9%)
Frukt og bær ³	0,6 (7%)	0,5 (7%)	0,5 (6%)
Grønnsaker	0,5 (6%)	0,4 (6%)	0,5 (6%)
Ost	0,3 (3%)	0,2 (3%)	0,3 (3%)
Egg	0,2 (3%)	0,3 (3%)	0,2 (3%)
Kornblanding og gryn med melk	0,2 (3%)	0,2 (3%)	0,2 (3%)
Mel, ris, pasta	0,2 (3%)	0,2 (3%)	0,2 (3%)

¹ Tilberedt med vann/melk.

² Inkluderer både kjøtt/kjøttprodukter av rødt (storfe, svin etc.) og hvitt kjøtt (kylling/kalkun).

³ Inkluderer frisk frukt og bær, fruktmos, hermetisk frukt og tørket frukt.

Tabell 29. Kilder til jod, inntak i mikrogram og andeler i %, n=1413

	Bidrag til inntak av jod, mikrogram (%)		
	Gutter (n=720)	Jenter (n=693)	Alle (n=1413)
Totalt inntak av jod, µg	139 µg	137 µg	138 µg
Melk og yoghurt ¹	61 (44%)	60 (44%)	61 (44%)
Melk	41 (30%)	43 (31%)	42 (31%)
Yoghurt	16 (12%)	15 (11%)	15 (11%)
Fisk og fiskeprodukter	22 (16%)	21 (16%)	22 (16%)
Ost	12 (9%)	13 (9%)	12 (9%)
Kosttilskudd	10 (7%)	9 (7%)	9 (7%)
Multivitamin tabletter	10 (7%)	9 (6%)	9 (7%)
Grøt ²	8 (5%)	8 (6%)	8 (6%)
Kornblanding og gryn med melk	5 (3%)	5 (3%)	5 (3%)
Egg	4 (3%)	4 (3%)	5 (3%)

¹ Inkluderer melk, Biola/Cultura og yoghurt.

² Tilberedt med vann/melk.

Tabell 30. Antall og andel (%) av barna med inntak av totalt fett, mettet fett og tilsatt sukker over anbefalt nivå, etter bakgrunnsvariabler, n=1413

Bakgrunnsvariabel	Antall (n=1413)	>40 E% totalt fett	≥10 E% mettet fett	≥10 E% tilsatt sukker
Alle	1413	109 (8%)	1202 (85%)	58 (4%)
Kjønn				
Gutter	720	52 (7%)	602 (84%)	28 (4%)
Jenter	693	57 (8%)	600 (87%)	30 (4%)
p ¹		ns	ns	ns
Mors alder (år)				
≤24	50	3 (6%)	42 (84%)	0
25-34	899	69 (8%)	754 (84%)	36 (4%)
≥35	464	37 (8%)	406 (88%)	22 (5%)
P trend ²		ns	ns	ns
Mors utdanning (år)				
Grunnskole	27	2 (7%)	23 (85%)	0
Videregående og evt. fagskole	249	16 (6%)	204 (82%)	16 (6%)
Høyskole- eller universitetsutdanning, kort ³	572	46 (8%)	488 (85%)	26 (5%)
Høyskole- eller universitetsutdanning, lang ⁴	553	45 (8%)	477 (86%)	14 (3%)
P trend ²		ns	ns	<0,01
Antall barn mor har født				
1 barn	564	37 (7%)	478 (85%)	21 (4%)
2 barn	574	50 (9%)	485 (85%)	30 (5%)
≥ 3 barn	273	22 (8%)	238 (87%)	7 (3%)
P trend ²		ns	ns	ns
Landsdel, %				
Oslo/Akershus	360	34 (9%)	302 (84%)	12 (3%)
Hedmark/Oppland	111	5 (5%)	90 (81%)	9 (8%)
Sør-Østlandet	204	14 (7%)	172 (84%)	11 (5%)
Agder-Rogaland	242	17 (7%)	205 (85%)	5 (2%)
Vestlandet	244	18 (7%)	212 (87%)	11 (5%)
Trøndelag	143	12 (8%)	127 (89%)	6 (4%)
Nord-Norge	108	9 (8%)	93 (86%)	4 (4%)
p ¹		ns	ns	ns
Pass på dagtid (hverdager)				
Ikke barnehage/dagmamma o.l.	80	9 (11%)	67 (84%)	4 (5%)
Barnehage/dagmamma o.l.	1333	100 (8%)	1135 (85%)	54 (4%)
p ¹		ns	ns	ns

¹ Test for forskjeller i andeler (Kji-kvadrat-test).

² Test for lineær trend gjennom kategorier av bakgrunnsvariabelen (Linear-by-linear test, Kji-kvadrat)
ns = ikke statistisk signifikant forskjell, p >0,01.

³ Høyskole- eller universitetsutdanning på 4 år eller mindre.

⁴ Høyskole- eller universitetsutdanning på mer enn 4 år.

Tabell 31. Hvor ofte spiser barnet ulike måltider i løpet av en uke, antall og andel (%), n=1413¹

Måltid	Hver dag	4-6 ganger pr. uke	1-3 ganger pr. uke	Aldri/sjeldnere enn hver uke
Frokost	1371 (97%)	30 (2%)	10 (0,7%)	0 (0%)
Formiddagsmat/lunsj	1332 (94%)	63 (4%)	14 (1%)	2 (0,1%)
Ettermiddagsmat	882 (63%)	367 (26%)	86 (6%)	72 (5%)
Middag	1253 (89%)	126 (9%)	26 (2%)	5 (0,4%)
Kveldsmat	968 (69%)	237 (17%)	127 (9%)	75 (5%)
Andre måltider/mellommåltider	302 (22%)	187 (14%)	320 (23%)	558 (41%)

¹ Antall ubesvarte: Frokost (2), formiddagsmat/lunsj (2), ettermiddagsmat (6), middag (3), kveldsmat (6), andre måltider/mellommåltider (46). Andeler er regnet ut i fra de som har besvart spørsmålet.

Tabell 32. Hvor ofte spiser barnet ulike måltider i barnehage, hos dagmamma o.l. i løpet av en uke, antall og andel (%), n= 1333¹

Måltid	4-5 ganger pr. uke	1-3 ganger pr. uke	Aldri/sjeldnere enn hver uke
Frokost	722 (55%)	270 (20%)	330 (25%)
Formiddagsmat/lunsj	1289 (97%)	39 (3%)	2 (0,2%)
Ettermiddagsmat	1178 (89%)	69 (5%)	80 (6%)
Middag	60 (5%)	74 (6%)	1174 (90%)
Andre måltider/mellommåltider	264 (20%)	94 (7%)	952 (73%)

¹Andeler er beregnet ut fra de som har svart at de har tilsyn av barnehage eller dagmamma på dagtid, og som har besvart spørsmålet. Antall ubesvarte av de som har svart at de har tilsyn av barnehage eller dagmamma: Frokost (11), formiddagsmat/lunsj (3), ettermiddagsmat (6), middag (25), andre måltider/mellommåltider (23).

Tabell 33. Matvarer det kunne vært aktuelt å gi barnet ved 2 års alder, men som unngås fordi man er redd barnet kan reagere med allergi/intoleranse, antall og andel (%), n=1413

Matvare som unngås	Antall og andel som unngår matvaren ¹
Nøtter	116 (8%)
Vanlig melk	52 (4%)
Appelsin/appelsinjuice/annen sitrusfrukt	39 (3%)
Annet	38 (3%)
Egg	26 (2%)
Soya	17 (1%)
Fisk/skalldyr	16 (1%)
Matvarer med tilsetningsstoffer	16 (1%)
Glutenholdig mel/korn	6 (0,4%)
Belgfrukter	3 (0,2%)
Unngår en eller flere matvarer, total andel	215 (15%)
Unngår ikke matvarer	1196 (85 %)

¹ 2 hadde ubesvart på dette spørsmålet. Flere enn ett svar kunne rapporteres, slik at summen blir over 100%. Andeler er beregnet ut ifra de som har besvart spørsmålet.

Tabell 34. Antall og andel (%) av barna som har problemer i forhold til spising/mat, n=1413

Problemer med spising	Antall og andel av barna ¹
Ikke problemer med spising	964 (69%)
Problemer med spising, total andel	447 (32%)
Liker få matvarer	217 (15%)
Dårlig matlyst/småspist	161 (11%)
Allergi/intoleranse mot enkelte matvarer	70 (5%)
Vanskelig med tilvenning til familiens kosthold	69 (5%)
Andre problemer	88 (6%)

¹Antall ubesvarte: 2. Andeler er beregnet ut i fra de som har svart.

Sammenligning mellom Småbarnskost 3 og Småbarnskost 2 for enkelte resultater

Tabell 35. Sammenligning av deltakere i Småbarnskost 3 med deltakere i Småbarnkost 2, og sammenligning med Norges befolkning, andeler i %.

Bakgrunnsvariabel	Småbarnskost 3 ¹ (n=1413)	Norge 2017 ² (n=56552)	Småbarnskost 2 ¹ (n=1674)	Norge 2005 ³ (n=57645)
Kjønnsfordeling, n (%)				
gutter	51	52	50	51
jenter	49	48	50	49
Fødselsvekt, n (%)				
<2500 g	4	5	3	5
2500-3499 g	42	43	40	41
3500-3999 g	34	34	37	34
≥4000 g	18	18	21	19
Gj.snittlig fødselsvekt, gram	3504 (585)	3489 (592)	3584 (579)	3503 (648)
Svangerskapslengde, n (%)				
<38. svangerskapsuke	13	11	14	12
≥38. svangerskapsuke	87	89	86	88
Mors alder da barnet var 2 år ⁴ , år, n (%)				
<20	0	-	<0,5	-
20-24	4	-	5	-
25-29	21	-	24	-
30-34	42	-	38	-
35-39	24	-	26	-
≥40	9	-	7	-
Mors gj.snittsalder, år	32,8 (4,7)	-	32,3 (4,8)	-
Antall barn mor har født, %				
1 barn	40	42	38	41
2 barn	41	37	40	36
3 barn	16	15	18	16
4 eller flere barn	4	6	5	7
Landsdel, %				
Oslo/Akershus	25	27	25	26
Hedmark/Oppland og Sør- Østlandet	22	22	24	23
Agder-Rogaland	17	16	14	15
Vestlandet	17	17	18	18
Trøndelag	10	9	9	9
Nord-Norge	8	8	9	9
Mors sivilstatus, %				
Samboer	50		55	49
Gift	44	94 ⁵	41	45
Bor alene med barnet/barna	5	6 ⁵	4	6
Annet	0,5		< 0,5	1

¹ Antall ubesvarte Småbarnskost 3/2: kjønn (0/19) fødselsvekt (32/56), svangerskapslengde: (4/24), antall barn (2/82), landsdel (1/0), mors sivilstatus (3/75). Andeler er beregnet ut fra antall som har svart på spørsmålene.

² Alle data er hentet fra Medisinsk fødselsregister <http://statistikkbank.fhi.no/mfr/> og er basert på antall fødte i Norge 2017.

³ Medisinsk fødselsregister, data for 2005.

⁴ Mors alder er beregnet ut ifra fødselsdato:

Mors alder da barnet var 2 år = Dato for mottatt besvarelse minus mors fødselsdato.

For en uidentifiserbar besvarelse har vi ikke fødselsdato og oppgitt alder er derfor brukt for denne deltakeren.

⁵ For mors sivilstatus er det kun to kategorier å sammenligne med: «Gift/samboer» og «Annet»

Tabell 36. Høyeste fullførte utdanning blant mødrene og fedrene i Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2, andeler i %.

Høyeste fullførte utdanning	Småbarnskost 3 ¹ (n=1413)		Småbarnskost 2 ¹ (n=1674)	
	Mødrene	Fedrene	Mødrene	Fedrene
9/10-årig grunnskole eller kortere	1	2	2	3
9/10-årig grunnskole og folkehøyskole/annet 1-årig utdanning	1	1	2	4
Videregående opplæring	18	28	27	31
Fagskole	4	11	5	14
Høyskole/universitetsutdanning på 4 år eller mindre	37	25	36	23
Høyskole/universitetsutdanning på mer enn 4 år	39	31	28	25
Annet	0,5	1	1	1
Vet ikke	<0,5	1	0	<0,5

¹ Antall ubesvarte Småbarnskost 3/2: Mors utdanning (4/75), fars utdanning (15/98). Andeler er beregnet ut i fra antall som har svart på spørsmålet.

Tabell 37. Mors arbeidssituasjon før barnet ble født og da barnet var 2 år i Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2, andeler i %.

Mors arbeidssituasjon, n (%)	Andel av mødrene i Småbarnskost 3 ¹ (n=1413)		Andel av mødrene i Småbarnskost 2 ¹ (n=1674)	
	Før barnet ble født	Da barnet var 2 år	Før barnet ble født	Da barnet var 2 år
	Inntektsgivende arbeid heltid	76	62	64
Inntektsgivende arbeid deltid	11	17	19	29
Student/skoleelev	6	4	7	6
Arbeidsledig	2	1	2	2
Under arbeidsavklaring	1	2	1	2
Sykemeldt ²	1	2	2	2
Permisjon	1	7	1	10
Hjemmearbeidende	1	1	3	5
Ufør	1	1	1	1
Annet	<0,5	1	1	2

¹ Antall ubesvarte Småbarnskost 3/2: arbeidssituasjon før barnet ble født (6/108), arbeidssituasjon da barnet var 2 år (4/116). Andeler er beregnet ut fra antall som har svart på spørsmålet.

² Sykemeldinger i forbindelse med svangerskapet skulle ikke regnes med.

Tabell 38. Vekt og lengde ved 2 årskontrollen, gjennomsnitt (SD), sammenligning Småbarnskost 3 og Småbarnskost 2

Småbarnskost 3 ¹	Gutter ² (n=720)	Jenter ³ (n=693)	Alle ⁴ (n=1413)
Vekt 2 år, g	13159 (1572)	12423 (1343)	12794 (1508)
Lengde 2 år, cm	89 (4)	87 (4)	88 (4)
Småbarnskost 2	Gutter ² (n=815)	Jenter ³ (n=817)	Alle ⁴ (n=1651 ⁵)
Vekt 2 år, g	13294 (1593)	12425 (1408)	12849 (1560)
Lengde 2 år, cm	89 (3)	87 (3)	88 (4)

¹ 2-årskontrollen er på veldig ulikt tidspunkt, og spenner fra 1,5 års alder til 2,5 års alder.

² Antall ubesvarte blant gutter Småbarnskost 3/2: vekt (199/309), lengde (211/311).

³ Antall ubesvarte blant jenter Småbarnskost 3/2: vekt (181/282), lengde (187/287).

⁴ Antall ubesvarte blant alle Småbarnskost 3/2: vekt (380/597), lengde (398/604)

⁵ 23 respondenter hadde data på vekt og lengde ved 24 mnd alder som var innhentet enten lenge før 24 mnd dag eller lenge etter 24 mnd dag, disse er ikke inkludert i beregningene.

Tabell 39. Andel (%) av barna som ammes i andre leveår, Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2

Barnets alder (måned)	Andel ammede (%)	
	Småbarnskost 3 ¹ (n=1413)	Småbarnskost 2 ² (n=1674)
13	34	24
14	29	19
15	24	15
16	21	12
17	20	10
18	15	8
19	14	7
20	12	6
21	11	5
22	10	4
23	9	4
24	8	3

*Ammedata fra Småbarnskost 2 er reberegnet slik at de er sammenlignbare med ammedata fra Småbarnskost 3.

¹ 1 respondent hadde ikke oppgitt om barnet ble ammet eller ikke.

² 12 respondenter hadde ikke oppgitt om barnet ble ammet eller ikke.

Tabell 40. Inntak av matvarer, gjennomsnitt (SD), og andel av barna som bruker ulike typer matvarer i Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2

Matvare	Småbarnskost 3 (n=1413)		Småbarnskost 2 (n=1674)	
	Inntak blant alle (g/dag) ¹	Andel som bruker matvaren (%)	Inntak blant alle (g/dag) ¹	Andel som bruker matvaren (%)
Grøt	87 (103)	79	58 (99)	52
Industrifremstilt grøt	30 (80)	29	25 (80)	17
Hjemmelaget grøt	57 (73)	68	33 (57)	42
Brød	113 (49)	100	131 (55)	100
Fint brød	1 (6)	5	2 (9)	8
Mellomgrovt brød	20 (35)	37	64 (54)	73
Grovt brød	83 (54)	90	59 (67)	57
Knekkebrød, kavring o.l.	5 (7)	49	3 (6)	32
Poteter og grønnsaker	96 (58)	99	87 (54)	99
Poteter, kokt/most	13 (13)	76	26 (22)	91
Pommes frites/stekte poteter	3 (6)	24	2 (4)	23
Grønnsaker friske/fryste	71 (50)	99	54 (43)	99
Gulrot	11 (11)	88	12 (11)	94
Tomat	11 (19)	52	8 (16)	46
Industrifremstilt barnemat- grønnsaker/potet	<0,5 (4)	1	1 (7)	1
Frukt og bær	181 (106)	100	152 (103)	99
Frukt, frisk	109 (67)	100	133 (92)	98
Bær, frisk/fryst	16 (22)	72	4 (8)	43
Hjemmelaget fruktmos -bidrag fra frukt og bær ²	17 (31)	39	5 (21)	11
Industrifremstilt fruktmos- bidrag fra frukt og bær ³	35 (56)	60	6 (24)	16
Industrifremstilt barnemat- rødt/hvitt kjøtt m/grønnsaker	3 (18)	5	10 (33)	12
Kjøtt og kjøttprodukter av rødt/hvitt kjøtt	37 (20)	100	42 (22)	100
Kjøtt rødt/hvitt, helt	10 (7)	99	11 (8)	98
Pølser av rødt/hvitt kjøtt	6 (6)	92	10 (9)	94
Kjøttkaker, karbonader, hamburgere o.l.	6 (6)	91	7 (6)	88
Kjøttpålegg av rødt/hvitt kjøtt	4 (5)	68	5 (8)	72
Leverpostei av svin/kylling	11 (11)	91	12 (11)	90

Tabell 40 fortsetter	Småbarnskost 3 (n=1413)		Småbarnskost 2 (n=1674)	
	Inntak blant alle ¹ (g/dag)	Andel som bruker matvaren (%)	Inntak blant alle ¹ (g/dag)	Andel som bruker matvaren (%)
Industriefremstilt barnemat med fisk og grønnsaker	1 (7)	2	2 (12)	4
Fisk og fiskemat	33 (21)	99	25 (18)	98
Fisk, mager/halvfet	2 (3)	68	1 (2)	69
Fisk, fet	3 (3)	76	1 (2)	61
Fiskeboller, -pudding, -kaker	14 (13)	96	10 (10)	86
Fiskepinner o.l.	3 (4)	73	3 (4)	56
Fiskepålegg/kaviar	8 (11)	63	8 (12)	60
Egg	12 (14)	97	7 (10)	92
Yoghurt	102 (92)	91	71 (65)	89
Fruktyoghurt	70 (69)	82	64 (59)	87
Yoghurt naturell	7 (21)	15	3 (17)	6
Ost	21 (15)	99	22 (18)	96
Smør og margarin⁴	15 (10)	89	17 (11)	100
Margarin	6 (10)	35	6 (9)	34 ⁵
Lettmargarin/Brelett	4 (8)	21	6 (9)	34
Smør/Bremykt	5 (9)	33	2 (6)	15
Annet:				
Kornblanding/gryn med melk	38 (55)	60	33 (52)	51
Boller, kaker, vafler, søte kjeks	8 (6)	94	11 (9)	94
Iskrem	3 (4)	61	6 (6)	84
Pizza	7 (6)	89	6 (6)	80
Sjokolade og godteri	2 (2)	77	3 (3)	77
Potetgull, popcorn etc.	1 (1)	55	1 (1)	65
Kumelk som drikke	286 (249)	91	309 (266) ⁶	90
Helmelk	46 (130)	23	35 (123)	15
Lettmelk	129 (178)	60	202 (244)	72
Ekstra lettmelk ⁷	98 (165)	46	55 (149)	25
Skummetmelk	6 (48)	5	14 (81)	8
Sjokolademelk ⁸	7 (26)	12	4 (19)	10
Morsmelkerstatning	13 (68)	6	4 (42)	1
Annen melk/melkeerstatning	10 (70)	4	16 (95)	6
Søte drikker	40 (94)	48	60 (105)	62
Nektar	11 (42)	19	15 (55)	24
Saft med sukker	26 (75)	36	38 (84)	45
Brus med sukker	3 (12)	9	7 (19)	22
Kunstig søte drikker	32 (101)	31	29 (99)	32
Saft uten sukker	29 (99)	27	24 (81)	26
Brus uten sukker	3 (11)	10	6 (33)	16
Annen drikke:				
Vann	475 (263)	100	307 (219)	97
Juice	29 (58)	53	63 (93)	75
Industriefremstilt barnedrikk	1 (9)	3	2 (13)	4
Biola/Cultura	23 (56)	31	29 (86)	33

¹ Inntak blant alle barna, både brukere og ikke brukere av den enkelte matvare. Alle undergrupper av matvarekategorier er ikke vist i tabellen.

² Innhold av grønnsaker i fruktmos med grønnsaker er ikke inkludert.

³ Innhold av grønnsaker og yoghurt fra industriefremstilt fruktmos er ikke inkludert.

⁴ Smør/margarin benyttet ved tilberedning/matlagning er ikke inkludert.

⁵ Dette tallet er reberegnet pga. skrivefeil i rapporten fra 2007.

⁶ I rapporten fra 2007 er *melk, uspesifisert (tillaging)* inkludert i det totale kumelkinntaket (utgjør 10 g/dag), inntak av kumelk er derfor reberegnet uten *melk, uspesifisert (tillaging)*

⁷ Ekstra lettmelk med 0,7% fett heter nå Lettmelk og inneholder 0,5% fett

⁸ Sjokolademelk var delt opp i to kategorier i 2007- en med lettmelk/skummetmelk og en med helmelk, disse er lagt sammen for å sammenligne.

Tabell 41. Inntak av energi og næringsstoffer (uten tilskudd i beregningene), gjennomsnitt (SD) i Småbarnskost 2019 sammenlignet med Småbarnskost 2007.

	Småbarnskost 3 (n=1413)		Småbarnskost 2 (n=1674)	
	Daglig inntak	Næringstetthet ¹	Daglig inntak	Næringstetthet ¹
Absolutt inntak:				
Energi (MJ)	5,5 (1,5)		5,7 (1,5)	
Protein (g)	52,3 (15,5)	16,3 (2,2)	49,6 (15,0)	14,8 (2,0)
Totalt fett (g)	46,8 (15,7)	31,6 (5,3)	47,4 (16,0)	31,6 (5,0)
Mettet fett (g)	19,0 (7,4)	12,8 (3,1)	19,5 (7,0)	12,7 (2,5)
Totalt karbohydrat (g)	158,8 (45,7)	49,6 (5,1)	172 (48)	51,2 (5,1)
Tilsatt sukker (g)	14,9 (12,0)	4,6 (3,0)	22,5 (15,5)	6,7 (4,2)
Kostfiber (g)	17,0 (5,5)	2,5 (0,5)	17,1 (5,9)	2,4 (0,5)
Vitamin A (µg)	1045 (563)		721 (396)	
Vitamin D (µg)	4,6 (2,1)		2,8 (1,8)	
Vitamin E (mg)	7,5 (2,8)		4,5 (1,8)	
Tiamin (mg)	1,1 (0,4)		1,0 (0,3)	
Riboflavin (mg)	1,5 (0,5)		1,4 (0,5)	
Vitamin C (mg)	67 (37)		59 (35)	
Kalsium (mg)	893 (378)		780 (332)	
Jern (mg)	7,0 (2,6)		7,0 (2,8)	

¹For protein, fett, mettet fett, karbohydrat, sukker og kostfiber er næringstetthet gitt som prosent av energiinntaket.

Tabell 42. Andel (%) av barna som får vitamin D-tilskudd eller annet kosttilskudd i Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2

Vitamin D-tilskudd/annet kosttilskudd	Småbarnskost 3 (n=1413)	Småbarnskost 2 (n=1674)
	Andel av barna ¹ (%)	Andel av barna ¹ (%)
Får vitamin D-tilskudd/annet kosttilskudd ved 2 års alder	54	57
Har fått vitamin D-tilskudd/kosttilskudd tidligere, men ikke nå	42	34
Har aldri fått vitamin D-tilskudd/kosttilskudd tidligere	4	9

¹Antall ubesvarte Småbarnskost 3/2: (3/30). Andeler er beregnet ut fra de som har svart.

Tabell 43. Andel (%) som bruker kosttilskudd, og inntak per dag, i Småbarnskost 3 sammenlignet med Småbarnskost 2¹

Kosttilskudd	Småbarnskost 3 (n=1413)		Småbarnskost 2 (n=1674)	
	Andel av barna ² (%)	Inntak blant brukere ²	Andel av barna ² (%)	Inntak blant brukere ²
Multivitamin-tabletter for barn ³	9	0,8 (0,4) tabl.	4,5	0,8 (0,4) tabl.
Kalsium tabletter	<0,1	2 (0) tabl.	0,8	0,9 (0,5) tabl.
Vitamin C	3	0,6 (0,3) tabl.	3	0,6 (0,3) tabl.
Vitamin D dråper ⁴	16	3,6 (1,5) dråper	4	3,7 (1,5) dråper
Tran	30	4,2 (2,3) ml	38	4,3 (2,2) ml
Flytende multivitaminer	10	4,1 (2,6) ml	30	4,3 (2,5) ml
Jern	<0,5	1 (0,8) m	0,4	4,6 (2,9) ml

¹ Sammenligning av kosttilskudd som både var inkludert i 2007- og 2019-spørreskjemaet.

² Daglig og ukentlig brukere av kosttilskuddet.

³ Multivitamin-tabletter for barn var oppdelt i multivitamin-tabletter med og uten A- og D-vitamin i 2007, disse er derfor lagt sammen for å kunne sammenligne.

⁴ Vitamin D-dråper er beregnet som dråper per dag for å kunne sammenligne med data fra 2007

Tabell 44. Matvarer som unngås fordi man er redd barnet kan reagere med allergi/intoleranse, sammenligning mellom Småbarnskost 3 og Småbarnskost 2

	Småbarnskost 3 (1413)	Småbarnskost 2 (1674)
Matvare som unngås	Andel som unngår matvaren¹	Andel som unngår matvaren
Nøtter	8	19
Vanlig melk	4	6
Appelsin/appelsinjuice/annen sitrusfrukt	3	5
Annet	3	3
Egg	2	4
Soya	1	1
Fisk/skalldyr	1	4
Matvarer med tilsetningsstoffer	1	4
Glutenholdig mel/korn	0,4	<0,5
Belgfrukter	0,2	1
Unngår en eller flere matvarer, total andel	15	27

¹ 2 hadde ubesvart på dette spørsmålet. Flere enn ett svar kunne rapporteres, slik at summen blir over 100%. Andeler er beregnet ut i fra de som har besvart spørsmålet.

Vedlegg

Vedlegg 1 Invitasjonsbrev

Vedlegg 2 Spørreskjemaet

Vedlegg 3 SMS 1 og SMS 2 som ble sendt ut etter oppringning

Vedlegg 4 Purrebrev

Vedlegg 5 Bildehefte

Vedlegg 6 Brev til de som manglet opplysninger om vekt og lengde

Vedlegg 7 Spørreskjema for etterutfylling av vekt og lengde

Vedlegg 8 Beskrivelse av matvaregrupperinger i tabell 11 og tabell 40

Vedlegg 9 Oversikt over matvaregrupper i tabell 11

Vedlegg 10 Matvareinntak blant de som bruker den enkelte matvare



Forespørsel
om å delta i en
undersøkelse av
kostholdet blant
2-åringer

Hva spiser 2-åringer i Norge?



Småbarnskost 3



Småbarnskost 3

Hva er Småbarnskost 3?

Småbarnskost 3 er en undersøkelse som skal kartlegge hva 2-åringer i Norge spiser.

I Småbarnskost 3 inviteres foresatte til barn ved 2 års alder fra hele landet til å svare på et spørreskjema om barnets kosthold.

Hovedformålet med Småbarnskost 3 er å øke kunnskapen om 2-åringers kosthold. Slik kunnskap er viktig for å forebygge kostholdsrelaterte helseproblemer i denne aldersgruppen.

Avdeling for ernæringsvitenskap ved Universitetet i Oslo (UiO) og Folkehelseinstituttet (FHI) gjennomfører og finansierer Småbarnskost 3.

Hvorfor spør vi deg om å delta?

Du er mor til ett av de 3000 barna som er tilfeldig trukket ut fra Folkeregisteret til å representere den norske befolkningen i denne undersøkelsen.

For at vi skal få et riktig bilde av kostholdet til 2-åringer i Norge trenger vi deltagere fra hele landet. For oss er derfor hver deltager like viktig, og vi håper at du vil være med!



Hvordan kan du delta?

Du deltar ved å fylle ut et elektronisk spørreskjema så tett opptil barnets 2-årsdag som mulig. Spørreskjemaet finner du på følgende nettside: www.med.uio.no/smabarnskost.

På nettsiden klikker du på den blå knappen merket med «Svar på spørreskjema». Det tar omkring 40 minutter å fylle ut skjemaet.

Når du besvarer spørreskjemaet, må du benytte en personlig bruker-ID som du finner i ruten nedenfor. Fristen for besvarelse av spørreskjemaet er

Bruker-ID:

Om du ønsker spørreskjemaet i papirformat, kan du kontakte oss på telefon 48 07 22 21 eller på e-post til smabarnskost@medisin.uio.no.

Det er viktig med nøyaktige opplysninger om barnets vekt og lengde. Vi ber deg fylle ut barnets vekt og lengde ved fødsel og ved 2-årskontrollen på helsestasjonen, så sant du har disse opplysningene tilgjengelig. Dersom barnet ikke har vært på 2-årskontrollen før svarfristen utløper, kan du likevel fylle ut spørreskjemaet.



Spørreskjemaet
finner du på:
[www.med.uio.no/
smabarnskost](http://www.med.uio.no/smabarnskost)

Hvis barnet går i barnehage, hør gjerne med barnehagen om hva barnet pleier å spise og drikke der.

Har du tvillinger eller trillinger, skal du svare for det barnet som står oppført på konvolutten. Selv om det er mor til barnet som får forespørselen, kan selvsagt far eller andre foresatte til barnet fylle ut spørreskjemaet.

En til to uker etter at du har mottatt denne invitasjonen, vil vi ringe deg for å høre om du har noen spørsmål angående undersøkelsen.

Deltagelse er frivillig

Det er frivillig å delta, og alle som er med på undersøkelsen står også fritt til å trekke seg når man vil uten å oppgi noen grunn. Dersom du ikke ønsker å delta, og vil reservere deg mot å bli oppringt samt å bli purret på, svarer du «Nei» på spørsmålet om samtykke i spørreskjemaet. Du kan også melde deg av ved å kontakte oss på telefon 48 07 22 21 eller ved å sende en e-post til smabarnskost@medisin.uio.no.

Hva får du igjen for å delta?

Alle deltagere som fullfører undersøkelsen vil motta et universalgavekort på 300 kroner (www.presentkort.no).

Etikk og personvern

Kontaktinformasjon til barnets mor samt mors og barnets fødselsnummer er innhentet fra Folkeregisteret. Mors telefonnummer er innhentet fra Direktoratet for forvaltning og ikt (Difi). Alle som arbeider med undersøkelsen hos UiO og FHI har taushetsplikt og vi vil aldri offentliggjøre eller videreformidle opplysninger om hva enkeltpersoner har svart. Prosjektet er tilrådd av Personvernombudet for forskning, Norsk senter for forskningsdata.

All informasjon vil lagres ved hjelp av ID-numre. Koblingsnøkkelen mellom ID-nummer og fødselsnummer samt navn- og adresseliste vil lagres adskilt fra øvrige data.

Forventet prosjektslutt er 31.12.2019. Innsamlede opplysninger skal da oppbevares med personidentifikasjon i 20 år for mulige oppfølgingsstudier og videre forskning. Du vil i så fall kontaktes for ny informasjon og samtykke. Etter 20 år vil data settet anonymiseres med mindre vi spør deg om videre lagring og du samtykker til det.

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til å få innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg og få rettet, slettet eller få en kopi av disse. Du har også rett til å sende klage til Personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

KONTAKT- INFORMASJON

Ta gjerne
kontakt med oss
hvis du lurer på
noe angående
undersøkelsen!



Telefon/SMS
48 07 22 21



E-post
smabarnskost@medisin.uio.no



www.med.uio.no/smabarnskost



Hvem jobber med
Småbarnskost 3?

Anne Lene Kristiansen

*prosjektleder
Universitetet i Oslo*

Helene Astrup

*prosjektmedarbeider
Universitetet i Oslo*



Småbarnskost 3



UiO • **Universitetet i Oslo**



folkehelseinstituttet



SMÅBARNSKOST 2019

Undersøkelse av kostholdet blant 2-åringer i Norge

Kryss av for "Ja" i ruten under dersom du samtykker i å delta i undersøkelsen. Dersom du ikke ønsker å delta og vil reservere deg mot å bli oppringt samt å bli purret på, krysser du av for "Nei" og returnerer skjemaet.

- Ja
- Nei

Ved utfylling er det viktig at du går frem slik:

* Sett kryss i boksene. Slik: Ikke slik:

* Ved rettelser kan du markere tydelig at det er feil, slik:

* I de åpne feltene skriver du inn tydelig tekst

* Der det spørres etter tall, skriver du disse slik:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

* Skjemaet må ikke brettes

* Det utfylte skjemaet vil bli lest av en maskin. **Bruk blå eller sort kulepenn.**

Fyll inn opplysninger om barnets vekt og lengde - ved fødsel og ved 2 års alder (fra helsekortet).

Dersom barnet ikke har vært på 2-årskontrollen ennå, kan du la feltene for vekt og lengde ved 2 års alder stå åpne.

Fylles ut fra helsekortet

Dato for måling av vekt/lengde (2 år):

--	--	--	--	--	--	--	--

dag

mnd

år

Barnets vekt (2 år):

--	--	--	--	--

gram

Barnets lengde (2 år):

--	--	--

cm

Fødselsvekt:

--	--	--	--

gram

Lengde ved fødsel:

--	--

cm



1544

BAKGRUNNSSPØRSMÅL

1. Dato for utfylling av skjemaet

Skriv inn datoen for dag, måned og år i rutene.

--	--	--	--	--	--	--	--

dag

mnd

år

2. Hva er barnets kjønn?

Sett **kun** ett kryss.

 Jente Gutt

3. Hvem fyller ut skjemaet?

Her kan du sette flere kryss.

 Barnets mor Barnets far Barnets medmor

SPØRSMÅL OM MELK

4. Hvor ofte og hvor mye melk pleier barnet å drikke nå?

For hver melketype settes **kun** ett kryss for **hvor ofte**, enten ganger per uke eller ganger per dag, og **kun** ett kryss for **hvor mye** per gang. For mengdeangivelse se på bilde 1 i bildeboken. 100 ml = 1 dl. Morsmelk regnes ikke med her.

	Aldri/sjeldnere enn hver uke	Hvor ofte?							Hvor mye?			
		Ganger per uke		eller		Ganger per dag			Mengde (ml) per gang			
		1-3	4-6	1	2	3	4	5 el. flere	60 A	120 B	180 C	240 D
Helmelk (søt og sur)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lettmelk (1.0 % og 1.2 % fett)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lettmelk (0.5 % fett, tidligere ekstra lett melk)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skummetmelk (søt og sur)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Biola, Cultura o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sjokolademelk, O'boy, jordbærmelk o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Drikkeyoghurt (Danonino, Actimel o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Morsmelkerstatning/tilskuddsblanding	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Annen melk/melkerstatning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

oppgi type:





1544

SPØRSMÅL OM MORSMELK

5. Får barnet morsmelk nå?

Sett **kun** ett kryss.

Ja ⇒ *Gå til spørsmål 7*

Nei, men barnet har fått morsmelk tidligere ⇒ *Gå til spørsmål 6*

Nei, barnet har aldri fått morsmelk ⇒ *Gå til spørsmål 7*

6. Hvor gammelt var barnet da det sluttet å få morsmelk?

Sett **kun** ett kryss.

Fødsel	Uker	Måneder																								2 år	
	1 2 3 4 5 6 7																										
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>																										
		2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24																									
		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>																									

SPØRSMÅL OM YOGHURT

7. Hvor ofte og hvor mye yoghurt pleier barnet å spise nå?

For hver yoghurttype settes **kun** ett kryss for **hvor ofte** og **kun** ett kryss for **hvor mye** barnet vanligvis spiser per gang.

	Aldri/sjeldnere enn hver uke	Hvor ofte?					Hvor mye?				
		Ganger per uke	eller	Ganger per dag			Mengde per gang				
		1-3	4-6	1	2	3 el. flere	beger/pose	¼	½	¾	1
Barnefruktyoghurt (Sprett, Safari, Danonino o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	beger/pose	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Barnefruktyoghurt med topping (Q-meieriene o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	beger	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fruktyoghurt (Tine, Q-meieriene o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	beger/pose	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Go'morgen yoghurt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	beger	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fruktyoghurt uten fett og sukker (Yoiplait Double 0% o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	beger	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yoghurt naturell, Biola yoghurt, gresk yoghurt naturell	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	2	4	6	8
Skyr Mini (klemmepose)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	pose	¼	½	¾	1



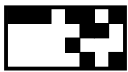
1544

SPØRSMÅL OM GRØT, KORNBLANDING, GRYN O.L.**8. Hvor ofte og hvor mye grøt, kornblanding, gryn o.l. pleier barnet å spise nå?**

For hver grøttype, kornblanding, gryn o.l. settes **kun** ett kryss for **hvor ofte**, enten ganger per uke eller ganger per dag. I tillegg settes **kun** ett kryss for **hvor mye** barnet vanligvis spiser per gang.

For mengdeangivelse se på bilde 2 og 3 i bildeboken.

		Hvor ofte?						Hvor mye?						
		Ganger per uke		eller	Ganger per dag				Mengde (dl) per gang					
		1-3	4-6	1	2	3	4 el. flere	½ A	1 B	1½ C	2 D	2½ E	3 F	
Hjemmelaget grøt av:	Aldri/sjeldnere enn hver uke													
Havregryn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Grovt/sammalt mel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Fint/hvitt mel/kavring/semule/ris/mais	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Hirse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Industriefremstilt grøt/velling fra pulver:									A	B	C	D	E	F
Nestlé grøt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Semper grøt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
HiPP grøt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Holle grøt (tilberedt med vann/melk)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Velling (fra pulver eller drikkeklar)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Industriefremstilt grøt på klemmepose:									¼	½	1	2		
Nestlé, HiPP, Lillego, Lev Vel, Organix	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	pose	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Ella's Kitchen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	pose	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Semper	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	pose	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Kornblanding, gryn o.l. med melk:									A	B	C	D		
Havregryn, puffet havre, puffet hvete, 4'korn o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Fruktmüsli (Axa, Eldorado, Rema 1000 o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Weetabix, Cheerios, Havre fras, All Bran o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Solfrokost, Crunchy müsli o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Cornflakes, puffet ris, Rice Krispies o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Honni-Korn, Frosties, Coco pops o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Müsli for barn (Holle o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		



1544

9. Hvor ofte og hvor mye av de ulike matvarene nevnt nedenfor tilsettes på grøt, gryn, kornblanding o.l.?

For hver matvare settes **kun** ett kryss for **hvor ofte**, enten ganger per uke eller ganger per dag. I tillegg settes **kun** ett kryss for **hvor mye** barnet vanligvis spiser per gang.

Tilsatt på grøt, gryn, kornblanding o.l.:	Aldri/sjeldnere enn hver uke	Hvor ofte?						Hvor mye?			
		Ganger per uke		eller	Ganger per dag			Mengde per gang			
		1-3	4-6	1	2	3	4 el. flere	1 ts	2 ts	3 ts	4 ts
Syltetøy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lett syltetøy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sukker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Honning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Frukt-/bærmos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10. Dersom barnet får hjemmelaget grøt eller kornblanding/gryn nå, hva slags væske tilsettes vanligvis grøten ved tilberedning/koking og hva slags væske tilsettes vanligvis kornblandingen/grynene?

Sett **kun** ett kryss for væske i hjemmelaget grøt og **kun** ett kryss for væske i kornblanding/gryn.

	Hjemmelaget grøt	Kornblanding/gryn
Bruker ikke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vann	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Helmelk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lettmelk (1.0 % og 1.2 % fett)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lettmelk (0.5 % fett, tidligere ekstra lett melk)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skummetmelk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Annet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11. Dersom barnet har fått industrifremstilt grøt daglig i en periode fra 1- til 2-års alder, hvor ofte og hvor mye spiste barnet da det spiste mest?

Sett **kun** ett kryss for **hvor ofte** og **kun** ett kryss for **hvor mye** per gang. Se mengdeangivelse på bilde 2 i bildeboken.

	Ikke spist daglig	Hvor ofte?				bilde 2	Hvor mye?					
		Ganger per dag					Mengde (dl) per gang					
		1	2	3	4 el. flere		½ A	1 B	1½ C	2 D	2½ E	3 F
Industrifremstilt grøt tilberedt med melk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Industrifremstilt grøt tilberedt med vann	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>







1544

SPØRSMÅL OM BRØD OG PÅLEGG

12. Hvilken type brød og hvor mye brød pleier barnet å spise nå?

For hver brødtype settes **kun** ett kryss for antall skiver per dag ($\frac{1}{2}$ rundstykke = 1 skive = 1 polarbrød).

Antall skiver per dag

	Aldri/ sjelden	$\frac{1}{2}$	1	2	3	4	5	6	7	8	9 el. flere
 Fint brød (0-25% grovt)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
 Halvgrovt brød (25-50% grovt)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
 Grovt brød (50-75% grovt)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
 Ekstra grovt brød (75-100% grovt)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Knekkebrød, kavring o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Sum skiver per dag = x 7 = = Sum per uke. Summen brukes i spørsmål 16.

13. Skjæres skorpene på brødsnivene til barnet vanligvis bort?

Sett **kun** ett kryss.

Bruker ikke brødsiver

Ja

Nei

14. Hva smører du vanligvis på brød, knekkebrød o.l. til barnet?

Sett **kun** ett kryss.

Bruker ikke smør/margarin på brødet \Rightarrow *Gå til spørsmål 16*

Smør (meierismør o.l.)

Bremykt

Brelett

Melange

Soft Flora, Vita

Olivero

Lett margarin (Soft Flora Lett, Vita Lett o.l.)

Margarin fra Rema 1000, First Price, Coop o.l.

Annen margarin

15. Hvor mye smører du vanligvis på brød, knekkebrød o.l. til barnet?

Se mengdeangivelse på bilde 4 i bildeboken.

Sett **kun** ett kryss.

Skrapet lag (Bilde A)

Middels lag (Bilde B)

Godt dekket lag (Bilde C)

Tykt lag (Bilde D)



1544

16. Hvilke påleggstyper pleier barnet å spise nå?

For hver påleggstype settes **kun** ett kryss for antall brødskeer, knekkebrød o.l. pålegget brukes til i løpet av en uke. Ta utgangspunkt i sum brødskeer per uke fra spørsmål 12.

På antall skiver per uke

	Aldri/sjeldnere enn hver uke	½ -1	2-3	4-5	6-7	8-14	15-21	22-28	29 el. flere
Brunost/prim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Barnebrunost/barneprim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lett/mager brunost/prim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hvitost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lett/mager hvitost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Smøreost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lett/mager smøreost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leverpostei	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mager leverpostei	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kyllingpostei	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Serelat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kokt skinke, lettserelat o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kylling/kalkunpålegg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Salami, fårepølse o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Svolværpostei, Lofotpostei	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Makrell i tomat o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kaviar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Egg (kokt, stekt, eggerøre)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Syltetøy, marmelade	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lett syltetøy/syltetøy med mindre sukker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Honning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hapå	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sjokolade-, nøttepålegg o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sjokoladepålegg med mindre sukker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Annet søtt pålegg (Banos, Sunda o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Peanøttsmør o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Salat med majones (rekesalat o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Frukt som pålegg (banan o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Grønnsaker som pålegg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Annet pålegg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

oppgi type:



1544

SPØRSMÅL OM MIDDAGSMAT (UTENOM INDUSTRIFREMSTILT BARNEMAT)

17. Hvor ofte og hvor mye middagsmat pleier barnet å spise nå? (fortsetter også på neste side) For hver type middagsmat settes **kun** ett kryss for **hvor ofte** og **kun** ett kryss for **hvor mye** per gang. Industriefremstilt barnemat på glass/pose regnes ikke med her. Spørsmål om grønnsaker og tilbehør som poteter, ris og pasta kommer senere i skjemaet.

	Aldri/sjeldnere enn hver måned	Hvor ofte?						Hvor mye?				
		Ganger per mnd			eller	Ganger per uke			Mengde per gang			
		1	2	3	1	2	3 el. flere		A	B	C	D
Kjøtt og kjøttretter:												
Grill-, wiener-, kjøttpølser o.l. av storfe- og svinekjøtt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Grill-, wiener-, kjøttpølser o.l. av kylling/kalkun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Magre grill-, wiener-, kjøttpølser o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kjøttkaker, medisterkaker, kjøttpudding, kjøttboller av storfe/svin o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kjøttkaker, karbonader, kjøttboller av kylling/kalkun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hamburgere, karbonader av storfe/svin o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kjøttsaus/kjøttretter av kjøttdeig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kjøttsaus/kjøttretter av karbonadedeig/svinekjøttdeig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kjøttsaus/kjøttretter av kylling/kalkunkjøttdeig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kjøtt av okse, lam, svin o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kylling, høne, kalkun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gryte med helt kjøtt fra okse, lam, svin o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gryte med kylling/kalkun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Taco (fylte lefser)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	liten lefse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fisk og fiskemat:												
Fiskeboller, fiskepudding o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk./skive	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fiskegrateng	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fiskekaker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fiskepinner, panert fisk o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fiskegryte/suppe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Torsk, sei, annen hvit fisk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ørret, laks, makrell, sild	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



1544

17. Hvor ofte og hvor mye middagsmat pleier barnet å spise nå?

For hver type middagsmat settes **kun** ett kryss for **hvor ofte** og **kun** ett kryss for **hvor mye** per gang. Industrifremstilt barnemat på glass/pose regnes ikke med her. Spørsmål om grønnsaker og tilbehør som poteter, ris og pasta kommer senere i skjemaet.

	Aldri/sjeldnere enn hver måned	Hvor ofte?						Hvor mye?				
		Ganger per mnd			eller	Ganger per uke			Mengde per gang			
Annen middagsmat:		1	2	3	1	2	3 el. flere		A	B	C	D
Tomatsuppe, annen suppe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pannekaker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	$\frac{1}{2}$	1	2	3
Risgrøt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 11	A	B	C	D
Pizza (1 bit = 1/8 Pizza Grandiosa)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bit	$\frac{1}{2}$	1	2	3
Omelett	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	av antall egg	$\frac{1}{2}$	1	1½	2
Vegetarrett (linsegryte, bønnegryte o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 5	A	B	C	D

Annen middagsmat, oppgi type:





1544

18. Hvor ofte og hvor mye poteter, ris, pasta, grønnsaker og saus pleier barnet å spise nå?

For hver matvaretype settes **kun** ett kryss for **hvor ofte** og **kun** ett kryss for **hvor mye** per gang. Her regnes både det som spises til middag og eventuelt til andre måltider i løpet av dagen. Industriefremstilt barnemat på glass/pose regnes ikke med her.

	Aldri/sjeldnere enn hver uke	Hvor ofte?				Hvor mye?				
		Ganger per uke	Ganger eller per uke	Ganger per dag	Ganger per dag	Mengde per gang				
		1-3	4-6	1	2 el. flere		A	B	C	D
Poteter, ris, pasta:										
Poteter, kokt/most	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pommes frites, stekte poteter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stav/båt	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>
Ris	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 11	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>
Pasta/nudler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 11	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>
Fullkornspasta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 11	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>
Hamburger-, pølsebrød, lomper	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	1/2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	1 1/2 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>
Saus og annet:										
Brun saus, hvit saus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
Smeltet margarin, smør	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
Ketchup	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	1/2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	1 1/2 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>
Rømme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	1/2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	1 1/2 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>
Grønnsaker (rå, kokte, moset):										
Gulrot	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 12	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>
Kålrot	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 12	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>
Blomkål, brokkoli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 12	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>
Frossen grønnsaksblanding	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 13	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>
Råkost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 14	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>
Spinat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
Agurk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	skiver	2 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>
Tomat (1/4 tomat = 1 cherrytomat)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	1/4 <input type="checkbox"/>	1/2 <input type="checkbox"/>	3/4 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>
Erter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
Bønner, linser o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
Mais	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
Paprika	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ringer	1/2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>
Avokado (1 bit = 1/8 avokado)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bit	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
Andre grønnsaker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					

oppgi type:





1544

19. Hvilken type fett bruker du vanligvis til matlaging (sauser, steking o.l.)?*Her kan du sette flere kryss.*

- Bruker ikke
- Smør (meierismør o.l.)
- Bremykt
- Melange
- Soft Flora, Vita
- Olivero
- Flytende margarin på flaske (Vita, Melange, Bremykt o.l.)
- Margarin fra Rema 1000, First Price, Coop o.l.
- Annen margarin
- Rapsolje
- Olivenolje
- Andre oljer (solsikke, soya, mais o.l.)

SPØRSMÅL OM INDUSTRIFREMSTILT BARNEMAT PÅ GLASS/POSE**20. Dersom barnet får industrifremstilt barnemat på glass/pose, hvor ofte og hvor mye pleier det å spise?***For hver type industrifremstilt barnemat på glass/pose settes **kun** ett kryss for **hvor ofte** og **kun** ett kryss for **hvor mye** per gang. For mengdeangivelse se på bilde 15 og 16 i bildeboken. 1 klemmepose = mengde B.*

	Aldri/sjeldnere enn hver uke	Hvor ofte?					Hvor mye?			
		Ganger per uke	eller	Ganger per dag	Menge (glass) per gang					
		1-3	4-6	1	2	3 el. flere	¼ A	½ B	¾ C	1 D
Potet/grønnsaker (uten kjøtt og fisk)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pasta/ris og grønnsaker (uten kjøtt)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pasta/ris, grønnsaker og kylling/kalkun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pasta/ris, grønnsaker og kjøtt av okse, lam, svin o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Grønnsaker og kjøtt av okse, lam, svin o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Grønnsaker og fisk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Industrifremstilt frukt-/bær-/grønnsaksmos:							¼ A	½ B	¾ C	1 D
Smoothie/frukt-/bærmos, <u>kun</u> frukt/bær	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Smoothie/frukt-/bærmos med korn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Smoothie/frukt-/bærmos med yoghurt, med/uten korn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Frukt- og grønnsaksmos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Dersom barnet får andre typer barnemat på glass/pose, oppgi type:





1544

SPØRSMÅL OM IS, KAKER, KJEKS, GODTERIER O.L.**21. Hvor ofte og hvor mye is, kaker, kjeks, godterier o.l. pleier barnet å spise nå?**For hver matvaretype settes **kun** ett kryss for **hvor ofte** og **kun** ett kryss for **hvor mye** per gang.

	Hvor ofte?							Hvor mye?				
	Aldri/sjeldnere enn hver måned	Ganger per mnd eller		Ganger per uke				Mengde per gang				
		1-3	1	2	3	4	5 el. flere		A	B	C	D
Is - fløteis (1 pinne = mengde C)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 17	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Is - saftis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	pinne	$\frac{1}{2}$	1		
Puddinger, gelé, fromasj	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 17	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Boller, skolebrød o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	1	2
Kaker (sjokoladecake, formkake, muffins o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	1	2
Vafler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	plate	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	1	$1\frac{1}{2}$
Barnekjeks (HiPP, Holle o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	1	2	4	6
Andre barnekjeks (Tom & Jerry, Eventyrkjeks, Bokstavkjeks o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	1	2	4	6
Søte kjeks (Mariekjeks, fylte kjeks o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	1	2	4	6
Smørbrødkjeks (Kornmo, Kaptein, Ritz o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	1	2	4	6
Riskaker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	1	2
Müslibar (Bixit, Mellombar, Go'morgen o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{4}$	1
Sjokolade	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bit	2	4	6	8
Smågodt, seigmenn, drops o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	2	4	6	8
Snacks (potetgull, popcorn, ostepop o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	dl	$\frac{1}{2}$	1	$1\frac{1}{2}$	2
Barnemaissnacks (Skumpinner, Maismums o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	2	4	6	8

Dersom barnet får andre typer is, kaker, kjeks, godterier o.l., oppgi type:





1544

SPØRSMÅL OM FRUKT OG BÆR

22. Hvor ofte og hvor mye frukt og bær pleier barnet å spise nå?

For hver type frukt/bær settes **kun** ett kryss for **hvor ofte** og **kun** ett kryss for **hvor mye** per gang. Frukt og bær som pålegg til brødskiver og fra industrifremstilt barnemat på glass/pose regnes ikke med her.

	Aldri/sjeldnere enn hver uke	Hvor ofte?					Hvor mye?				
		Ganger per uke	eller	Ganger per dag			Mengde per gang				
		1-3	4-6	1	2	3 el. flere		A	B	C	D
Hjemmelaget frukt- og grønnsaksmos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 16	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hjemmelaget smoothie/frukt-/bærmos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 16	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bær (friske, frosne)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	1	2	3	4
Appelsin, klementin o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	båter	2	4	6	8
Banan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{4}$	1
Eple, pære	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{4}$	1
Druer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	3	6	9	12
Annen frukt (kiwi, melonskive o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	$\frac{1}{2}$	1	2	3
Hermetisk frukt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	1	2	3	4
Rosiner (1 eske = 42 g)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	eske	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{4}$	1
Annen tørket frukt (aprikos, svsker o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk.	1	2	3	4
Fruktstang, fruktsnøre o.l. (Nestlé, Ella's, Kiddylicious o.l.) (1 pose snører = $\frac{1}{2}$ stang)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stang	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{4}$	1

SPØRSMÅL OM VANN, SAFT, JUICE O.L.

23. Hvor ofte og hvor mye vann, saft, juice o.l. pleier barnet å drikke nå?

For hver type drikk settes **kun** ett kryss for **hvor ofte** og **kun** ett kryss for **hvor mye** barnet vanligvis drikker per gang. For mengdeangivelse se på bilde 1 i bildeboken. 100 ml = 1 dl.

	Aldri/sjeldnere enn hver uke	Hvor ofte?							Hvor mye?			
		Ganger per uke	eller	Ganger per dag					Mengde (ml) per gang			
		1-3	4-6	1	2	3	4	5 el. flere	60 A	120 B	180 C	240 D
Vann	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Barnedrikk (Nestlé, HiPP, Sprett o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Saft, sukret (husholdningssaft, Kuli, Capri-Sonne o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Saft, kunstig søtet (Fun light o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Brus, sukret	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Brus, kunstig søtet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Juice, kjøpt smoothie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nektar (eplenektar o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



1544

SPØRSMÅL OM ØKOLOGISKE PRODUKTER

24. Pleier barnet å få økologiske produkter nå?

Sett **kun** ett kryss for hver matvare.

	Ja, vanligvis	Ja, av og til	Nei, sjelden/aldri
Kornprodukter/grøt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Frukt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Grønnsaker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kjøtt/kylling/kalkun/fisk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Melk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andre økologiske produkter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

SPØRSMÅL OM MÅLTIDER

25. Hvor ofte pleier barnet å spise følgende måltider i løpet av én uke?

For hver måltidstype settes **kun** ett kryss.

	Ganger per uke							
	Aldri/sjeldnere enn hver uke	1	2	3	4	5	6	Hver dag
Frokost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Formiddagsmat/lunsj	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ettermiddagsmat (måltid etter lunsj og før middag)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Middag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kveldsmat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andre måltider/mellommåltider	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
oppgi hva slags type måltid(-er):	<input type="text"/>							

26. Hvis barnet er i barnehage, hos dagmamma o.l., hvor ofte pleier det å spise følgende måltider på disse stedene i løpet av én uke?

For hver måltidstype settes **kun** ett kryss.

	Ganger per uke					
	Aldri/sjeldnere enn hver uke	1	2	3	4	5
Frokost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Formiddagsmat/lunsj	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ettermiddagsmat (måltid etter lunsj og før middag)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Middag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andre måltider/mellommåltider	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



1544

ANDRE SPØRSMÅL OM KOSTHOLDET

27. Er det noen matvarer det kunne være aktuelt å gi barnet, men som du unngår å gi fordi du er redd barnet kan reagere med allergi/intoleranse?

Sett **kun** ett kryss.

Ja

Nei \Rightarrow [Gå til spørsmål 29](#)

28. Hvilke matvarer/ingredienser i matvarer unngår du å gi barnet?

Her kan du sette flere kryss.

Glutenholdige mel/korn (hvete, rug og bygg)

Vanlig kumelk

Appelsin/appelsinjuice/annen sitrusfrukt

Fisk/skalldyr

Nøtter/nøtteprodukter (peanøttsmør o.l.)

Belgfrukter (erter, bønner o.l.)

Egg

Soya

Matvarer med tilsetningsstoffer

Annet

29. Har barnet problemer med spising/mat?

Her kan du sette flere kryss.

Nei, har ikke noen problemer

Ja, dårlig matlyst/småspist

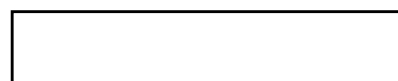
Ja, liker få matvarer

Ja, vanskelig med tilvenning til familiens kosthold

Ja, allergi/intoleranse mot enkelte matvarer

Ja, andre problemer

oppgi hvilke:





1544

SPØRSMÅL OM KOSTTILSKUDD

30. Får barnet vitamin D-tilskudd (som vitamin D-dråper/tran) eller annet kosttilskudd nå?

Sett **kun** ett kryss.

Ja

Nei, men barnet har fått vitamin D-tilskudd/kosttilskudd tidligere \Rightarrow *Gå til spørsmål 32*

Nei, barnet har aldri fått vitamin D-tilskudd/kosttilskudd \Rightarrow *Gå til spørsmål 32*

31. Hvor ofte og hvor mye vitamin D-tilskudd eller annet kosttilskudd pleier barnet å få nå?

For hver type kosttilskudd settes **kun** ett kryss for **hvor ofte** og **kun** ett kryss for **hvor mye** per gang.

Det er satt opp to mengder for en teskje: 3 ml (liten teskje) og 5 ml (stor teskje).

	Aldri/sjeldnere enn hver uke	Hvor ofte?				Hvor mye?						
		Ganger per uke		Ganger per dag		Mengde per gang						
		1-3	4-6	1	2 el. flere	1 stk	2 stk	3 stk				
Multivitamin-tabletter for barn (Nycoplus Multi Barn o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
Kalsium/kalktabletter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Vitamin C	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
Tyggetablett med omega 3 (Nycoplus geleputer o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
Vitamin D-dråper	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3 dråper	5 dråper					
Tran	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1 ts 3 ml	1 ts 5 ml	1 bs 7 ml	1 ss 10 ml			
Flytende multivitaminer (Sana-sol, Biovit og Nycoplus Multi Vitaminmikstur o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Jern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1 ts 3 ml	1 ts 5 ml	1 bs 7 ml	1 ss 10 ml	1 tablett	2 tabletter	
Joddråper	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1/2 dråpe	1 dråpe	2 dråper				
Tang-/taremél (pulver, tabletter o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1/4	knivsodd: 1/2	3/4	1	1 tablett	2 tabletter	
Annet kosttilskudd oppgi type:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1 ts 3 ml	1 ts 5 ml	1 bs 7 ml	1 ss 10 ml	1 tablett	2 tabletter	



1544

BAKGRUNNSSPØRSMÅL OM BARNET

32. Når ble barnet født i forhold til ultralydstermin?

Sett **kun** ett kryss.

I 38. svangerskapsuke eller senere

Før 38. svangerskapsuke

33. Hvem har tilsyn med/passer barnet vanligvis på dagtid (hverdager)?

Her kan du sette flere kryss.

Mor

Far

Medmor

Dagmamma

Barnehage

Besteforeldre eller annen omsorgsperson

BAKGRUNNSSPØRSMÅL OM BARNETS MOR OG FAR

34. Hva er mors alder?

Skriv inn mors alder.

år

35. Hvor mange barn har mor født?

Sett **kun** ett kryss.

1 barn

2 barn

3 barn

4 barn eller flere





1544

36. Hvilken utdanning har barnets mor og far/medmor?

Sett **kun** ett kryss for høyeste fullførte utdanning hos mor og **kun** ett kryss for høyeste fullførte utdanning hos far/medmor.

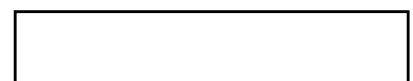
	Barnets mor	Barnets far/ medmor
9/10-årig grunnskole eller kortere	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9/10-årig grunnskole og folkehøgskole eller annen ett-årig utdanning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Videregående opplæring (videregående skole/gymnas/fagbrev/svennebrev)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fagskole	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Høgskole- eller universitetsutdanning på 4 år eller mindre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Høgskole- eller universitetsutdanning på mer enn 4 år	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Annet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vet ikke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

37. Hvordan var mors arbeidssituasjon før barnet ble født og hvordan er arbeidssituasjonen hennes nå?

Sykemeldinger i forbindelse med svangerskapet skal ikke regnes med. Dersom flere alternativer passer, kryss av for det alternativet som passer best.

Sett **kun** ett kryss for arbeidssituasjon før fødsel og **kun** ett kryss for arbeidssituasjon nå.

	Før	Nå
Inntektsgivende arbeid heltid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Inntektsgivende arbeid deltid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sykemeldt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Permisjon	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ufør	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Under arbeidsavklaring	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hjemmearbeidende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Student/skoleelev	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbeidsledig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Annet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





1544

38. Har mor et vegetarisk kosthold?

Sett **kun** ett kryss.

- Nei
-
- Ja, mor er vegetarianer og inkluderer melkeprodukter og egg i kosten (ovolakto-vegetarianer)
-
- Ja, mor er vegetarianer og inkluderer melkeprodukter, men ikke egg i kosten (lakto-vegetarianer)
-
- Ja, mor er vegetarianer og utelater alle melkeprodukter og egg fra kosten (veganer)

39. Har barnet et vegetarisk kosthold?

Sett **kun** ett kryss.

- Nei
-
- Ja, barnet er vegetarianer og inkluderer melkeprodukter og egg i kosten (ovolakto-vegetarianer)
-
- Ja, barnet er vegetarianer og inkluderer melkeprodukter, men ikke egg i kosten (lakto-vegetarianer)
-
- Ja, barnet er vegetarianer og utelater alle melkeprodukter og egg fra kosten (veganer)

40. Hvordan er mors familiesituasjon?

Sett **kun** ett kryss.

- Samboer
-
- Gift
-
- Bor alene med barnet/barna
-
- Annet

41. Røyker mor nå?

Sett **kun** ett kryss.

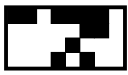
- Nei
-
- Ja, av og til (ikke hver dag)
-
- Ja, 1-9 sigaretter per dag
-
- Ja, 10 sigaretter eller flere per dag

42. Bruker mor snus nå?

Sett **kun** ett kryss.

- Nei
-
- Ja, av og til
-
- Ja, daglig





1544

43. Har barnets foreldre eller søsken astma/allergi, eller har de hatt slike plager tidligere?

Her kan du sette flere kryss.

Nei

 Mor har/har hatt astma/allergi

 Far har/har hatt astma/allergi

 Barnets søsken har/har hatt astma/allergi

44. På et senere tidspunkt kan det bli aktuelt å knytte andre undersøkelser til Småbarnskost-studien. Kan vi kontakte deg igjen med forespørsel om å være med i denne typen undersøkelser?

Ja

 Nei

Tusen takk for at du tok deg tid til å besvare spørsmålene!

Spørreskjemaet postlegges i vedlagte svarkonvolutt - bildeboken skal du ikke returnere.



Vedlegg 3

Første sms:

Hei! Universitetet i Oslo har forsøkt å kontakte deg angående Småbarnskost-studien som du fikk invitasjon til å delta i for ca. 1 uke siden. Småbarnskost er en nasjonal kartlegging av kostholdet til barn på 2 år. Du kan delta ved å fylle ut spørreskjemaet på www.med.uio.no/smabarnskost. ID-nummeret ditt finner du i invitasjonsbrevet. Mangler du ID-nummer eller har du spørsmål, treffes vi på telefon 48072221 eller e-post smabarnskost@medisin.uio.no. Vennlig hilsen Universitetet i Oslo

Siste sms:

Hei! Universitetet i Oslo har forsøkt å kontakte deg angående Småbarnskost-studien som du fikk invitasjon til å delta i for ca. 1 uke siden. Småbarnskost er en nasjonal kartlegging av kostholdet til barn på 2 år. Du kan delta ved å fylle ut spørreskjemaet på www.med.uio.no/smabarnskost. ID-nummeret ditt finner du i invitasjonsbrevet. Vi vil ikke forsøke å kontakte deg over telefon flere ganger, men mangler du ID-nummer eller har du spørsmål, treffes vi på telefon 48072221 eller e-post smabarnskost@medisin.uio.no. Vennlig hilsen Universitetet i Oslo



Undersøkelse
av kostholdet
blant 2-åringer



Har du husket å besvare spørreskjemaet om kosthold blant 2-åringer?

For omkring en måned siden sendte vi deg en forespørsel om å delta i en kartlegging av kostholdet til barn på 2 år. Vi kan ikke se å ha mottatt noe svar fra deg, men håper du har anledning til å fylle ut det vedlagte spørreskjemaet.

Du kan også besvare spørreskjemaet elektronisk (se baksiden av arket for mer informasjon). Du trenger ikke fylle ut

skjemaet både elektronisk og på papir, velg det som passer deg best.

Alle deltagere som fullfører undersøkelsen vil motta et universalgavekort på 300 kroner (www.presentkort.no).

Takk!

Hvis du allerede har besvart skjemaet, takker vi for hjelpen, og du kan se bort fra denne henvendelsen!



Småbarnskost 3



Svarfrist

11. mars
2019

Hvem skal svare?

Dersom du har tvillinger eller trillinger, skal du svare for det barnet som er oppført på konvoluttet. Selv om det er mor til barnet som får forespørselen, kan selvsagt far eller andre foresatte til barnet fylle ut spørreskjemaet.

Nyttig å vite

Går barnet i barnehage, hør gjerne med barnehagen om hva barnet pleier å spise og drikke der.

Det er viktig med nøyaktige opplysninger om barnets vekt og lengde. Vi ber deg fylle ut barnets vekt og lengde ved fødsel og ved 2-årskontrollen på helsestasjonen, så sant du har disse opplysningene tilgjengelig. Dersom barnet ikke har vært på 2-årskontrollen ennå, kan du likevel fylle ut spørreskjemaet.

Deltagelse er frivillig

Det er frivillig å delta og du kan når som helst trekke deg fra undersøkelsen, men for at vi skal få et riktig bilde av kostholdet til 2-åringer i Norge, er det viktig at flest mulig av de som er trukket ut blir med. Vi kan ikke erstatte deg med en annen!

Etikk og personvern

Kontaktinformasjon til barnets mor samt mors og barnets fødselsnummer er innhentet fra Folkeregisteret. Mors telefonnummer er innhentet fra Direktoratet for forvaltning og ikt (Difi).

Alle som arbeider med undersøkelsen hos Universitetet i Oslo og Folkehelseinstituttet har taushetsplikt og vi vil

aldri offentliggjøre eller videreformidle opplysninger om hva enkeltpersoner har svart. Prosjektet er tilrådd av Personvernombudet for forskning, Norsk senter for forskningsdata.

All informasjon vil lagres ved hjelp av ID-numre. Koblingsnøkkelen mellom ID-nummer og fødselsnummer samt navn- og adresseliste vil lagres adskilt fra øvrige data. Forventet prosjektslutt er 31.12.2019. Innsamlede opplysninger skal da oppbevares med personidentifikasjon i 20 år for mulige oppfølgingsstudier og videre forskning. Du vil i så fall kontaktes for ny informasjon og samtykke. Etter 20 år vil datasettet anonymiseres med mindre vi spør deg om videre lagring og du samtykker til det.

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til å få innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg og få rettet, slettet eller få en kopi av disse. Du har også rett til å sende klage til Personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Til deg som vil besvare spørreskjemaet elektronisk

Spørreskjemaet finner du på følgende nettside:
www.med.uio.no/smabarnskost

På nettsiden klikker du på den blå knappen merket med «Svar på spørreskjema». Når du besvarer spørreskjemaet, må du benytte en personlig bruker-ID som du finner i ruten nedenfor.

Bruker-ID:

Ta gjerne kontakt hvis du lurer på noe!



Telefon/SMS
48 07 22 21



E-post
smabarnskost@medisin.uio.no



www.med.uio.no/smabarnskost



Hvem jobber med Småbarnskost 3?

Anne Lene Kristiansen
prosjektleder,
Universitetet i Oslo

Helene Astrup
prosjektmedarbeider,
Universitetet i Oslo

På forhånd
takk for hjelpen!



Småbarnskost 3



UiO : Universitetet i Oslo




Vedlegg 5

Bildehefte
Matmengder
til barn



Småbarnskost 3



Bildene i dette heftet
er tenkt som en hjelp til å oppgi
hvor mye barnet vanligvis drikker eller
spiser pr. gang.

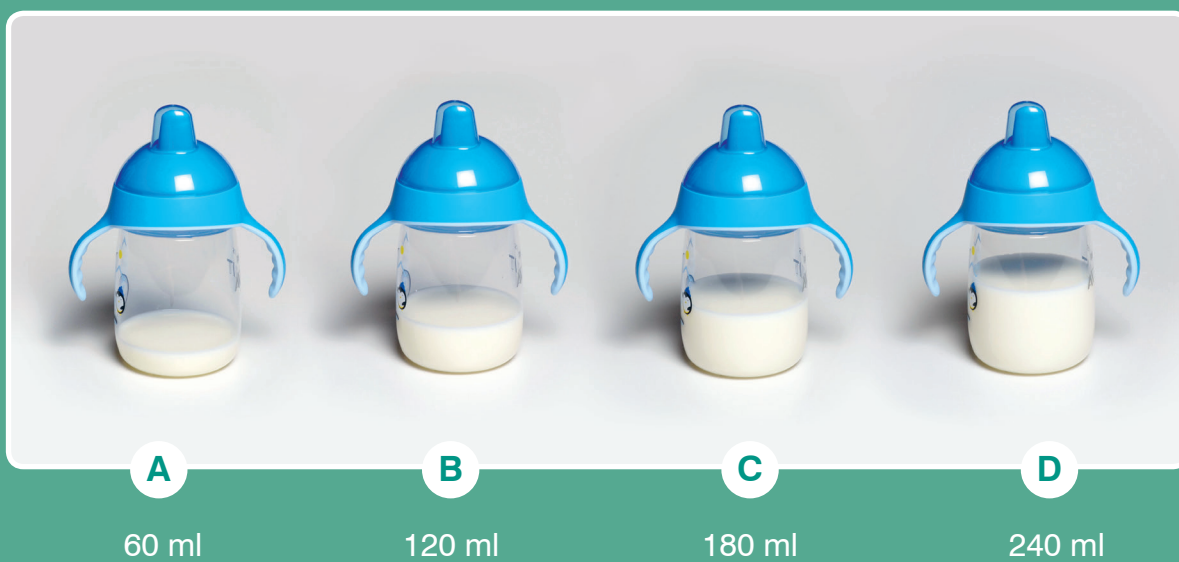
Bildene består av 4–6 alternativer
merket A, B, C, D, (E, F).

Velg det alternativet som stemmer
best med den mengden barnet
vanligvis spiser, og kryss av
i spørreskjemaet.

Omrisset av tallerkenen på bildene
er gjengitt i full størrelse
på denne siden.



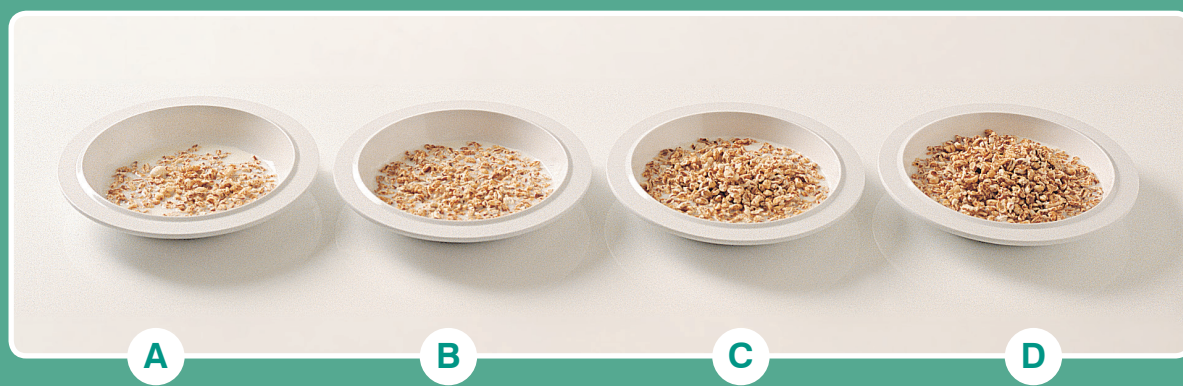
1. Drikke (melk, vann, saft, juice o.l.)



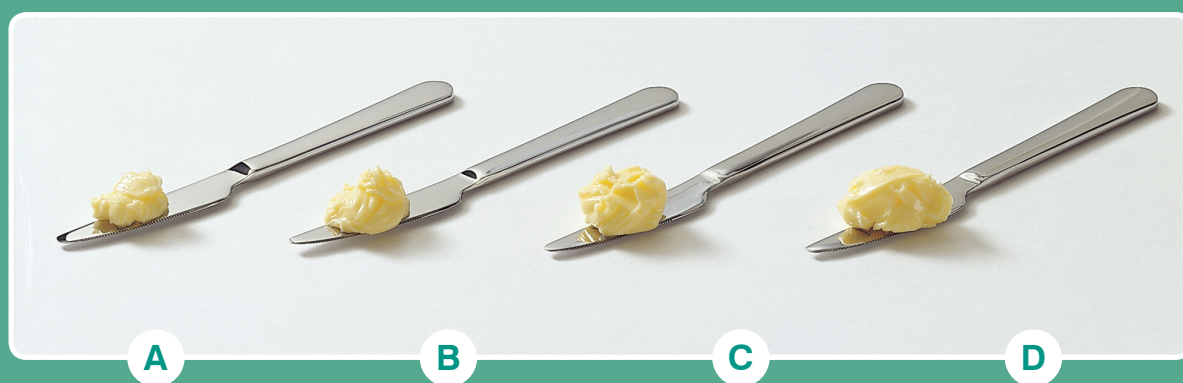
2. Grøt



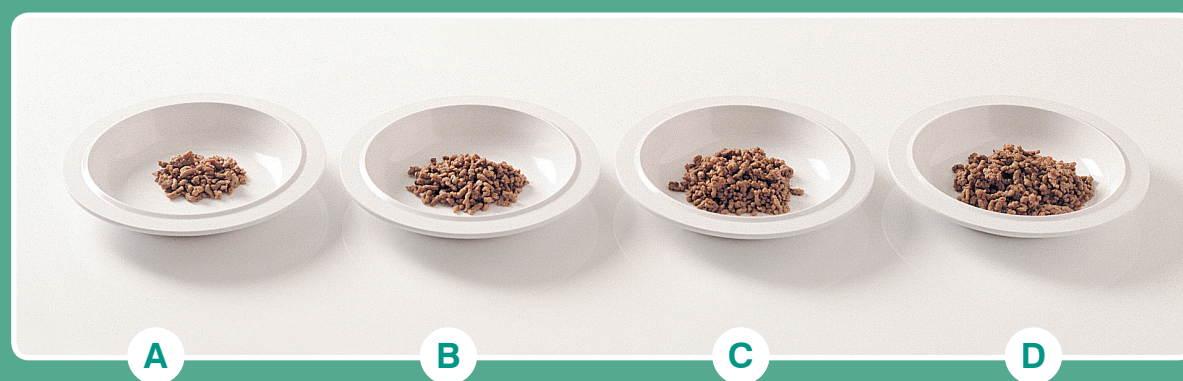
3. Kornblanding, gryn o.l. med melk



4. Margarin/smør på brød

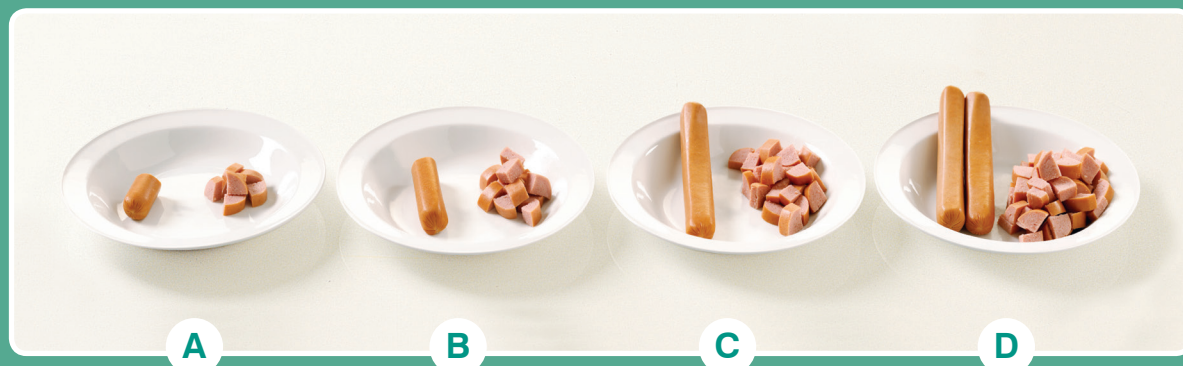


5. Kjøtt



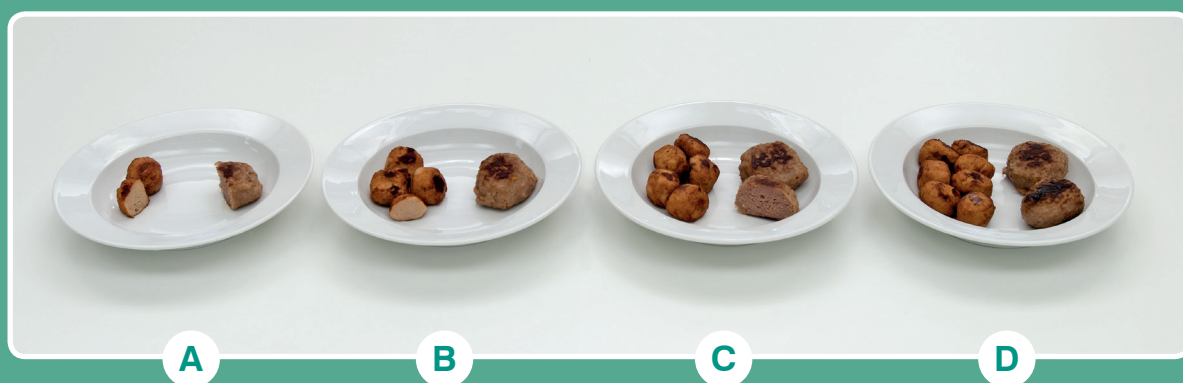
6. Pølse

Samme mengde matvare er vist i to forskjellige former.
Velg én av formene når du bestemmer porsjonsstørrelse.

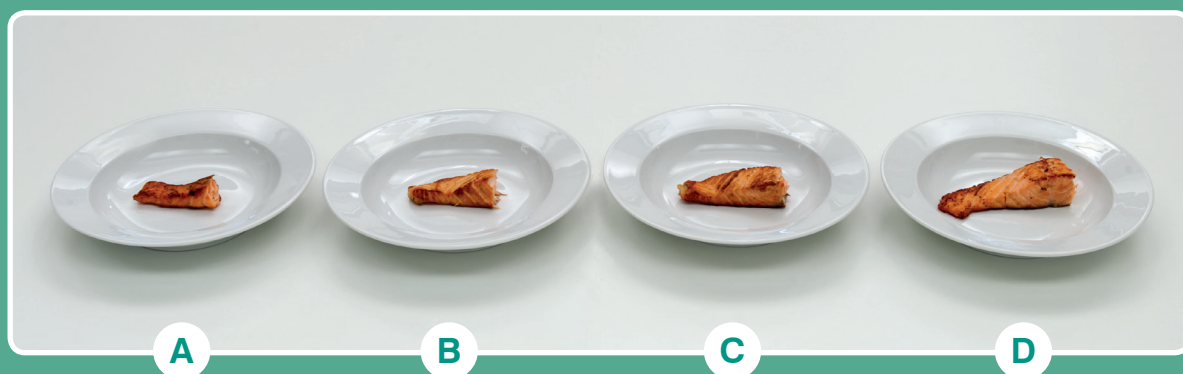


7. Kjøttkaker/boller

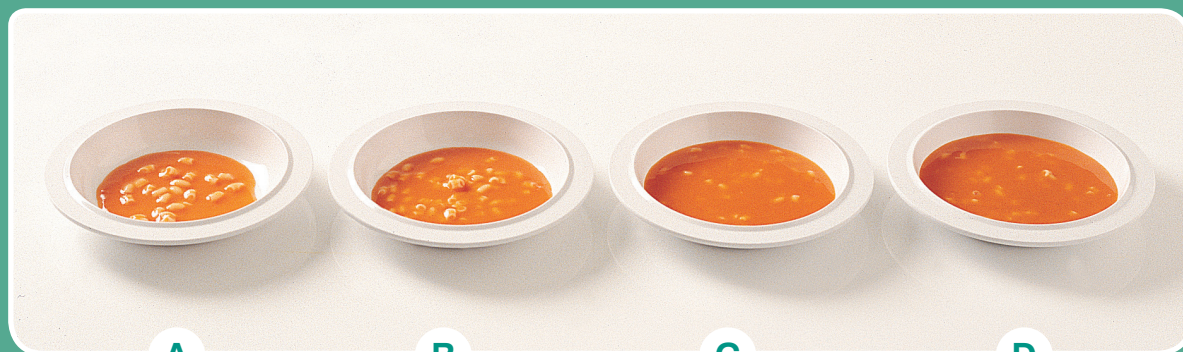
Samme mengde matvare er vist i to forskjellige former.
Velg én av formene når du bestemmer porsjonsstørrelse.



8. Fisk



9. Suppe



A

B

C

D

10. Potet-/grønnsaksmos



A

B

C

D

11. Ris, spagetti o.l.



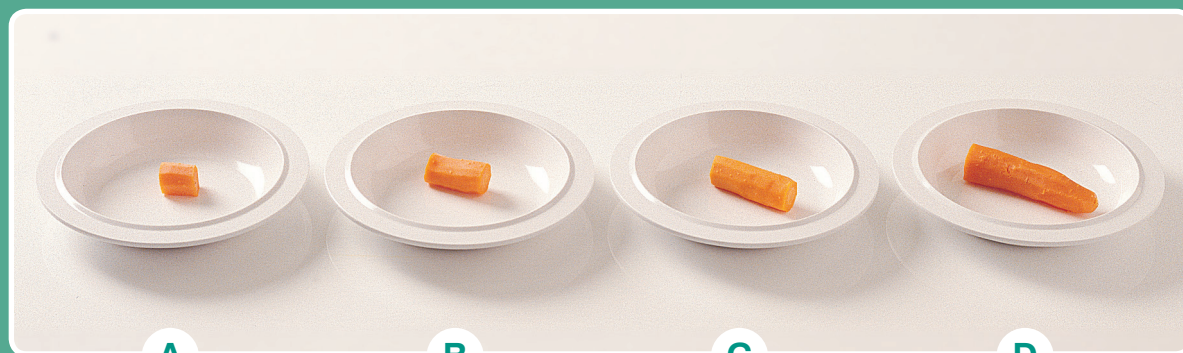
A

B

C

D

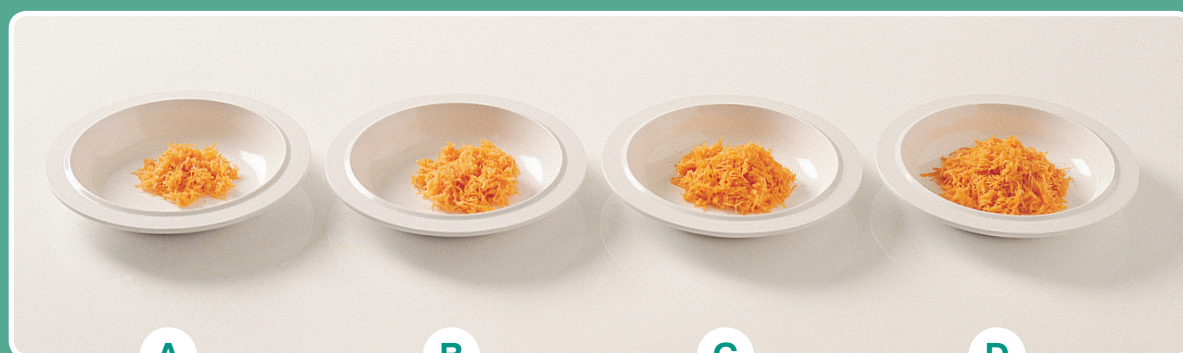
12. Grønnsaker



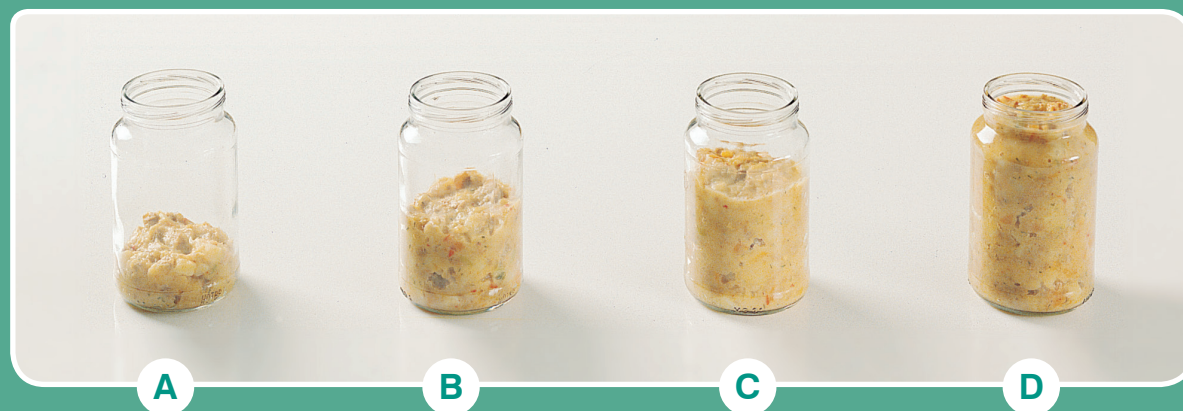
13. Grønnsaksblanding



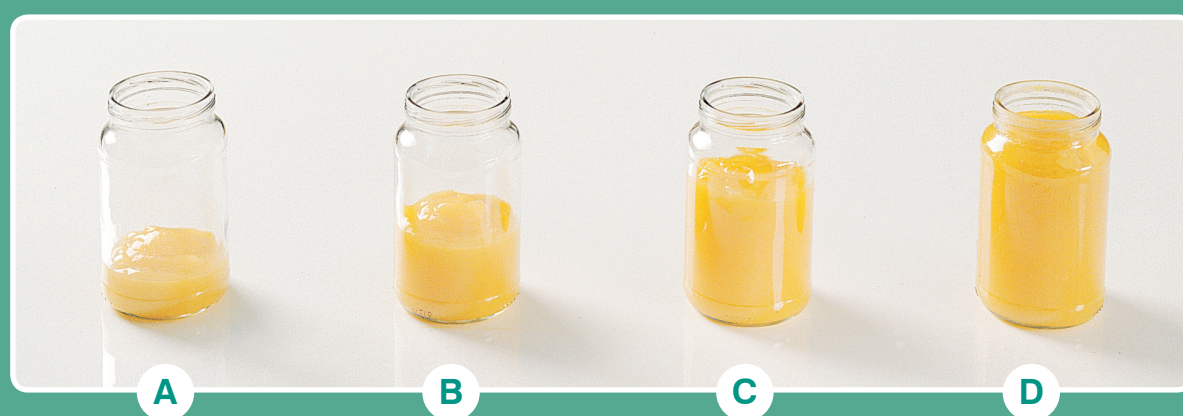
14. Råkost



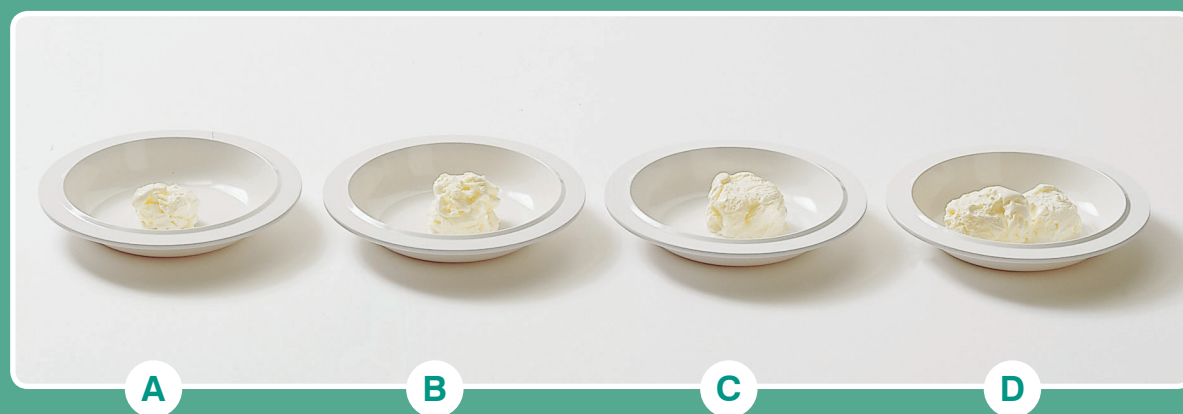
15. Middagsmat (stort glass 195 g)



16. Frukt-/bærmos (stort glass 195 g)



17. Is o.l.





Opplysninger om barnets vekt og lengde ved 2-års alder

Takk!

Tusen takk for at du besvarte spørreskjemaet om kosthold blant barn på 2 år!

Vekt og lengde

Det var ikke ført inn fullstendige opplysninger om barnets vekt og lengde i spørreskjemaet vi mottok fra deg.



For å registrere dette, går du inn på www.med.uio.no/smabarnskost og velger «Etterutfylling av vekt og lengde».

Din bruker-ID er:

Svarfrist

Fristen for besvarelse **26. mars 2019**.

Har du noen spørsmål kan du ringe oss på telefonnummer 48072221 eller skrive en e-post til smabarnskost@medisin.uio.no

På forhånd takk for hjelpen!

Med vennlig hilsen

Anne Lene Kristiansen

Anne Lene Kristiansen
Prosjektleder
Universitetet i Oslo

Helene Astrup

Helene Astrup
Prosjektmedarbeider
Universitetet i Oslo

Vedlegg 7

Småbarnskost 3 - vekt og lengde 2 år

Tusen takk for at du besvarte spørreskjemaet om kosthold blant barn på 2 år!

Det var ikke ført inn opplysninger om barnets vekt og lengde i spørreskjemaet vi mottok fra deg, vi ber derfor om at du fyller inn disse opplysningene i feltene under.

Hva er ditt ID-nummer? *

ID-nummeret finner du i brevet du fikk fra oss.

Fødselsvekt (gram):

Lengde ved fødsel (cm):

Dato for måling av vekt og lengde (2 år):

Barnets vekt (i gram) ved 2 år:

Barnets lengde (i cm) ved 2 år:

Eventuelle kommentarer:

TUSEN TAKK FOR AT DU TOK DEG TID TL Å SVARE PÅ SPØRSMÅLENE!

Vedlegg 8

Beskrivelse av matvaregruppering i Småbarnskost 3 (omhandler tabell 11 og tabell 40)

Tabell 11 og **tabell 40** i rapporten presenterer inntak av matvaregrupper hovedsakelig basert på grupperingen «Splittet tilb.ingred» i matvaredatabasen AE-18 i KBS. Med denne grupperingen splittes en rekke matvarer til sine ingredienser (for eksempel splittes pannekaker til mel, melk og egg).

Med bakgrunn i sammenligning av resultater over tid har det for enkelte hovedmatvaregrupper vært nødvendig å gjøre noen justeringer for å få resultatene til å bli mest mulig sammenlignbare.

Følgende gjelder for grønnsaker:

- I Småbarnskost 2 var poteter og grønnsaker slått sammen, dette er ikke hensiktsmessig i Småbarnskost 3 da gjeldende kostråd for grønnsaksinntak ikke lenger inkluderer inntak av poteter. For sammenligning i **tabell 40** er imidlertid potet og grønnsaker slått sammen.
- Siden vi i spørreskjemaet kun har ett spørsmål om suppe (inkluderer alle typer supper som er spist), tas ikke suppe med i totalt grønnsaksinntak, men presenteres som egen matvare i **tabell 11**. I spørreskjemaet til Småbarnskost 2 var heller ikke suppe inkludert i totalt grønnsaksinntak.
- Ketchup er heller ikke inkludert i totalt grønnsaksinntak, men presenteres som egen matvare i **tabell 11**.

Som hovedregel er mengden kjøtt presentert som rå/ustekt/ukokt vekt i rapporten. Dette gjelder imidlertid ikke for kjøttpålegg. For ren fisk (mager/halvfet og fisk, fet) er det ikke mulig å trekke ut rå fisk fra KBS uten å endre grupperingen i «Splittet tilb.ingred». For å regne om den tilberedte fisken til rå vekt, er vekten derfor korrigert tilsvarende koke-/stekesvinnet som ligger inne i den tilberedte oppskriften i KBS. Fiskeboller-, -pudding, -kaker og fiskepinner er presentert som ikke-varmebehandlet ferdig produkt (for eksempel fiskepinner/fiskekaker som ikke er stekt). Fiskesuppe og fiskegrateng splittes til ingredienser ved beregning og fisken fra disse rettene kommer ut som uspesifisert rå fisk. Fiskepålegg presenteres som tilberedt vekt.

Melk som presenteres i **tabell 11** er kun melk som er rapportert drukket under spørsmål 4. Dette er hensiktsmessig siden ikke alle retter som inkluderer melk splittes ved beregning. Melk tilsatt på frokostblanding er ikke inkludert under melkeinntaket i **tabell 11 og 40**.

Grønnsaker, frukt og yoghurt fra industrifremstilte fruktmoser, og grønnsaker og frukt fra hjemmelagde fruktmoser blir ikke splittet til ingredienser ved beregning. Ved beregning av totalt inntak av henholdsvis frukt, grønnsaker og yoghurt, er det noen utfordringer knyttet til dette ettersom noen av produktene er en blanding av frukt og grønnsaker, frukt og korn og frukt og yoghurt. Bidraget til frukt-, grønnsaks- og yoghurtinntak fra disse matvarene er derfor lagt til for hånd (regnet ut fra prosentvis innhold av frukt, grønnsaker og yoghurt). Innholdet av korn i fruktmos med korn er minimalt (3-5 %) så og disse produktene er derfor ansett å inneholde 100 % frukt. Inntaket av industrifremstilt barnemat (middagsglass) er svært lavt, og bidrag av kjøtt, fisk, grønnsaker, pasta, ris, potet fra disse middagsglassene er ikke inkludert i det totale inntaket, men presenteres som separate matvarer under industrifremstilt barnemat- middagsglass i **tabell 11 og 40**.

For sammenligning i **tabell 40** er varianten som kun inneholder grønnsaker og poteter tatt med i totalt grønnsaks- og potetinntak.

Inntak av fiskegrateng, fiskesuppe, kjøttsaus, gryteretter, taco, pannekaker, pizza, omelett og vegetarretter er ikke presentert i tabellen ettersom disse rettene splittes til ingredienser ved beregning.

Det totale brødinntaket inkluderer inntak av loff, halvgrovt brød, grovt brød, ekstragrovt brød, knekkebrød, hamburger- og pølsebrød/lomper samt lefse fra taco.

Vedlegg 9

Oversikt over matvaregrupper (omhandler tabell 11):

Drikke

Søte drikker: brus med sukker + saft med sukker + nektar

Kunstig søte drikker: brus kunstig søtet + saft kunstig søtet

Grøt

Industriefremstilt grøt/velling av pulver: Neste grøt + Semper grøt + HiPP grøt + Hollle grøt + velling

Grøt på klemmepose: Nestle', HiPP, Lillego, Lev vel, Organix + Ellas kitchen + Semper

Industriefremstilt grøt totalt: *Industriefremstilt grøt/velling av pulver + Grøt på klemmepose*

Hjemmelaget grøt: Havregrøt + grøt av grovt/sammalt mel + grøt av fint mel/semule/ris/mais + hirsegrøt

Grøt totalt: *Hjemmelaget grøt + Industriefremstilt grøt totalt*

Brød

Fint brød + halvgrovt brød + grovt brød + ekstra grovt brød + knekkebrød + hamburger-/pølsebrød/lomper + lefser fra taco (splittes ved beregning)

Poteter, pasta, ris

Poteter: poteter kokt/most + pommes frites/poter stekt

Pasta: Pasta/nudler+ fullkornspasta

Pasta og ris: Pasta/nudler + fullkornspasta + ris

Grønnsaker: Gulrot + kålrot + agurk + tomat + paprika + bønner/linser o.l. + erter + mais + spinat + avocado + frossen grønnsaksblanding + råkost + blomkål, brokkoli + grønnsaker som pålegg + prosentvis anslått andel av grønnsaker (40%) i hjemmelaget frukt- og grønnsaksmos + prosentvis anslått andel av grønnsaker (32%) i industriefremstilt frukt- og grønnsaksmos + vegetarrett + uspesifiserte grønnsaker og hermetiske grønnsaker (hermetisk tomat o.l.) fra sammensatte retter (taco, gryte o.l.)

Grønnsaker friske/frosne: Gulrot + kålrot + agurk + tomat + paprika + bønner/linser o.l. + erter + mais + spinat + avocado + frossen grønnsaksblanding + råkost + blomkål, brokkoli + grønnsaker som pålegg + uspesifiserte grønnsaker fra sammensatte retter (taco, gryte o.l.)

Frukt:

Frisk frukt: Appelsin + banan + eple/pære + druer + annen frukt (kiwi, melonskive o.l.) + frukt som pålegg

Hjemmelaget fruktmos: hjemmelaget smoothie/frukt-/bærmos + hjemmelaget frukt og grønnsaksmos

- **Fruktbidrag:** hjemmelaget smoothie/frukt-/bærmos + Andel frukt fra hjemmelaget frukt og grønnsaksmos (60%)

Industrifremstilt fruktmos: Smoothie/frukt-/bærmos + smoothie/frukt-/bærmos med korn + smoothie/frukt-/bærmos med yoghurt + industrifremstilt frukt- og grønnsaksmos

- **Fruktbidrag:** Smoothie/frukt-/bærmos + smoothie/frukt-/bærmos med korn (korn utgjør minimalt) + andel av frukt/bær fra smoothie/frukt-/bærmos med yoghurt (54%) + andel av frukt/bær fra industrifremstilt frukt- og grønnsaksmos (68%)

Tørket frukt: Rosiner + annen tørket frukt (aprikos, svsker o.l.)

Frukt totalt: *Frukt, frisk* + bær + *Hjemmelaget fruktmos + Industrifremstilt fruktmos + Tørket frukt + hermetisk frukt*

Industrifremstilt barnemat- middagsglass:

Barnemat vegetar: Potet/grønnsaker + Pasta/ris og grønnsaker

Barnemat m/rødt kjøtt: Pasta, ris, grønnsaker og kjøtt av okse, lam, svin o.l. + Grønnsaker og kjøtt av okse, lam, svin o.l.

Total: Barnemat middag: *Barnemat m/rødt kjøtt* + barnemat m/pasta/ris, grønnsaker og kylling/kalkun + *Barnemat vegetar* + Barnemat m/ grønnsaker og fisk

Kjøtt og kjøttprodukter av storfe/svin o.l.:

Leverpostei svin: Leverpostei + Mager Leverpostei (presenteres som tilberedt vekt)

Kjøttpålegg av storfe/svin: Servalat + salami + kokt skinke (presenteres som tilberedt vekt)

Kjøtt av okse, lam, svin - helt kjøtt og kjøttdeig: Inkluderer rent kjøtt av okse, lam, svin (inntak i rå vekt) og kjøtt i gryte og kjøttdeig/karbonadedeig i kjøttsaus/kjøttretter (presenteres som rå vekt)

Pølse av storfe/svin: Grill-, wiener-, kjøttpølser o.l. av storfe- og svinestorfekjøtt + Magre grill-, wiener-, kjøttpølser o.l. (presenteres som ikke-varmebehandlet ferdig produkt)

Kjøttkaker, karbonader o.l. av storfe/svin: Kjøttkaker, medisterkaker, kjøttpudding, kjøttboller av storfe/svin (ustekt vare) + hamburgere/karbonader av storfe/svin (presenteres som ikke-varmebehandlet ferdig produkt)

Kjøtt og kjøttprodukter av storfe, svin, lam o.l.: *Kjøtt av okse, lam, svin- helt kjøtt og kjøttdeig + Pølse av storfe/svin + Kjøttkaker, karbonader o.l. av storfe/svin + kjøttpålegg storfe/svin + Leverpostei svin*

Kjøtt og kjøttprodukter av kylling/kalkun:

Kylling, høne, kalkun- helt kjøtt og kjøttdeig: Inkluderer rent kjøtt av kylling, høne, kalkun (inntak i rå vekt) og kylling/kalkunkjøtt i gryte og kylling/kalkunkjøttdeig i kjøttsaus/kjøttretter (presenteres som rå vekt)

Pølser av kylling/kalkun: Presenteres som ikke-varmebehandlet ferdig produkt

Kjøttkaker, karbonader o.l. av kylling/kalkun: Presenteres som ikke-varmebehandlet ferdig produkt

Kjøtt og kjøttprodukter av kylling/kalkun: *Kylling, høne, kalkun- helt kjøtt og kjøttdeig + Pølser av kylling/kalkun + Kjøttkaker, karbonader o.l. av kylling/kalkun* + kylling/kalkunpålegg + kyllingpostei

Fisk og fiskeprodukter:

Fiskepålegg: Makrell i tomat + kaviar + svolværpostei/lofotpostei (presenteres som tilberedt vekt)

Fiskeboller, -pudding, -kaker: fiskeboller, fiskepudding o.l. + fiskekaker (presenteres som ikke-varmebehandlet ferdig produkt)

Fisk, mager/halvfet: Torsk, sei (presenteres som rå vekt)

Fisk, fet: Ørret, laks, makrell, sild (presenteres som rå vekt)

Fiskepinner: Presenteres som ikke-varmebehandlet ferdig produkt

Fisk total: *Fiskeboller, -pudding, -kaker* + fiskepinner + torsk, sei, annen hvit fisk + ørret, laks, makrell, sild + *fiskepålegg* + fisk uspesifisert (fisk fra fiskegrateng og fisk fra fiskegryte/-suppe)

Melk som drikke:

Kumelk: helmelk + lettmelk 1% + lettmelk 0,5% + skummet melk + sjokolademelk

Annen melk: Melk som er ført opp i åpent felt (inkluderer havremelk, soyamelk, rismelk, kokosmelk, mandelmelk og laktoseredusert lettmelk, styrk kakao m.m.)

Yoghurt

Fruktyoghurt: Barnefruktyoghurt + barnefruktyoghurt m/topping + fruktyoghurt + Go' morgen yoghurt + fruktyoghurt uten fett og sukker

Total Yoghurt: *Fruktyoghurt* + yoghurt naturell + Skyr mini + prosentandel yoghurt fra industrifremstilt smoothie/frukt-/bærmos med yoghurt (46%) + drikkeyoghurt

Kornblanding og gryn med melk:

Havregryn, puffet havre, puffet hvete, 4 korn o.l. + Fruktmüsli + Weetabix, Cheerios, Havre fras, All bran o.l. + Solfrokost, Crunchy müsli o.l. + cornflakes, puffet ris, Rice Krispies o.l. + Honni-Korn, Frosties, Coco pops o.l. + Müsli for barn

Ost: Hvitost + Lett/mager hvitost + Smøreost + lett/mager smøreost + brunost/prim + barnebrunost/barneprim + Lett/mager brunost/prim + ost fra splittede retter (taco og pizza)

Egg: Egg som pålegg (stekt, kokt, eggerøre) (spørsmål 16) + omelett (spørsmål 17) + egg fra splittede retter (pannekake)

Smør og margarin på brød:

Smør og Bremykt: smør + Bremykt

Lettmargarin og Brelett: lett margarin + Brelett

Margarin: Melange + Soft Flora, Vita + Margarin fra Rema 1000, First price, coop o.l. + annen margarin + Olivero

Total smør og margarin: *Smør og Bremykt + Lettmargarin og Brelett + Margarin*

Saus og annet tilbehør

Saus, rømme o.l.: Saus hvit/brun + rømme + smeltet smør

Søtsaker og snacks:

Sjokolade og godteri: Sjokolade + smågodt, seigmenn, drops o.l.

Kaker, boller, vafler og søte kjeks: Boller, skolebrød o.l. + kaker (sjokoladecake, formkake, muffins o.l.) + vafler + andre barnekjeks (Tom og Jerry, Eventyrkjeks, Bokstavkjeks o.l.) + søte kjeks (Mariekjeks, fylte kjeks o.l.)

Is, pudding, gele, fromasj: is- fløteis + Is-saftis + pudding, gele, fromasj

Søtt pålegg: Syltetøy* + lett syltetøy* + honning* + Hapå +sjokolade-, nøttepålegg o.l. + sjokoladepålegg med mindre sukker + annet søtt pålegg (Banos, Sunda o.l.)

*Inntak av syltetøy og honning inkluderer rapportert inntak under spørsmål 16 (pålegg) og spørsmål 9 (tilsetning på grøt, gryn, kornblanding o.l.)

Vedlegg 10

Tabell. Matvareinntak blant de som bruker den enkelte matvare, gjennomsnitt (SD). 10-, 25-, 50- (median), 75-, 90-, og 95-persentiler (P₁₀, P₂₅, P₅₀, P₇₅, P₉₀, P₉₅), Småbarnskost 3, n=1413

	Andel som bruker matvaren ¹ (%)	Inntak blant de som bruker matvaren (g/dag)						
		Gj.snitt (SD)	P ₁₀	P ₂₅	P ₅₀	P ₇₅	P ₉₀	P ₉₅
Grøt	79	110 (104)	29	44	73	142	228	300
Industrifremstilt grøt	29	106 (119)	26	29	61	141	249	371
Hjemmelaget grøt	68	84 (75)	29	44	58	107	150	200
Brød	100	113 (49)	60	78	108	139	174	197
Grønnsaker	100	81 (54)	25	44	68	104	152	192
Frukt og bær	100	181 (105)	70	109	158	230	321	387
Frukt, frisk	100	110 (67)	39	61	98	138	198	244
Industrifremstilt barnemat - middagsglass	6	86 (59)	28	42	57	113	170	226
Kjøtt og kjøttprodukter av storfe/svin	100	29 (17)	11	18	27	37	49	58
Kjøtt og kjøttprodukter av kylling/kalkun	91	7 (7)	1	3	5	9	15	20
Fisk og fiskeprodukter	99	33 (21)	10	19	30	44	58	70
Egg	97	12 (14)	0,5	2	8	17	30	40
Yoghurt	92	111 (90)	31	51	92	145	211	266
Brunost/prim	64	9 (9)	2	2	5	10	20	24
Hvitost/smøreost	92	14 (11)	3	7	11	19	30	35
Leverpostei svin	90	12 (10)	2	5	10	14	24	34
Kjøttpålegg storfe/svin	64	5 (5)	1	1	4	6	10	14
Fiskepålegg	63	12 (11)	4	4	9	16	25	33
Søtt pålegg	62	8 (9)	2	2	5	9	16	21
Smør og margarin ²	89	17 (9)	8	10	15	20	28	35
Kornblanding/müsli med melk	60	64 (59)	16	31	38	86	126	165
Kaker, boller, vafler, søte kjeks	94	8 (6)	2	4	7	11	15	19
Sjokolade og godteri	77	3 (2)	1	1	2	4	6	7
Kumelk som drikke	91	314 (244)	60	137	240	412	592	772
Morsmelkerstatning	6	224 (178)	44	120	180	240	480	480
Søte drikker	48	83 (121)	17	35	52	85	180	240
Kunstig søte drikker	31	102 (159)	17	35	52	103	240	360
Vann	100	477 (262)	180	300	480	600	900	960
Juice	53	55 (70)	17	35	35	52	120	170

¹ Daglig og ukentlig brukere av matvaren. For kjøtt, fisk, kaker og sjokolade/annet godteri er månedlige brukere inkludert.

² Smør/margarin brukt i matlaging er ikke inkludert.

Småbarnskost 3
gjennomføres av Universitetet i Oslo
og Folkehelseinstituttet



Småbarnskost 3



UiO • **Universitetet i Oslo**



Utgitt av Folkehelseinstituttet

Mai 2020

Postboks 4404 Nydalen

NO-0403 Oslo

Telefon: 21 07 70 00

Rapporten kan lastes ned gratis fra

Folkehelseinstituttets nettsider

www.fhi.no