

Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf naar leeftijd en geslacht; resultaten van VCP 2019-2021

Dit document presenteert hoeveel door 1-79-jarigen van iedere productgroep van de Richtlijnen Schijf van Vijf wordt gegeten of gedronken. Daarnaast wordt weergegeven hoeveel gram van deze consumptie per productgroep binnen de Schijf van Vijf valt en het percentage deelnemers dat de aanbeveling van het Voedingscentrum haalt. Deze resultaten worden gegeven per geslacht voor de verschillende leeftijdsgroepen.

- Tabel 1 overzicht per leeftijd-geslachtsgroep
- Tabel 2 overzicht per Schijf van 5 groep

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Jongens 1-3 jaar	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	85	30	54	78	109	165	75	53	50 100	79	48
Jongens 1-3 jaar	Groente (g/dag)- Schijf	78	26	48	71	101	157	75	46	50 100	73	47
Jongens 1-3 jaar	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	177	53	112	165	230	340	150	57			
Jongens 1-3 jaar	Fruit (g/dag)- Schijf	171	50	107	161	222	330	150	55			
Jongens 1-3 jaar	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	39	11	22	34	50	83	53	22			
Jongens 1-3 jaar	Aardappelen (g/dag)- Schijf	25	3	10	20	35	69	53	11			
Jongens 1-3 jaar	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	104	41	70	98	131	189	88	59	70 105	75	31
Jongens 1-3 jaar	Brood (g/dag)- Schijf	74	18	44	69	98	149	88	32	70 105	49	29
Jongens 1-3 jaar	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	36	4	13	27	49	98	38	36			
Jongens 1-3 jaar	Graanproducten (g/dag)- Schijf	7	0	0	1	6	39	38	5			
Jongens 1-3 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	72	24	45	66	92	142	120	10	60 120	57	47
Jongens 1-3 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	35	3	13	27	49	93	120	2	60 120	17	15

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

								% ≥aan- beveling			%>onder grens		
Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	Range Sv5	% binnen range	% binnen range Sv5		
Jongens 1-3 jaar	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	3	0	0	1	3	13	4	20				
Jongens 1-3 jaar	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	7	0	1	4	9	24	15	12				
Jongens 1-3 jaar	Noten (g/dag)- Schijf	2	0	0	0	1	9	15	2				
Jongens 1-3 jaar	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	41	15	26	38	51	79	35	55				
Jongens 1-3 jaar	Vlees (g/dag)- Schijf	6	1	2	5	9	18	35	1				
Jongens 1-3 jaar	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	7	0	1	3	9	28	7	31				
Jongens 1-3 jaar	Vis (g/dag)- Schijf	7	0	1	3	9	28	7	31				
Jongens 1-3 jaar	Ei (g/dag)- Schijf ^b	7	0	2	4	9	22	11	19	7	14	34	21
Jongens 1-3 jaar	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	401	116	248	378	522	778	300	65				
Jongens 1-3 jaar	Melkproducten (g/dag)- Schijf	261	18	118	228	369	616	300	37				
Jongens 1-3 jaar	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	15	2	7	12	20	35	0	100				
Jongens 1-3 jaar	Kaas (g/dag)- Schijf	4	0	0	1	5	14	0	100				
Jongens 1-3 jaar	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	17	5	10	15	22	36	30	10				

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

								% ≥aan- beveling		Range		%>onder grens	
Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	beveling Sv5	Sv5	Sv5	range	% binnen range Sv5
Jongens 1-3 jaar	Vetten (g/dag)- Schijf	11	2	6	9	14	25	30	2				
Jongens 1-3 jaar	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	637	224	418	590	814	1206	636	44				
Jongens 1-3 jaar	Dranken (g/dag)- Schijf	305	18	96	219	423	879	636	12				
Jongens 1-3 jaar	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	7	0	0	1	7	35						
Jongens 1-3 jaar	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	9	2	4	7	12	23						
Jongens 1-3 jaar	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	52	13	28	45	68	117						
Jongens 1-3 jaar	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	16	2	6	12	21	40						
Jongens 1-3 jaar	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	8	0	0	1	5	37						
Meisjes 1-3 jaar	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	79	23	45	69	104	167	75	45	50	100	70	43
Meisjes 1-3 jaar	Groente (g/dag)- Schijf	74	20	41	64	96	161	75	40	50	100	65	42
Meisjes 1-3 jaar	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	179	70	128	172	224	309	150	63				
Meisjes 1-3 jaar	Fruit (g/dag)- Schijf	166	61	114	158	208	298	150	55				
Meisjes 1-3 jaar	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	34	9	19	29	44	72	53	15				

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Meisjes 1-3 jaar	Aardappelen (g/dag)- Schijf	22	3	9	17	30	57	53	7			
Meisjes 1-3 jaar	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	96	43	68	91	118	166	88	54	70	105	37
Meisjes 1-3 jaar	Brood (g/dag)- Schijf	68	21	45	64	88	127	88	25	70	105	30
Meisjes 1-3 jaar	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	34	5	14	27	45	90	38	33			
Meisjes 1-3 jaar	Graanproducten (g/dag)- Schijf	8	0	0	2	9	35	38	4			
Meisjes 1-3 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	68	24	44	62	86	129	120	7	60	120	46
Meisjes 1-3 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	32	6	15	26	43	80	120	1	60	120	11
Meisjes 1-3 jaar	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	3	0	0	1	4	11	4	24			
Meisjes 1-3 jaar	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	6	0	1	4	9	21	15	11			
Meisjes 1-3 jaar	Noten (g/dag)- Schijf	2	0	0	0	2	10	15	2			
Meisjes 1-3 jaar	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	39	13	24	35	50	76	35	51			
Meisjes 1-3 jaar	Vlees (g/dag)- Schijf	9	0	2	6	12	28	35	2			

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

								% ≥aan- beveling		Range		%>onder grens		% binnen
Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	Sv5	Sv5	Sv5	range	range	range Sv5
Meisjes 1-3 jaar	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	6	0	1	3	8	20	7	27					
Meisjes 1-3 jaar	Vis (g/dag)- Schijf	6	0	1	3	8	20	7	27					
Meisjes 1-3 jaar	Ei (g/dag)- Schijf ^b	7	0	2	4	9	22	11	20	7	14	34	21	
Meisjes 1-3 jaar	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	353	107	220	327	459	692	300	56					
Meisjes 1-3 jaar	Melkproducten (g/dag)- Schijf	213	12	90	185	303	516	300	26					
Meisjes 1-3 jaar	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	14	3	8	12	18	31	0	100					
Meisjes 1-3 jaar	Kaas (g/dag)- Schijf	3	0	0	1	4	13	0	100					
Meisjes 1-3 jaar	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	15	5	10	14	19	29	30	4					
Meisjes 1-3 jaar	Vetten (g/dag)- Schijf	10	2	5	8	13	22	30	1					
Meisjes 1-3 jaar	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	628	248	423	583	783	1156	636	43					
Meisjes 1-3 jaar	Dranken (g/dag)- Schijf	331	29	122	255	460	901	636	13					
Meisjes 1-3 jaar	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	7	0	0	2	8	32							
Meisjes 1-3 jaar	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	9	2	4	7	12	23							

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Meisjes 1-3 jaar	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	46	10	23	39	61	106					
Meisjes 1-3 jaar	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	15	2	7	12	20	38					
Meisjes 1-3 jaar	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	13	0	1	3	9	61					
Jongens 4-11 jaar	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	100	37	65	92	125	190	4-8 jr: 125 9-11 jr: 175	18	100 150	150 200	32 22
Jongens 4-11 jaar	Groente (g/dag)- Schijf	92	32	58	83	116	180	4-8 jr: 125 9-11 jr: 175	14	100 150	150 200	26 18
Jongens 4-11 jaar	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	152	28	86	140	204	317	4-8 jr: 150 9-11 jr: 200	39			
Jongens 4-11 jaar	Fruit (g/dag)- Schijf	145	21	80	135	196	305	4-8 jr: 150 9-11 jr: 200	37			
Jongens 4-11 jaar	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	57	18	35	51	73	115	4-8 jr: 88 9-11 jr: 158	8			
Jongens 4-11 jaar	Aardappelen (g/dag)- Schijf	33	4	14	26	45	84	4-8 jr: 88 9-11 jr: 158	2			
Jongens 4-11 jaar	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	148	70	108	142	180	250	4-8 jr: 105 9-11 jr: 193	55	70 175	140 210	71 36
Jongens 4-11 jaar	Brood (g/dag)- Schijf	93	19	57	88	123	186	4-8 jr: 105 9-11 jr: 193	24	70 175	140 210	43 32
Jongens 4-11 jaar	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	51	6	20	40	69	136	4-8 jr: 63 9-11 jr: 113	20			

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Jongens 4-11 jaar	Graanproducten (g/dag)- Schijf	11	0	0	0	7	61	4-8 jr: 63 9-11 jr: 113	4			
Jongens 4-11 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	108	40	72	101	135	199	4-8 jr: 150 9-11 jr: 270	4	120 180 240 300	19	15
Jongens 4-11 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	44	4	17	35	62	118	4-8 jr: 150 9-11 jr: 270	0	120 180 240 300	3	2
Jongens 4-11 jaar	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	4	0	0	1	5	19	4-8 jr: 12 9-11 jr: 17	9			
Jongens 4-11 jaar	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	8	0	1	4	12	30	4-8 jr: 15 9-11 jr: 25	14			
Jongens 4-11 jaar	Noten (g/dag)- Schijf	2	0	0	0	1	12	4-8 jr: 15 9-11 jr: 25	3			
Jongens 4-11 jaar	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	65	27	44	61	81	119	4-8 jr: 35 9-11 jr: 72	70			
Jongens 4-11 jaar	Vlees (g/dag)- Schijf	14	2	6	11	19	37	4-8 jr: 35 9-11 jr: 72	3			
Jongens 4-11 jaar	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	7	0	1	3	9	28	4-8 jr: 8 9-11 jr: 14	24			
Jongens 4-11 jaar	Vis (g/dag)- Schijf	7	0	1	3	9	28	4-8 jr: 8 9-11 jr: 14	24			
Jongens 4-11 jaar	Ei (g/dag)- Schijf ^b	10	1	3	7	13	29	18	15	14 21	23	11
Jongens 4-11 jaar	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	374	95	224	348	492	746	4-8 jr: 300 9-11 jr: 450	49			

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Jongens 4-11 jaar	Melkproducten (g/dag)- Schijf	232	8	85	197	336	584	4-8 jr: 300 9-11 jr: 450	24			
Jongens 4-11 jaar	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	21	4	11	18	28	48	20	44			
Jongens 4-11 jaar	Kaas (g/dag)- Schijf	4	0	0	2	6	18	20	4			
Jongens 4-11 jaar	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	18	5	11	16	23	37	4-8 jr: 30 9-11 jr: 45	8			
Jongens 4-11 jaar	Vetten (g/dag)- Schijf	11	2	6	9	15	26	4-8 jr: 30 9-11 jr: 45	2			
Jongens 4-11 jaar	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	1038	439	722	983	1286	1833	4-8 jr: 850 9-11 jr: 1100	54			
Jongens 4-11 jaar	Dranken (g/dag)- Schijf	534	65	226	434	732	1370	4-8 jr: 850 9-11 jr: 1100	14			
Jongens 4-11 jaar	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	14	0	0	4	16	64					
Jongens 4-11 jaar	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	19	4	9	16	25	45					
Jongens 4-11 jaar	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	85	26	51	76	108	176					
Jongens 4-11 jaar	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	22	2	9	17	29	56					
Jongens 4-11 jaar	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	3	0	0	1	3	11					
Meisjes 4-11 jaar	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	104	34	63	94	134	210	4-8 jr: 125 9-11 jr: 175	22	100 150 150 200	36	22

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Meisjes 4-11 jaar	Groente (g/dag)- Schijf	97	28	57	86	125	201	4-8 jr: 125 9-11 jr: 175	19	100 150 150 200	30	19
Meisjes 4-11 jaar	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	153	46	100	146	197	284	4-8 jr: 150 9-11 jr: 200	40			
Meisjes 4-11 jaar	Fruit (g/dag)- Schijf	148	40	95	141	193	281	4-8 jr: 150 9-11 jr: 200	38			
Meisjes 4-11 jaar	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	49	15	29	44	63	99	4-8 jr: 88 9-11 jr: 140	5			
Meisjes 4-11 jaar	Aardappelen (g/dag)- Schijf	29	5	13	24	40	74	4-8 jr: 88 9-11 jr: 140	1			
Meisjes 4-11 jaar	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	124	62	94	119	149	202	4-8 jr: 105 9-11 jr: 158	49	70 140 140 175	72	47
Meisjes 4-11 jaar	Brood (g/dag)- Schijf	75	19	48	72	98	141	4-8 jr: 105 9-11 jr: 158	14	70 140 140 175	37	33
Meisjes 4-11 jaar	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	47	7	20	37	62	119	4-8 jr: 63 9-11 jr: 100	19			
Meisjes 4-11 jaar	Graanproducten (g/dag)- Schijf	9	0	0	2	9	40	4-8 jr: 63 9-11 jr: 100	1			
Meisjes 4-11 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	93	38	63	87	116	168	4-8 jr: 150 9-11 jr: 240	2	120 180 180 300	14	13
Meisjes 4-11 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	38	7	19	32	51	92	4-8 jr: 150 9-11 jr: 240	0	120 180 180 300	1	1

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

								% ≥aan- beveling		Range		%>onder grens		% binnen	
Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	Sv5	Sv5	Sv5		range	range	Sv5
Meisjes 4-11 jaar	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	4	0	1	2	4	13	4-8 jr: 12 9-11 jr: 17	5						
Meisjes 4-11 jaar	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	6	0	1	3	9	24	4-8 jr: 15 9-11 jr: 25	10						
Meisjes 4-11 jaar	Noten (g/dag)- Schijf	2	0	0	0	1	10	4-8 jr: 15 9-11 jr: 25	2						
Meisjes 4-11 jaar	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	56	21	37	52	70	103	4-8 jr: 35 9-11 jr: 72	59						
Meisjes 4-11 jaar	Vlees (g/dag)- Schijf	12	1	4	8	16	36	4-8 jr: 35 9-11 jr: 72	3						
Meisjes 4-11 jaar	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	6	0	1	3	8	22	4-8 jr: 8 9-11 jr: 14	20						
Meisjes 4-11 jaar	Vis (g/dag)- Schijf	6	0	1	3	8	22	4-8 jr: 8 9-11 jr: 14	20						
Meisjes 4-11 jaar	Ei (g/dag)- Schijf ^b	10	0	3	7	13	30	18	16	14	21	24		12	
Meisjes 4-11 jaar	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	305	75	181	279	403	619	4-8 jr: 300 9-11 jr: 450	37						
Meisjes 4-11 jaar	Melkproducten (g/dag)- Schijf	186	6	63	156	273	477	4-8 jr: 300 9-11 jr: 450	16						
Meisjes 4-11 jaar	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	19	5	11	17	25	42	20	40						
Meisjes 4-11 jaar	Kaas (g/dag)- Schijf	4	0	0	2	6	17	20	3						

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Meisjes 4-11 jaar	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	15	5	10	14	19	30	4-8 jr: 30 9-11 jr: 40	3			
Meisjes 4-11 jaar	Vetten (g/dag)- Schijf	9	2	5	8	12	21	4-8 jr: 30 9-11 jr: 40	1			
Meisjes 4-11 jaar	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	992	432	702	940	1222	1727	4-8 jr: 850 9-11 jr: 900	58			
Meisjes 4-11 jaar	Dranken (g/dag)- Schijf	608	95	298	522	825	1411	4-8 jr: 850 9-11 jr: 900	22			
Meisjes 4-11 jaar	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	15	0	1	6	19	58					
Meisjes 4-11 jaar	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	19	4	10	15	24	43					
Meisjes 4-11 jaar	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	81	25	50	73	104	163					
Meisjes 4-11 jaar	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	18	2	8	15	25	46					
Meisjes 4-11 jaar	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	3	0	1	2	4	12					
Jongens 12-17 jaar	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	115	44	77	106	144	216	12-13 jr: 175 14-17 jr: 250	5	150 200	8	5
Jongens 12-17 jaar	Groente (g/dag)- Schijf	106	38	68	97	133	203	12-13 jr: 175 14-17 jr: 250	4	150 200	6	4
Jongens 12-17 jaar	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	113	8	48	97	161	274	200	15			
Jongens 12-17 jaar	Fruit (g/dag)- Schijf	106	5	40	91	153	265	200	13			

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Jongens 12-17 jaar	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	70	24	45	64	89	137	12-13 jr: 158 14-17 jr: 210	1			
Jongens 12-17 jaar	Aardappelen (g/dag)- Schijf	39	5	16	31	53	99	12-13 jr: 158 14-17 jr: 210	0			
Jongens 12-17 jaar	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	162	79	120	155	197	271	12-13 jr: 193 14-17 jr: 245	15	175 210	210 280	25 16
Jongens 12-17 jaar	Brood (g/dag)- Schijf	95	14	54	89	128	196	12-13 jr: 193 14-17 jr: 245	3	175 210	210 280	5 4
Jongens 12-17 jaar	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	68	8	28	55	93	174	12-13 jr: 113 14-17 jr: 150	11			
Jongens 12-17 jaar	Graanproducten (g/dag)- Schijf	12	0	0	0	8	66	12-13 jr: 113 14-17 jr: 150	1			
Jongens 12-17 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	136	56	95	129	169	242	12-13 jr: 270 14-17 jr: 360	0	240 -	300	2 1
Jongens 12-17 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	51	4	19	40	71	136	12-13 jr: 270 14-17 jr: 360	0	240 -	300	0 0
Jongens 12-17 jaar	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	5	0	0	2	6	23	17 19	9			
Jongens 12-17 jaar	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	11	0	1	6	15	38	25	13			
Jongens 12-17 jaar	Noten (g/dag)- Schijf	3	0	0	0	2	15	25	2			

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

								% ≥aan- beveling		Range		%>onder grens	
Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	Sv5	Sv5		range	% binnen range Sv5
Jongens 12-17 jaar	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	87	40	62	82	107	152	72	62				
Jongens 12-17 jaar	Vlees (g/dag)- Schijf	24	5	12	20	32	60	72	2				
Jongens 12-17 jaar	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	8	0	1	4	10	29	14	17				
Jongens 12-17 jaar	Vis (g/dag)- Schijf	8	0	1	3	9	29	14	17				
Jongens 12-17 jaar	Ei (g/dag)- Schijf ^b	13	1	4	9	17	37	18	24	14	21	33	15
Jongens 12-17 jaar	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	335	63	186	306	453	704	12-13 jr: 450 14-17 jr: 600	15				
Jongens 12-17 jaar	Melkproducten (g/dag)- Schijf	199	4	56	159	294	543	12-13 jr: 450 14-17 jr: 600	6				
Jongens 12-17 jaar	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	26	5	14	23	35	59	12-13 jr: 20 14-17 jr: 40	31				
Jongens 12-17 jaar	Kaas (g/dag)- Schijf	5	0	0	2	6	19	12-13 jr: 20 14-17 jr: 40	2				
Jongens 12-17 jaar	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	19	6	11	17	24	39	12-13 jr: 45 14-17 jr: 55	1				
Jongens 12-17 jaar	Vetten (g/dag)- Schijf	12	2	6	10	15	27	12-13 jr: 45 14-17 jr: 55	0				
Jongens 12-17 jaar	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	1480	748	1111	1428	1795	2399	12-13 jr: 1100 14-17 jr: 1300	66				
Jongens 12-17 jaar	Dranken (g/dag)- Schijf	821	158	420	712	1107	1850	12-13 jr: 1100 14-17 jr: 1300	20				

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Jongens 12-17 jaar	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	19	0	1	5	23	83					
Jongens 12-17 jaar	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	29	8	16	25	38	64					
Jongens 12-17 jaar	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	102	31	62	91	131	210					
Jongens 12-17 jaar	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	23	2	9	17	31	62					
Jongens 12-17 jaar	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	4	0	0	2	5	16					
Meisjes 12-17 jaar	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	122	42	77	111	156	240	12-13 jr: 175 14-17 jr: 250	8	150 200	12	5
Meisjes 12-17 jaar	Groente (g/dag)- Schijf	113	36	68	101	146	231	12-13 jr: 175 14-17 jr: 250	7	150 200	10	4
Meisjes 12-17 jaar	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	123	24	71	115	164	251	200	14			
Meisjes 12-17 jaar	Fruit (g/dag)- Schijf	120	19	65	110	163	252	200	14			
Meisjes 12-17 jaar	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	56	18	35	51	73	111	12-13 jr: 140 14-17 jr: 158	1			
Meisjes 12-17 jaar	Aardappelen (g/dag)- Schijf	33	5	15	27	44	81	12-13 jr: 140 14-17 jr: 158	0			
Meisjes 12-17 jaar	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	127	63	96	123	153	205	158	22	140 175	35	22
Meisjes 12-17 jaar	Brood (g/dag)- Schijf	67	11	38	64	91	136	158	2	140 175	4	3

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Meisjes 12-17 jaar	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	56	9	25	46	75	140	12-13 jr: 100 14-17 jr: 113	11			
Meisjes 12-17 jaar	Graanproducten (g/dag)- Schijf	9	0	0	1	9	43	12-13 jr: 100 14-17 jr: 113	1			
Meisjes 12-17 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	111	49	79	105	137	192	12-13 jr: 240 14-17 jr: 270	0	180 300 240 300	3	3
Meisjes 12-17 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	40	7	19	33	54	98	12-13 jr: 240 14-17 jr: 270	0	180 300 240 300	0	0
Meisjes 12-17 jaar	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	4	0	1	2	5	14	17	3			
Meisjes 12-17 jaar	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	7	0	1	3	10	25	25	5			
Meisjes 12-17 jaar	Noten (g/dag)- Schijf	2	0	0	0	2	10	25	1			
Meisjes 12-17 jaar	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	67	28	46	62	83	119	72	37			
Meisjes 12-17 jaar	Vlees (g/dag)- Schijf	17	1	6	12	23	47	72	1			
Meisjes 12-17 jaar	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	7	0	1	4	10	25	14	16			
Meisjes 12-17 jaar	Vis (g/dag)- Schijf	7	0	2	4	10	25	14	15			
Meisjes 12-17 jaar	Ei (g/dag)- Schijf ^b	11	1	3	8	15	33	18	20	14 21	29	14

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Meisjes 12-17 jaar	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	255	52	138	230	344	545	450	11			
Meisjes 12-17 jaar	Melkproducten (g/dag)- Schijf	153	2	38	117	231	427	450	4			
Meisjes 12-17 jaar	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	25	7	14	22	33	52	12-13 jr: 20 14-17 jr: 40	28			
Meisjes 12-17 jaar	Kaas (g/dag)- Schijf	5	0	0	2	8	21	12-13 jr: 20 14-17 jr: 40	2			
Meisjes 12-17 jaar	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	16	6	10	14	20	30	40	1			
Meisjes 12-17 jaar	Vetten (g/dag)- Schijf	9	2	5	8	12	21	40	0			
Meisjes 12-17 jaar	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	1416	734	1063	1361	1709	2297	12-13 jr: 900 14-17 jr: 1000	83			
Meisjes 12-17 jaar	Dranken (g/dag)- Schijf	958	258	561	872	1263	1963	12-13 jr: 900 14-17 jr: 1000	43			
Meisjes 12-17 jaar	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	22	0	3	12	29	79					
Meisjes 12-17 jaar	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	26	7	15	22	34	58					
Meisjes 12-17 jaar	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	92	31	58	84	117	181					
Meisjes 12-17 jaar	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	18	2	7	15	25	47					
Meisjes 12-17 jaar	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	4	0	1	2	4	13					

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

									% ≥aan- beveling	Range		%>onder grens		% binnen
Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	Sv5	Sv5	Sv5	range	range	Sv5
Mannen 18-50 jaar	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	154	64	106	144	192	277	250	9					
Mannen 18-50 jaar	Groente (g/dag)- Schijf	140	55	93	130	175	259	250	6					
Mannen 18-50 jaar	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	110	7	44	94	158	272	200	14					
Mannen 18-50 jaar	Fruit (g/dag)- Schijf	105	4	37	89	153	262	200	13					
Mannen 18-50 jaar	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	77	27	49	70	97	147	210	3					
Mannen 18-50 jaar	Aardappelen (g/dag)- Schijf	46	5	19	37	64	119	210	1					
Mannen 18-50 jaar	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	155	74	114	148	189	260	245	7	210	280	16		13
Mannen 18-50 jaar	Brood (g/dag)- Schijf	95	12	52	89	129	196	245	1	210	280	3		3
Mannen 18-50 jaar	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	90	13	41	75	122	218	150	29					
Mannen 18-50 jaar	Graanproducten (g/dag)- Schijf	19	0	0	2	19	92	150	3					
Mannen 18-50 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	162	70	116	155	200	278	360	3	360	360	12		9
Mannen 18-50 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	65	7	26	53	92	165	360	0	360	360	1		1

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

								% ≥aan- beveling		Range		%>onder grens		% binnen
Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	Sv5	Sv5	Sv5	range	range	range Sv5
Mannen 18-50 jaar	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	9	0	1	4	12	35	17	14					
Mannen 18-50 jaar	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	18	0	4	12	25	55	25	25					
Mannen 18-50 jaar	Noten (g/dag)- Schijf	6	0	0	1	7	29	25	7					
Mannen 18-50 jaar	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	113	55	82	107	137	190	72	84					
Mannen 18-50 jaar	Vlees (g/dag)- Schijf	40	10	22	34	52	88	72	10					
Mannen 18-50 jaar	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	12	0	2	7	16	42	14	29					
Mannen 18-50 jaar	Vis (g/dag)- Schijf	12	0	2	7	16	42	14	29					
Mannen 18-50 jaar	Ei (g/dag)- Schijf ^b	16	2	6	13	23	45	18	35	14	21	45	17	
Mannen 18-50 jaar	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	319	59	174	291	432	680	600	33	600	600	47	25	
Mannen 18-50 jaar	Melkproducten (g/dag)- Schijf	198	3	57	159	295	535	600	15	600	600	24	15	
Mannen 18-50 jaar	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	36	9	21	32	47	76	40	36					
Mannen 18-50 jaar	Kaas (g/dag)- Schijf	6	0	1	3	8	23	40	1					
Mannen 18-50 jaar	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	24	8	15	22	31	48	55	1					

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Mannen 18-50 jaar	Vetten (g/dag)- Schijf	15	3	8	13	20	34	55	0			
Mannen 18-50 jaar	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	2130	1174	1668	2075	2532	3282	1300	84			
Mannen 18-50 jaar	Dranken (g/dag)- Schijf	1409	391	840	1284	1842	2856	1300	39			
Mannen 18-50 jaar	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	38	0	5	20	52	136					
Mannen 18-50 jaar	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	39	12	23	35	50	82					
Mannen 18-50 jaar	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	93	22	53	83	122	197					
Mannen 18-50 jaar	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	19	1	5	13	26	55					
Mannen 18-50 jaar	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	7	0	1	3	9	25					
Vrouwen 18-50 jaar	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	152	55	98	140	193	295	250	10			
Vrouwen 18-50 jaar	Groente (g/dag)- Schijf	141	47	88	128	180	278	250	8			
Vrouwen 18-50 jaar	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	118	20	65	109	160	246	200	13			
Vrouwen 18-50 jaar	Fruit (g/dag)- Schijf	115	16	60	105	159	249	200	13			
Vrouwen 18-50 jaar	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	54	17	33	49	69	108	158	0			

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

								% ≥aan- beveling		Range		%>onder grens range		% binnen range Sv5	
Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	Sv5	Sv5	Sv5				
Vrouwen 18-50 jaar	Aardappelen (g/dag)- Schijf	33	5	14	27	45	83	158	0						
Vrouwen 18-50 jaar	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	113	51	82	108	139	191	158	14	140	175	24		16	
Vrouwen 18-50 jaar	Brood (g/dag)- Schijf	65	10	37	61	89	132	158	2	140	175	4		3	
Vrouwen 18-50 jaar	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	65	12	31	54	87	155	113	14						
Vrouwen 18-50 jaar	Graanproducten (g/dag)- Schijf	13	0	1	4	16	54	113	1						
Vrouwen 18-50 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	119	53	85	113	147	205	300	0	240	300	2		1	
Vrouwen 18-50 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	46	9	23	39	61	108	300	0	240	300	0		0	
Vrouwen 18-50 jaar	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	5	0	1	3	7	19	19	5						
Vrouwen 18-50 jaar	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	12	0	2	7	17	37	25	13						
Vrouwen 18-50 jaar	Noten (g/dag)- Schijf	4	0	0	1	5	18	25	2						
Vrouwen 18-50 jaar	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	74	31	51	70	92	134	72	47						
Vrouwen 18-50 jaar	Vlees (g/dag)- Schijf	26	3	10	20	36	68	72	4						

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Vrouwen 18-50 jaar	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	13	1	4	9	18	40	14	34			
Vrouwen 18-50 jaar	Vis (g/dag)- Schijf	13	1	4	9	18	40	14	34			
Vrouwen 18-50 jaar	Ei (g/dag)- Schijf ^b	15	1	5	11	21	42	18	30	14 21	41	16
Vrouwen 18-50 jaar	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	246	49	132	219	331	534	450	18	450 450	29	19
Vrouwen 18-50 jaar	Melkproducten (g/dag)- Schijf	144	1	31	106	216	417	450	7	450 450	13	9
Vrouwen 18-50 jaar	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	33	10	20	30	43	67	40	30			
Vrouwen 18-50 jaar	Kaas (g/dag)- Schijf	9	0	1	5	13	32	40	2			
Vrouwen 18-50 jaar	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	18	6	11	16	22	34	40	2			
Vrouwen 18-50 jaar	Vetten (g/dag)- Schijf	11	2	6	9	14	24	40	0			
Vrouwen 18-50 jaar	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	2052	1115	1592	1991	2445	3196	1000	96			
Vrouwen 18-50 jaar	Dranken (g/dag)- Schijf	1597	556	1051	1503	2039	2958	1000	73			
Vrouwen 18-50 jaar	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	36	1	9	23	50	113					
Vrouwen 18-50 jaar	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	29	8	16	25	37	63					

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Vrouwen 18-50 jaar	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	80	23	48	72	103	164					
Vrouwen 18-50 jaar	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	14	1	4	10	20	41					
Vrouwen 18-50 jaar	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	5	0	1	2	6	16					
Mannen 51-64 jaar	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	169	73	118	159	209	301	250	13			
Mannen 51-64 jaar	Groente (g/dag)- Schijf	152	62	103	141	189	278	250	9			
Mannen 51-64 jaar	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	126	12	59	112	177	290	200	19			
Mannen 51-64 jaar	Fruit (g/dag)- Schijf	120	8	52	105	171	284	200	17			
Mannen 51-64 jaar	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	84	31	55	77	106	159	140	9			
Mannen 51-64 jaar	Aardappelen (g/dag)- Schijf	59	10	28	50	80	139	140	5			
Mannen 51-64 jaar	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	144	68	105	137	176	244	228	7	210 245	12	7
Mannen 51-64 jaar	Brood (g/dag)- Schijf	98	19	60	93	130	194	228	2	210 245	3	2
Mannen 51-64 jaar	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	70	8	29	56	96	179	100	23			
Mannen 51-64 jaar	Graanproducten (g/dag)- Schijf	13	0	0	1	12	68	100	3			

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

								% ≥aan- beveling		%>onder grens			
Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	Range Sv5	% binnen range	% binnen range Sv5		
Mannen 51-64 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	155	68	111	148	192	269	240	9				
Mannen 51-64 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	71	9	31	60	98	170	240	1				
Mannen 51-64 jaar	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	8	0	1	3	10	32	19	12				
Mannen 51-64 jaar	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	17	0	4	12	24	54	25	24				
Mannen 51-64 jaar	Noten (g/dag)- Schijf	7	0	0	2	8	31	25	7				
Mannen 51-64 jaar	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	113	56	83	107	137	190	72	85				
Mannen 51-64 jaar	Vlees (g/dag)- Schijf	40	11	22	34	52	87	72	10				
Mannen 51-64 jaar	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	17	1	4	11	23	54	14	41				
Mannen 51-64 jaar	Vis (g/dag)- Schijf	17	1	4	10	22	54	14	40				
Mannen 51-64 jaar	Ei (g/dag)- Schijf ^b	15	1	5	11	20	41	18	29	14	21	39	16
Mannen 51-64 jaar	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	340	75	195	311	452	702	450	25				
Mannen 51-64 jaar	Melkproducten (g/dag)- Schijf	220	7	79	185	318	563	450	11				

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Mannen 51-64 jaar	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	38	10	23	35	49	78	40	39			
Mannen 51-64 jaar	Kaas (g/dag)- Schijf	6	0	1	3	8	24	40	1			
Mannen 51-64 jaar	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	30	11	20	28	38	58	65	3			
Mannen 51-64 jaar	Vetten (g/dag)- Schijf	19	5	11	16	25	40	65	0			
Mannen 51-64 jaar	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	2099	1179	1652	2041	2483	3208	1400	88			
Mannen 51-64 jaar	Dranken (g/dag)- Schijf	1586	508	996	1460	2040	3075	1400	53			
Mannen 51-64 jaar	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	49	1	10	30	70	163					
Mannen 51-64 jaar	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	32	9	18	28	42	70					
Mannen 51-64 jaar	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	81	20	45	71	105	175					
Mannen 51-64 jaar	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	18	1	5	12	25	53					
Mannen 51-64 jaar	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	8	0	1	4	10	30					
Vrouwen 51-64 jaar	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	172	66	113	159	216	320	250	16			
Vrouwen 51-64 jaar	Groente (g/dag)- Schijf	158	56	100	144	201	304	250	12			

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

								% ≥aan- beveling	%>onder				
Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	Range Sv5			grens range	% binnen range Sv5
Vrouwen 51-64 jaar	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	143	30	86	135	190	280	200	21				
Vrouwen 51-64 jaar	Fruit (g/dag)- Schijf	139	27	81	131	187	279	200	21				
Vrouwen 51-64 jaar	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	57	19	35	52	72	112	123	3				
Vrouwen 51-64 jaar	Aardappelen (g/dag)- Schijf	40	8	19	33	53	93	123	1				
Vrouwen 51-64 jaar	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	103	44	74	99	127	175	123	28	105	140	44	27
Vrouwen 51-64 jaar	Brood (g/dag)- Schijf	68	14	42	65	91	133	123	8	105	140	16	12
Vrouwen 51-64 jaar	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	53	9	24	43	71	130	88	15				
Vrouwen 51-64 jaar	Graanproducten (g/dag)- Schijf	13	0	1	5	16	49	88	1				
Vrouwen 51-64 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	112	49	79	106	138	194	240	1	180	240	8	7
Vrouwen 51-64 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	54	12	28	46	71	122	240	0	180	240	1	1
Vrouwen 51-64 jaar	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	7	0	2	4	9	24	19	9				
Vrouwen 51-64 jaar	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	14	0	4	10	20	40	15	35				

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	% > onder grens % binnen range range Sv5		
Vrouwen 51-64 jaar	Noten (g/dag)- Schijf	6	0	1	3	9	24	15	13				
Vrouwen 51-64 jaar	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	76	32	53	72	95	136	72	49				
Vrouwen 51-64 jaar	Vlees (g/dag)- Schijf	29	4	12	24	40	75	72	6				
Vrouwen 51-64 jaar	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	17	2	6	12	23	49	14	45				
Vrouwen 51-64 jaar	Vis (g/dag)- Schijf	17	2	6	12	23	49	14	45				
Vrouwen 51-64 jaar	Ei (g/dag)- Schijf ^b	17	2	6	13	23	45	18	36	14	21	47	17
Vrouwen 51-64 jaar	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	290	71	169	265	385	593	525	9	450	600	16	11
Vrouwen 51-64 jaar	Melkproducten (g/dag)- Schijf	184	6	64	153	270	473	525	3	450	600	6	5
Vrouwen 51-64 jaar	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	35	12	22	32	45	69	40	33				
Vrouwen 51-64 jaar	Kaas (g/dag)- Schijf	10	0	2	6	14	33	40	3				
Vrouwen 51-64 jaar	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	21	8	14	19	26	38	40	4				
Vrouwen 51-64 jaar	Vetten (g/dag)- Schijf	12	3	7	11	16	26	40	0				
Vrouwen 51-64 jaar	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	2153	1234	1706	2092	2535	3273	950	99				

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Vrouwen 51-64 jaar	Dranken (g/dag)- Schijf	1839	754	1285	1751	2298	3232	950	89			
Vrouwen 51-64 jaar	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	43	2	13	30	59	127					
Vrouwen 51-64 jaar	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	24	7	13	21	31	54					
Vrouwen 51-64 jaar	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	68	18	40	61	89	143					
Vrouwen 51-64 jaar	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	13	0	4	9	18	37					
Vrouwen 51-64 jaar	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	5	0	1	3	6	17					
Mannen 65-79 jaar	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	172	75	121	162	213	306	250	13			
Mannen 65-79 jaar	Groente (g/dag)- Schijf	155	63	105	145	193	282	250	9			
Mannen 65-79 jaar	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	152	27	85	140	205	319	200	27			
Mannen 65-79 jaar	Fruit (g/dag)- Schijf	148	21	80	137	203	313	200	26			
Mannen 65-79 jaar	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	89	34	59	83	112	165	140	11			
Mannen 65-79 jaar	Aardappelen (g/dag)- Schijf	63	13	32	54	85	141	140	5			
Mannen 65-79 jaar	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	135	63	98	129	166	229	65-69 jr: 228 70-79 jr: 175	13	210 140	245 210	27 21

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Mannen 65-79 jaar	Brood (g/dag)- Schijf	96	23	61	91	126	185	65-69 jr: 228 70-79 jr: 175	4	210 245 140 210	11	9
Mannen 65-79 jaar	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	53	6	21	41	72	140	100	13			
Mannen 65-79 jaar	Graanproducten (g/dag)- Schijf	11	0	0	1	10	55	100	2			
Mannen 65-79 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	142	61	100	135	178	248	240	6			
Mannen 65-79 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	74	12	36	64	101	170	240	1			
Mannen 65-79 jaar	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	8	0	1	3	10	33	19	12			
Mannen 65-79 jaar	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	14	0	3	9	20	45	65-69 jr: 25 70-79 jr: 15	27			
Mannen 65-79 jaar	Noten (g/dag)- Schijf	7	0	0	2	9	31	65-69 jr: 25 70-79 jr: 15	12			
Mannen 65-79 jaar	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	104	50	76	99	127	177	72	79			
Mannen 65-79 jaar	Vlees (g/dag)- Schijf	36	10	20	31	47	79	72	7			
Mannen 65-79 jaar	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	23	2	7	16	32	70	14	55			
Mannen 65-79 jaar	Vis (g/dag)- Schijf	24	2	7	16	32	70	14	56			

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	% >onder grens range	% binnen range Sv5
Mannen 65-79 jaar	Ei (g/dag)- Schijf ^b	17	2	7	13	24	45	18	36	14 21	48	18
Mannen 65-79 jaar	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	351	88	208	323	464	706	65-69 jr: 450 70-79 jr: 600	17			
Mannen 65-79 jaar	Melkproducten (g/dag)- Schijf	233	11	94	201	336	565	65-69 jr: 450 70-79 jr: 600	7			
Mannen 65-79 jaar	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	37	11	23	34	48	74	40	38			
Mannen 65-79 jaar	Kaas (g/dag)- Schijf	7	0	1	4	10	27	40	1			
Mannen 65-79 jaar	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	35	13	23	33	44	65	65-69 jr: 65 70-79 jr: 55	9			
Mannen 65-79 jaar	Vetten (g/dag)- Schijf	22	6	13	20	29	46	65-69 jr: 65 70-79 jr: 55	1			
Mannen 65-79 jaar	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	1822	976	1413	1770	2171	2858	65-69 jr: 1400 70-79 jr: 1300	80			
Mannen 65-79 jaar	Dranken (g/dag)- Schijf	1528	476	954	1412	1966	3007	65-69 jr: 1400 70-79 jr: 1300	54			
Mannen 65-79 jaar	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	58	2	15	39	83	183					
Mannen 65-79 jaar	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	22	5	12	18	28	50					
Mannen 65-79 jaar	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	75	20	43	67	98	159					
Mannen 65-79 jaar	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	18	1	6	13	26	52					

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

								% ≥aan- beveling			%>onder grens		
Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	Range Sv5			% binnen range Sv5	
Mannen 65-79 jaar	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	9	0	2	5	11	31						
Vrouwen 65-79 jaar	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	182	72	121	168	227	341	250	19				
Vrouwen 65-79 jaar	Groente (g/dag)- Schijf	168	62	108	154	211	323	250	15				
Vrouwen 65-79 jaar	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	187	60	128	180	239	334	200	41				
Vrouwen 65-79 jaar	Fruit (g/dag)- Schijf	178	54	119	171	229	328	200	36				
Vrouwen 65-79 jaar	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	62	22	40	58	80	119	65-69 jr: 123 70-79 jr: 105	7				
Vrouwen 65-79 jaar	Aardappelen (g/dag)- Schijf	49	12	27	43	65	109	65-69 jr: 123 70-79 jr: 105	5				
Vrouwen 65-79 jaar	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	100	44	72	96	123	168	123	25	105	140	40	26
Vrouwen 65-79 jaar	Brood (g/dag)- Schijf	72	18	46	69	94	135	123	8	105	140	17	13
Vrouwen 65-79 jaar	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	40	5	17	31	53	103	65-69 jr: 88 70-79 jr: 75	10				
Vrouwen 65-79 jaar	Graanproducten (g/dag)- Schijf	10	0	1	4	13	40	65-69 jr: 88 70-79 jr: 75	1				
Vrouwen 65-79 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	102	43	72	97	127	181	65-69 jr: 210 70-79 jr: 180	3	180	240	5	3

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Vrouwen 65-79 jaar	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	59	15	33	52	78	129	65-69 jr: 210 70-79 jr: 180	1	180 240 -	1	0
Vrouwen 65-79 jaar	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	7	0	1	4	9	24	19	8			
Vrouwen 65-79 jaar	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	12	0	3	9	17	36	15	31			
Vrouwen 65-79 jaar	Noten (g/dag)- Schijf	8	0	2	5	12	28	15	18			
Vrouwen 65-79 jaar	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	75	31	52	70	93	132	72	48			
Vrouwen 65-79 jaar	Vlees (g/dag)- Schijf	26	3	11	21	36	67	72	4			
Vrouwen 65-79 jaar	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	22	3	9	17	30	60	14	58			
Vrouwen 65-79 jaar	Vis (g/dag)- Schijf	23	3	9	17	30	61	14	58			
Vrouwen 65-79 jaar	Ei (g/dag)- Schijf ^b	17	2	7	13	24	46	18	37	14 21	48	17
Vrouwen 65-79 jaar	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	332	94	204	306	433	658	65-69 jr: 525 70-79 jr: 600	11	450 600 -	15	7
Vrouwen 65-79 jaar	Melkproducten (g/dag)- Schijf	225	13	96	197	321	534	65-69 jr: 525 70-79 jr: 600	4	450 600 -	6	3
Vrouwen 65-79 jaar	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	34	12	22	31	43	67	40	31			
Vrouwen 65-79 jaar	Kaas (g/dag)- Schijf	9	0	1	5	12	29	40	2			

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%>onder grens range	% binnen range Sv5
Vrouwen 65-79 jaar	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	23	9	15	21	29	42	65-69 jr: 40 70-79 jr: 35	10			
Vrouwen 65-79 jaar	Vetten (g/dag)- Schijf	13	4	8	12	18	29	65-69 jr: 40 70-79 jr: 35	1			
Vrouwen 65-79 jaar	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	1926	1072	1503	1869	2282	2978	65-69 jr: 950 70-79 jr: 900	98			
Vrouwen 65-79 jaar	Dranken (g/dag)- Schijf	1743	693	1198	1653	2190	3104	65-69 jr: 950 70-79 jr: 900	88			
Vrouwen 65-79 jaar	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	44	3	13	30	61	130					
Vrouwen 65-79 jaar	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	19	5	10	16	25	44					
Vrouwen 65-79 jaar	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	66	18	39	59	85	137					
Vrouwen 65-79 jaar	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	13	1	4	9	17	36					
Vrouwen 65-79 jaar	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	5	0	1	2	6	16					
Totaal ^c	Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	151	52	96	139	191	290		14		16	4
Totaal ^c	Groente (g/dag)- Schijf	138	45	86	125	176	272		10		13	4
Totaal ^c	Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	133	17	69	122	183	286		22			
Totaal ^c	Fruit (g/dag)- Schijf	127	12	63	117	178	281		21			
Totaal ^c	Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	65	20	39	59	85	134		5			

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	% >onder grens range	% binnen range Sv5
Totaal ^c	Aardappelen (g/dag)- Schijf	42	6	18	34	57	109		2			
Totaal ^c	Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	129	56	91	122	159	228		19		31	20
Totaal ^c	Brood (g/dag)- Schijf	81	14	46	75	108	170		5		11	9
Totaal ^c	Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	64	8	27	50	87	168		19			
Totaal ^c	Graanproducten (g/dag)- Schijf	13	0	0	3	14	61		2			
Totaal ^c	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	129	49	86	120	162	239		3		9	6
Totaal ^c	Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	56	8	24	45	75	140		0		1	1
Totaal ^c	Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	7	0	1	3	8	26		10			
Totaal ^c	Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	13	0	2	8	19	43		21			
Totaal ^c	Noten (g/dag)- Schijf	5	0	0	1	6	23		7			
Totaal ^c	Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	87	31	57	81	110	164		64			
Totaal ^c	Vlees (g/dag)- Schijf	29	3	12	24	40	75		6			
Totaal ^c	Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	14	0	3	9	19	46		36			
Totaal ^c	Vis (g/dag)- Schijf	14	0	3	9	19	46		36			

Tabel 1 Nederlandse consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf, per leeftijds-geslachtsgroep (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Geslacht/ Leeftijd	Schijf van 5 groep	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aanbeveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	% >onder grens range	% binnen range Sv5
Totaal ^c	Ei (g/dag)- Schijf ^b	15	1	5	11	20	42		30		41	16
Totaal ^c	Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	307	64	171	278	412	651		24		31	11
Totaal ^c	Melkproducten (g/dag)- Schijf	192	4	58	156	284	513		10		14	6
Totaal ^c	Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	33	8	18	29	43	69		37			
Totaal ^c	Kaas (g/dag)- Schijf	7	0	1	3	10	27		5			
Totaal ^c	Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	22	7	13	20	28	46		3			
Totaal ^c	Vetten (g/dag)- Schijf	14	3	7	11	18	32		1			
Totaal ^c	Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	1868	705	1370	1841	2329	3106		85			
Totaal ^c	Dranken (g/dag)- Schijf	1393	240	777	1293	1889	2894		55			
Totaal ^c	Soepen (g/dag)- buiten Schijf	37	0	6	20	50	128					
Totaal ^c	Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	28	6	14	24	37	66					
Totaal ^c	Snacks (g/dag)- buiten Schijf	81	21	46	71	105	173					
Totaal ^c	Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	17	1	5	12	23	48					
Totaal ^c	Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	6	0	1	3	7	22					

^a Gewogen voor socio-demografische factoren, seizoen en dag van de week

^b 100% van deze voedingsmiddelengroep valt binnen de Schijf

^c De aanbeveling en ranges voor de totale bevolking zijn genoemd bij de leeftijdscategorieën

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	85	30	54	78	109	165		75	53 50 100	79	48
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	79	23	45	69	104	167		75	45 50 100	70	43
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	100	37	65	92	125	190	4-8 jr: 125 9-11 jr: 175	18	100 150 150 200	32	22
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	104	34	63	94	134	210	4-8 jr: 125 9-11 jr: 175	22	100 150 150 200	36	22
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	115	44	77	106	144	216	12-13jr: 175 14-17jr: 250	5	150 200 -	8	5
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	122	42	77	111	156	240	12-13jr: 175 14-17jr: 250	8	150 200 -	12	5
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	154	64	106	144	192	277		250	9		
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	152	55	98	140	193	295		250	10		
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	169	73	118	159	209	301		250	13		

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	172	66	113	159	216	320	250	16			
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	172	75	121	162	213	306	250	13			
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	182	72	121	168	227	341	250	19			
Groente (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	151	52	96	139	191	290		14		16	4
Groente (g/dag)- Schijf	Jongens 1-3 jaar	78	26	48	71	101	157	75	46	50 100	73	47
Groente (g/dag)- Schijf	Meisjes 1-3 jaar	74	20	41	64	96	161	75	40	50 100	65	42
Groente (g/dag)- Schijf	Jongens 4-11 jaar	92	32	58	83	116	180	4-8 jr: 125 9-11 jr: 175	14	100 150 150 200	26	18
Groente (g/dag)- Schijf	Meisjes 4-11 jaar	97	28	57	86	125	201	4-8 jr: 125 9-11 jr: 175	19	100 150 150 200	30	19
Groente (g/dag)- Schijf	Jongens 12-17 jaar	106	38	68	97	133	203	12-13jr: 175 14-17jr: 250	4	150 200 -	6	4
Groente (g/dag)- Schijf	Meisjes 12-17 jaar	113	36	68	101	146	231	12-13jr: 175 14-17jr: 250	7	150 200 -	10	4
Groente (g/dag)- Schijf	Mannen 18-50 jaar	140	55	93	130	175	259	250	6			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	beveling	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Groente (g/dag)- Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	141	47	88	128	180	278		250	8			
Groente (g/dag)- Schijf	Mannen 51-64 jaar	152	62	103	141	189	278		250	9			
Groente (g/dag)- Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	158	56	100	144	201	304		250	12			
Groente (g/dag)- Schijf	Mannen 65-79 jaar	155	63	105	145	193	282		250	9			
Groente (g/dag)- Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	168	62	108	154	211	323		250	15			
Groente (g/dag)- Schijf	Totaal ^c	138	45	86	125	176	272			10		13	4
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	177	53	112	165	230	340		150	57			
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	179	70	128	172	224	309		150	63			
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	152	28	86	140	204	317	4-8 jr: 150 9-11 jr: 200		39			
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	153	46	100	146	197	284	4-8 jr: 150 9-11 jr: 200		40			
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	113	8	48	97	161	274		200	15			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leefstijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	% > onder- grens range	% binnen range Sv5
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	123	24	71	115	164	251	200	14			
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	110	7	44	94	158	272	200	14			
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	118	20	65	109	160	246	200	13			
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	126	12	59	112	177	290	200	19			
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	143	30	86	135	190	280	200	21			
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	152	27	85	140	205	319	200	27			
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	187	60	128	180	239	334	200	41			
Fruit (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	133	17	69	122	183	286		22			
Fruit (g/dag)- Schijf	Jongens 1-3 jaar	171	50	107	161	222	330	150	55			
Fruit (g/dag)- Schijf	Meisjes 1-3 jaar	166	61	114	158	208	298	150	55			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Fruit (g/dag)- Schijf	Jongens 4-11 jaar	145	21	80	135	196	305	4-8 jr: 150 9-11 jr: 200	37			
Fruit (g/dag)- Schijf	Meisjes 4-11 jaar	148	40	95	141	193	281	4-8 jr: 150 9-11 jr: 200	38			
Fruit (g/dag)- Schijf	Jongens 12-17 jaar	106	5	40	91	153	265	200	13			
Fruit (g/dag)- Schijf	Meisjes 12-17 jaar	120	19	65	110	163	252	200	14			
Fruit (g/dag)- Schijf	Mannen 18-50 jaar	105	4	37	89	153	262	200	13			
Fruit (g/dag)- Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	115	16	60	105	159	249	200	13			
Fruit (g/dag)- Schijf	Mannen 51-64 jaar	120	8	52	105	171	284	200	17			
Fruit (g/dag)- Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	139	27	81	131	187	279	200	21			
Fruit (g/dag)- Schijf	Mannen 65-79 jaar	148	21	80	137	203	313	200	26			
Fruit (g/dag)- Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	178	54	119	171	229	328	200	36			
Fruit (g/dag)- Schijf	Totaal ^c	127	12	63	117	178	281		21			
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	39	11	22	34	50	83	53	22			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	% > onder- grens range	% binnen range Sv5
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	34	9	19	29	44	72	53	15			
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	57	18	35	51	73	115	4-8 jr: 88 9-11 jr: 158	8			
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	49	15	29	44	63	99	4-8 jr: 88 9-11 jr: 140	5			
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	70	24	45	64	89	137	12-13jr: 158 14-17jr: 210	1			
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	56	18	35	51	73	111	12-13jr: 140 14-17jr: 158	1			
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	77	27	49	70	97	147	210	3			
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	54	17	33	49	69	108	158	0			
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	84	31	55	77	106	159	140	9			
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	57	19	35	52	72	112	123	3			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	89	34	59	83	112	165	140	11			
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	62	22	40	58	80	119	65-69jr: 123 70-79jr: 105	7			
Aardappelen (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	65	20	39	59	85	134		5			
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Jongens 1-3 jaar	25	3	10	20	35	69	53	11			
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Meisjes 1-3 jaar	22	3	9	17	30	57	53	7			
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Jongens 4-11 jaar	33	4	14	26	45	84	4-8 jr: 88 9-11 jr: 158	2			
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Meisjes 4-11 jaar	29	5	13	24	40	74	4-8 jr: 88 9-11 jr: 140	1			
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Jongens 12-17 jaar	39	5	16	31	53	99	12-13jr: 158 14-17jr: 210	0			
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Meisjes 12-17 jaar	33	5	15	27	44	81	12-13jr: 140 14-17jr: 158	0			
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Mannen 18-50 jaar	46	5	19	37	64	119	210	1			
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	33	5	14	27	45	83	158	0			
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Mannen 51-64 jaar	59	10	28	50	80	139	140	5			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	40	8	19	33	53	93	123	1			
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Mannen 65-79 jaar	63	13	32	54	85	141	140	5			
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	49	12	27	43	65	109	65-69jr: 123 70-79jr: 105	5			
Aardappelen (g/dag)- Schijf	Totaal ^c	42	6	18	34	57	109		2			
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	104	41	70	98	131	189	88	59	70 105	75	31
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	96	43	68	91	118	166	88	54	70 105	73	37
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	148	70	108	142	180	250	4-8 jr: 105 9-11 jr: 193	55	70 140 175 210	71	36
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	124	62	94	119	149	202	4-8 jr: 105 9-11 jr: 158	49	70 140 140 175	72	47
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	162	79	120	155	197	271	12-13jr: 193 14-17jr: 245	15	175 210 210 280	25	16
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	127	63	96	123	153	205	158	22	140 175	35	22

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	beveling	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	155	74	114	148	189	260		245	7	210 280	16	13
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	113	51	82	108	139	191		158	14	140 175	24	16
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	144	68	105	137	176	244		228	7	210 245	12	7
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	103	44	74	99	127	175		123	28	105 140	44	27
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	135	63	98	129	166	229	65-69jr: 228 70-79jr: 175		13	210 245 140 210	27	21
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	100	44	72	96	123	168		123	25	105 140	40	26
Brood (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	129	56	91	122	159	228			19		31	20
Brood (g/dag)- Schijf	Jongens 1-3 jaar	74	18	44	69	98	149		88	32	70 105	49	29
Brood (g/dag)- Schijf	Meisjes 1-3 jaar	68	21	45	64	88	127		88	25	70 105	43	30
Brood (g/dag)- Schijf	Jongens 4-11 jaar	93	19	57	88	123	186	4-8 jr: 105 9-11 jr: 193		24	70 140 175 210	43	32

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling	% ≥aan- beveling	Range	%> onder- grens range	% binnen range
Brood (g/dag)- Schijf	Meisjes 4-11 jaar	75	19	48	72	98	141	4-8 jr: 105 9-11 jr: 158	14	70 140 140 175	37	33
Brood (g/dag)- Schijf	Jongens 12-17 jaar	95	14	54	89	128	196	12-13jr: 193 14-17jr: 245	3	175 210 210 280	5	4
Brood (g/dag)- Schijf	Meisjes 12-17 jaar	67	11	38	64	91	136	158	2	140 175	4	3
Brood (g/dag)- Schijf	Mannen 18-50 jaar	95	12	52	89	129	196	245	1	210 280	3	3
Brood (g/dag)- Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	65	10	37	61	89	132	158	2	140 175	4	3
Brood (g/dag)- Schijf	Mannen 51-64 jaar	98	19	60	93	130	194	228	2	210 245	3	2
Brood (g/dag)- Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	68	14	42	65	91	133	123	8	105 140	16	12
Brood (g/dag)- Schijf	Mannen 65-79 jaar	96	23	61	91	126	185	65-69jr: 228 70-79jr: 175	4	210 245 140 210	11	9
Brood (g/dag)- Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	72	18	46	69	94	135	123	8	105 140	17	13
Brood (g/dag)- Schijf	Totaal ^c	81	14	46	75	108	170		5		11	9
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	36	4	13	27	49	98	38	36			
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	34	5	14	27	45	90	38	33			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	51	6	20	40	69	136	4-8 jr: 63 9-11 jr: 113	20			
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	47	7	20	37	62	119	4-8 jr: 63 9-11 jr: 100	19			
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	68	8	28	55	93	174	12-13jr: 113 14-17jr: 150	11			
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	56	9	25	46	75	140	12-13jr: 100 14-17jr: 113	11			
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	90	13	41	75	122	218	150	29			
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	65	12	31	54	87	155	113	14			
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	70	8	29	56	96	179	100	23			
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	53	9	24	43	71	130	88	15			
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	53	6	21	41	72	140	100	13			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling	% ≥aan- beveling	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	40	5	17	31	53	103	65-69 jr: 88 70-79 jr: 75		10		
Graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	64	8	27	50	87	168			19		
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Jongens 1-3 jaar	7	0	0	1	6	39		38	5		
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Meisjes 1-3 jaar	8	0	0	2	9	35		38	4		
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Jongens 4-11 jaar	11	0	0	0	7	61	4-8 jr: 63 9-11 jr: 113		4		
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Meisjes 4-11 jaar	9	0	0	2	9	40	4-8 jr: 63 9-11 jr: 100		1		
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Jongens 12-17 jaar	12	0	0	0	8	66	12-13jr: 113 14-17jr: 150		1		
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Meisjes 12-17 jaar	9	0	0	1	9	43	12-13jr: 100 14-17jr: 113		1		
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Mannen 18-50 jaar	19	0	0	2	19	92		150	3		
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	13	0	1	4	16	54		113	1		
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Mannen 51-64 jaar	13	0	0	1	12	68		100	3		
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	13	0	1	5	16	49		88	1		

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Mannen 65-79 jaar	11	0	0	1	10	55	100	2			
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	10	0	1	4	13	40	65-69 jr: 88 70-79 jr: 75	1			
Graanproducten (g/dag)- Schijf	Totaal ^c	13	0	0	3	14	61		2			
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	72	24	45	66	92	142	120	10	60 120	57	47
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	68	24	44	62	86	129	120	7	60 120	53	46
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	108	40	72	101	135	199	4-8 jr: 150 9-11 jr: 270	4	120 180 240 300	19	15
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	93	38	63	87	116	168	4-8 jr: 150 9-11 jr: 240	2	120 180 180 300	14	13
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	136	56	95	129	169	242	12-13jr: 270 14-17jr: 360	0	240 300 -	2	1

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling	% ≥aan- beveling	Range	%> onder- grens range	% binnen range
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	111	49	79	105	137	192	12-13jr: 240 14-17jr: 270	0	180 300 240 300	3	3
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	162	70	116	155	200	278	360	3	360 360	12	9
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	119	53	85	113	147	205	300	0	240 300	2	1
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	155	68	111	148	192	269	240	9			
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	112	49	79	106	138	194	240	1	180 240	8	7
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	142	61	100	135	178	248	240	6			
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	102	43	72	97	127	181	65-69jr: 210 70-79jr: 180	3	180 240 -	5	3

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	129	49	86	120	162	239			3	9	6
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Jongens 1-3 jaar	35	3	13	27	49	93	120	2	60 120	17	15
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Meisjes 1-3 jaar	32	6	15	26	43	80	120	1	60 120	12	11
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Jongens 4-11 jaar	44	4	17	35	62	118	4-8 jr: 150 9-11 jr: 270	0	120 180 240 300	3	2
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Meisjes 4-11 jaar	38	7	19	32	51	92	4-8 jr: 150 9-11 jr: 240	0	120 180 180 300	1	1
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Jongens 12-17 jaar	51	4	19	40	71	136	12-13jr: 270 14-17jr: 360	0	240 300 -	0	0
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Meisjes 12-17 jaar	40	7	19	33	54	98	12-13jr: 240 14-17jr: 270	0	180 300 240 300	0	0

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Mannen 18-50 jaar	65	7	26	53	92	165	360	0	360 360	1	1
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	46	9	23	39	61	108	300	0	240 300	0	0
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Mannen 51-64 jaar	71	9	31	60	98	170	240	1			
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	54	12	28	46	71	122	240	0	180 240	1	1
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Mannen 65-79 jaar	74	12	36	64	101	170	240	1			
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	59	15	33	52	78	129	65-69jr: 210 70-79jr: 180	1	180 240 -	1	0
Aardappelen en graanproducten (g/dag)- binnen Schijf	Totaal ^c	56	8	24	45	75	140		0		1	1

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Jongens 1-3 jaar	3	0	0	1	3	13	4	20			
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Meisjes 1-3 jaar	3	0	0	1	4	11	4	24			
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Jongens 4-11 jaar	4	0	0	1	5	19	4-8 jr: 12 9-11 jr: 17	9			
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Meisjes 4-11 jaar	4	0	1	2	4	13	4-8 jr: 12 9-11 jr: 17	5			
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Jongens 12-17 jaar	5	0	0	2	6	23	17	9			
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Meisjes 12-17 jaar	4	0	1	2	5	14	17	3			
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Mannen 18-50 jaar	9	0	1	4	12	35	17	14			
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Vrouwen 18-50 jaar	5	0	1	3	7	19	19	5			
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Mannen 51-64 jaar	8	0	1	3	10	32	19	12			
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Vrouwen 51-64 jaar	7	0	2	4	9	24	19	9			
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Mannen 65-79 jaar	8	0	1	3	10	33	19	12			
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Vrouwen 65-79 jaar	7	0	1	4	9	24	19	8			
Peulvruchten (g/dag)- Schijf ^b	Totaal ^c	7	0	1	3	8	26		10			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	7	0	1	4	9	24	15	12			
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	6	0	1	4	9	21	15	11			
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	8	0	1	4	12	30	4-8 jr: 15 9-11 jr: 25	14			
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	6	0	1	3	9	24	4-8 jr: 15 9-11 jr: 25	10			
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	11	0	1	6	15	38	25	13			
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	7	0	1	3	10	25	25	5			
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	18	0	4	12	25	55	25	25			
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	12	0	2	7	17	37	25	13			
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	17	0	4	12	24	54	25	24			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	14	0	4	10	20	40	15	35			
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	14	0	3	9	20	45	65-69 jr: 25 70-79 jr: 15	27			
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	12	0	3	9	17	36	15	31			
Noten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	13	0	2	8	19	43		21			
Noten (g/dag)- Schijf	Jongens 1-3 jaar	2	0	0	0	1	9	15	2			
Noten (g/dag)- Schijf	Meisjes 1-3 jaar	2	0	0	0	2	10	15	2			
Noten (g/dag)- Schijf	Jongens 4-11 jaar	2	0	0	0	1	12	4-8 jr: 15 9-11 jr: 25	3			
Noten (g/dag)- Schijf	Meisjes 4-11 jaar	2	0	0	0	1	10	4-8 jr: 15 9-11 jr: 25	2			
Noten (g/dag)- Schijf	Jongens 12-17 jaar	3	0	0	0	2	15	25	2			
Noten (g/dag)- Schijf	Meisjes 12-17 jaar	2	0	0	0	2	10	25	1			
Noten (g/dag)- Schijf	Mannen 18-50 jaar	6	0	0	1	7	29	25	7			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Noten (g/dag)- Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	4	0	0	1	5	18	25	2			
Noten (g/dag)- Schijf	Mannen 51-64 jaar	7	0	0	2	8	31	25	7			
Noten (g/dag)- Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	6	0	1	3	9	24	15	13			
Noten (g/dag)- Schijf	Mannen 65-79 jaar	7	0	0	2	9	31	65-69 jr: 25 70-79 jr: 15	12			
Noten (g/dag)- Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	8	0	2	5	12	28	15	18			
Noten (g/dag)- Schijf	Totaal ^c	5	0	0	1	6	23		7			
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	41	15	26	38	51	79	35	55			
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	39	13	24	35	50	76	35	51			
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	65	27	44	61	81	119	4-8 jr: 35 9-11 jr: 72	70			
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	56	21	37	52	70	103	4-8 jr: 35 9-11 jr: 72	59			
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	87	40	62	82	107	152	72	62			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	67	28	46	62	83	119	72	37			
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	113	55	82	107	137	190	72	84			
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	74	31	51	70	92	134	72	47			
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	113	56	83	107	137	190	72	85			
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	76	32	53	72	95	136	72	49			
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	104	50	76	99	127	177	72	79			
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	75	31	52	70	93	132	72	48			
Vlees (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	87	31	57	81	110	164		64			
Vlees (g/dag)- Schijf	Jongens 1-3 jaar	6	1	2	5	9	18	35	1			
Vlees (g/dag)- Schijf	Meisjes 1-3 jaar	9	0	2	6	12	28	35	2			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Vlees (g/dag)- Schijf	Jongens 4-11 jaar	14	2	6	11	19	37	4-8 jr: 35 9-11 jr: 72	3			
Vlees (g/dag)- Schijf	Meisjes 4-11 jaar	12	1	4	8	16	36	4-8 jr: 35 9-11 jr: 72	3			
Vlees (g/dag)- Schijf	Jongens 12-17 jaar	24	5	12	20	32	60	72	2			
Vlees (g/dag)- Schijf	Meisjes 12-17 jaar	17	1	6	12	23	47	72	1			
Vlees (g/dag)- Schijf	Mannen 18-50 jaar	40	10	22	34	52	88	72	10			
Vlees (g/dag)- Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	26	3	10	20	36	68	72	4			
Vlees (g/dag)- Schijf	Mannen 51-64 jaar	40	11	22	34	52	87	72	10			
Vlees (g/dag)- Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	29	4	12	24	40	75	72	6			
Vlees (g/dag)- Schijf	Mannen 65-79 jaar	36	10	20	31	47	79	72	7			
Vlees (g/dag)- Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	26	3	11	21	36	67	72	4			
Vlees (g/dag)- Schijf	Totaal ^c	29	3	12	24	40	75		6			
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	7	0	1	3	9	28	7	31			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	6	0	1	3	8	20	7	27			
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	7	0	1	3	9	28	4-8 jr: 8 9-11 jr: 14	24			
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	6	0	1	3	8	22	4-8 jr: 8 9-11 jr: 14	20			
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	8	0	1	4	10	29	14	17			
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	7	0	1	4	10	25	14	16			
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	12	0	2	7	16	42	14	29			
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	13	1	4	9	18	40	14	34			
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	17	1	4	11	23	54	14	41			
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	17	2	6	12	23	49	14	45			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	23	2	7	16	32	70	14	55			
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	22	3	9	17	30	60	14	58			
Vis (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	14	0	3	9	19	46		36			
Vis (g/dag)- Schijf	Jongens 1-3 jaar	7	0	1	3	9	28	7	31			
Vis (g/dag)- Schijf	Meisjes 1-3 jaar	6	0	1	3	8	20	7	27			
Vis (g/dag)- Schijf	Jongens 4-11 jaar	7	0	1	3	9	28	4-8 jr: 8 9-11 jr: 14	24			
Vis (g/dag)- Schijf	Meisjes 4-11 jaar	6	0	1	3	8	22	4-8 jr: 8 9-11 jr: 14	20			
Vis (g/dag)- Schijf	Jongens 12-17 jaar	8	0	1	3	9	29	14	17			
Vis (g/dag)- Schijf	Meisjes 12-17 jaar	7	0	2	4	10	25	14	15			
Vis (g/dag)- Schijf	Mannen 18-50 jaar	12	0	2	7	16	42	14	29			
Vis (g/dag)- Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	13	1	4	9	18	40	14	34			
Vis (g/dag)- Schijf	Mannen 51-64 jaar	17	1	4	10	22	54	14	40			
Vis (g/dag)- Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	17	2	6	12	23	49	14	45			
Vis (g/dag)- Schijf	Mannen 65-79 jaar	24	2	7	16	32	70	14	56			
Vis (g/dag)- Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	23	3	9	17	30	61	14	58			
Vis (g/dag)- Schijf	Totaal ^c	14	0	3	9	19	46		36			
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Jongens 1-3 jaar	7	0	2	4	9	22	11	19	7 14	34	21
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Meisjes 1-3 jaar	7	0	2	4	9	22	11	20	7 14	34	21

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Jongens 4-11 jaar	10	1	3	7	13	29	18	15	14 21	23	11
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Meisjes 4-11 jaar	10	0	3	7	13	30	18	16	14 21	24	12
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Jongens 12-17 jaar	13	1	4	9	17	37	18	24	14 21	33	15
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Meisjes 12-17 jaar	11	1	3	8	15	33	18	20	14 21	29	14
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Mannen 18-50 jaar	16	2	6	13	23	45	18	35	14 21	45	17
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Vrouwen 18-50 jaar	15	1	5	11	21	42	18	30	14 21	41	16
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Mannen 51-64 jaar	15	1	5	11	20	41	18	29	14 21	39	16
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Vrouwen 51-64 jaar	17	2	6	13	23	45	18	36	14 21	47	17
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Mannen 65-79 jaar	17	2	7	13	24	45	18	36	14 21	48	18
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Vrouwen 65-79 jaar	17	2	7	13	24	46	18	37	14 21	48	17
Ei (g/dag)- Schijf ^b	Totaal ^c	15	1	5	11	20	42		30		41	16
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	401	116	248	378	522	778	300	65			
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	353	107	220	327	459	692	300	56			
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	374	95	224	348	492	746	4-8 jr: 300 9-11 jr: 450	49			
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	305	75	181	279	403	619	4-8 jr: 300 9-11 jr: 450	37			
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	335	63	186	306	453	704	12-13jr: 450 14-17jr: 600	15			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	beveling	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	255	52	138	230	344	545		450	11			
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	319	59	174	291	432	680		600	33	600 600	47	25
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	246	49	132	219	331	534		450	18	450 450	29	19
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	340	75	195	311	452	702		450	25			
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	290	71	169	265	385	593		525	9	450 600	16	11
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	351	88	208	323	464	706	65-69jr: 450 70-79jr: 600		17			
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	332	94	204	306	433	658	65-69jr: 525 70-79jr: 600		11	450 600 -	15	7
Melkproducten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	307	64	171	278	412	651			24		31	11
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Jongens 1-3 jaar	261	18	118	228	369	616		300	37			
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Meisjes 1-3 jaar	213	12	90	185	303	516		300	26			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Jongens 4-11 jaar	232	8	85	197	336	584	4-8 jr: 300 9-11 jr: 450	24			
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Meisjes 4-11 jaar	186	6	63	156	273	477	4-8 jr: 300 9-11 jr: 450	16			
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Jongens 12-17 jaar	199	4	56	159	294	543	12-13jr: 450 14-17jr: 600	6			
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Meisjes 12-17 jaar	153	2	38	117	231	427	450	4			
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Mannen 18-50 jaar	198	3	57	159	295	535	600	15	600 600	24	15
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	144	1	31	106	216	417	450	7	450 450	13	9
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Mannen 51-64 jaar	220	7	79	185	318	563	450	11			
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	184	6	64	153	270	473	525	3	450 600	6	5
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Mannen 65-79 jaar	233	11	94	201	336	565	65-69jr: 450 70-79jr: 600	7			
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	225	13	96	197	321	534	65-69jr: 525 70-79jr: 600	4	450 600 -	6	3
Melkproducten (g/dag)- Schijf	Totaal ^c	192	4	58	156	284	513		10		14	6
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	15	2	7	12	20	35	0	100			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	% > onder- grens range	% binnen range Sv5
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	14	3	8	12	18	31	0	100			
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	21	4	11	18	28	48	20	44			
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	19	5	11	17	25	42	20	40			
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	26	5	14	23	35	59	12-13 jr: 20 14-17 jr: 40	31			
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	25	7	14	22	33	52	12-13 jr: 20 14-17 jr: 40	28			
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	36	9	21	32	47	76	40	36			
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	33	10	20	30	43	67	40	30			
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	38	10	23	35	49	78	40	39			
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	35	12	22	32	45	69	40	33			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	37	11	23	34	48	74	40	38			
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	34	12	22	31	43	67	40	31			
Kaas (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	33	8	18	29	43	69		37			
Kaas (g/dag)- Schijf	Jongens 1-3 jaar	4	0	0	1	5	14	0	100			
Kaas (g/dag)- Schijf	Meisjes 1-3 jaar	3	0	0	1	4	13	0	100			
Kaas (g/dag)- Schijf	Jongens 4-11 jaar	4	0	0	2	6	18	20	4			
Kaas (g/dag)- Schijf	Meisjes 4-11 jaar	4	0	0	2	6	17	20	3			
Kaas (g/dag)- Schijf	Jongens 12-17 jaar	5	0	0	2	6	19	12-13 jr: 20 14-17 jr: 40	2			
Kaas (g/dag)- Schijf	Meisjes 12-17 jaar	5	0	0	2	8	21	12-13 jr: 20 14-17 jr: 40	2			
Kaas (g/dag)- Schijf	Mannen 18-50 jaar	6	0	1	3	8	23	40	1			
Kaas (g/dag)- Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	9	0	1	5	13	32	40	2			
Kaas (g/dag)- Schijf	Mannen 51-64 jaar	6	0	1	3	8	24	40	1			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Kaas (g/dag)- Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	10	0	2	6	14	33	40	3			
Kaas (g/dag)- Schijf	Mannen 65-79 jaar	7	0	1	4	10	27	40	1			
Kaas (g/dag)- Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	9	0	1	5	12	29	40	2			
Kaas (g/dag)- Schijf	Totaal ^c	7	0	1	3	10	27		5			
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	17	5	10	15	22	36	30	10			
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	15	5	10	14	19	29	30	4			
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	18	5	11	16	23	37	4-8 jr: 30 9-11 jr: 45	8			
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	15	5	10	14	19	30	4-8 jr: 30 9-11 jr: 40	3			
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	19	6	11	17	24	39	12-13 jr: 45 14-17 jr: 55	1			
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	16	6	10	14	20	30	40	1			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leefstijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	24	8	15	22	31	48	55	1			
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	18	6	11	16	22	34	40	2			
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	30	11	20	28	38	58	65	3			
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	21	8	14	19	26	38	40	4			
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	35	13	23	33	44	65	65-69 jr: 65 70-79 jr: 55	9			
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	23	9	15	21	29	42	65-69 jr: 40 70-79 jr: 35	10			
Vetten (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	22	7	13	20	28	46		3			
Vetten (g/dag)- Schijf	Jongens 1-3 jaar	11	2	6	9	14	25	30	2			
Vetten (g/dag)- Schijf	Meisjes 1-3 jaar	10	2	5	8	13	22	30	1			
Vetten (g/dag)- Schijf	Jongens 4-11 jaar	11	2	6	9	15	26	4-8 jr: 30 9-11 jr: 45	2			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Vetten (g/dag)- Schijf	Meisjes 4-11 jaar	9	2	5	8	12	21	4-8 jr: 30 9-11 jr: 40	1			
Vetten (g/dag)- Schijf	Jongens 12-17 jaar	12	2	6	10	15	27	12-13 jr: 45 14-17 jr: 55	0			
Vetten (g/dag)- Schijf	Meisjes 12-17 jaar	9	2	5	8	12	21	40	0			
Vetten (g/dag)- Schijf	Mannen 18-50 jaar	15	3	8	13	20	34	55	0			
Vetten (g/dag)- Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	11	2	6	9	14	24	40	0			
Vetten (g/dag)- Schijf	Mannen 51-64 jaar	19	5	11	16	25	40	65	0			
Vetten (g/dag)- Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	12	3	7	11	16	26	40	0			
Vetten (g/dag)- Schijf	Mannen 65-79 jaar	22	6	13	20	29	46	65-69 jr: 65 70-79 jr: 55	1			
Vetten (g/dag)- Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	13	4	8	12	18	29	65-69 jr: 40 70-79 jr: 35	1			
Vetten (g/dag)- Schijf	Totaal ^c	14	3	7	11	18	32		1			
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	637	224	418	590	814	1206	636	44			
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	628	248	423	583	783	1156	636	43			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	1038	439	722	983	1286	1833	4-8 jr: 850 9-11jr: 1100	54			
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	992	432	702	940	1222	1727	4-8 jr: 850 9-11 jr: 900	58			
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	1480	748	1111	1428	1795	2399	12-13 jr: 1100 14-17 jr: 1300	66			
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	1416	734	1063	1361	1709	2297	12-13 jr: 900 14-17 jr: 1000	83			
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	2130	1174	1668	2075	2532	3282	1300	84			
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	2052	1115	1592	1991	2445	3196	1000	96			
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	2099	1179	1652	2041	2483	3208	1400	88			
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	2153	1234	1706	2092	2535	3273	950	99			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	1822	976	1413	1770	2171	2858	65-69 jr: 1400 70-79 jr: 1300	80			
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	1926	1072	1503	1869	2282	2978	65-69 jr: 950 70-79 jr: 900	98			
Dranken (g/dag)- binnen en buiten Schijf	Totaal ^c	1868	705	1370	1841	2329	3106		85			
Dranken (g/dag)- Schijf	Jongens 1-3 jaar	305	18	96	219	423	879	636	12			
Dranken (g/dag)- Schijf	Meisjes 1-3 jaar	331	29	122	255	460	901	636	13			
Dranken (g/dag)- Schijf	Jongens 4-11 jaar	534	65	226	434	732	1370	4-8 jr: 850 9-11jr: 1100	14			
Dranken (g/dag)- Schijf	Meisjes 4-11 jaar	608	95	298	522	825	1411	4-8 jr: 850 9-11 jr: 900	22			
Dranken (g/dag)- Schijf	Jongens 12-17 jaar	821	158	420	712	1107	1850	12-13 jr: 1100 14-17 jr: 1300	20			
Dranken (g/dag)- Schijf	Meisjes 12-17 jaar	958	258	561	872	1263	1963	12-13 jr: 900 14-17 jr: 1000	43			

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Dranken (g/dag)- Schijf	Mannen 18-50 jaar	1409	391	840	1284	1842	2856	1300	39			
Dranken (g/dag)- Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	1597	556	1051	1503	2039	2958	1000	73			
Dranken (g/dag)- Schijf	Mannen 51-64 jaar	1586	508	996	1460	2040	3075	1400	53			
Dranken (g/dag)- Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	1839	754	1285	1751	2298	3232	950	89			
Dranken (g/dag)- Schijf	Mannen 65-79 jaar	1528	476	954	1412	1966	3007	65-69 jr: 1400 70-79 jr: 1300	54			
Dranken (g/dag)- Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	1743	693	1198	1653	2190	3104	65-69 jr: 950 70-79 jr: 900	88			
Dranken (g/dag)- Schijf	Totaal ^c	1393	240	777	1293	1889	2894		55			
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	7	0	0	1	7	35					
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	7	0	0	2	8	32					
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	14	0	0	4	16	64					
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	15	0	1	6	19	58					

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	% ≥aan- Aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	19	0	1	5	23	83				
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	22	0	3	12	29	79				
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	38	0	5	20	52	136				
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	36	1	9	23	50	113				
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	49	1	10	30	70	163				
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	43	2	13	30	59	127				
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	58	2	15	39	83	183				
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	44	3	13	30	61	130				
Soepen (g/dag)- buiten Schijf	Totaal ^c	37	0	6	20	50	128				
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	9	2	4	7	12	23				
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	9	2	4	7	12	23				
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	19	4	9	16	25	45				
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	19	4	10	15	24	43				

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	% ≥aan- Aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	29	8	16	25	38	64				
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	26	7	15	22	34	58				
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	39	12	23	35	50	82				
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	29	8	16	25	37	63				
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	32	9	18	28	42	70				
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	24	7	13	21	31	54				
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	22	5	12	18	28	50				
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	19	5	10	16	25	44				
Sauzen (g/dag)- buiten Schijf	Totaal ^c	28	6	14	24	37	66				
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	52	13	28	45	68	117				
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	46	10	23	39	61	106				
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	85	26	51	76	108	176				
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	81	25	50	73	104	163				

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	% ≥aan- Aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	102	31	62	91	131	210				
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	92	31	58	84	117	181				
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	93	22	53	83	122	197				
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	80	23	48	72	103	164				
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	81	20	45	71	105	175				
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	68	18	40	61	89	143				
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	75	20	43	67	98	159				
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	66	18	39	59	85	137				
Snacks (g/dag)- buiten Schijf	Totaal ^c	81	21	46	71	105	173				
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	16	2	6	12	21	40				
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	15	2	7	12	20	38				
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	22	2	9	17	29	56				

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	% ≥aan- Aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	18	2	8	15	25	46				
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	23	2	9	17	31	62				
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	18	2	7	15	25	47				
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	19	1	5	13	26	55				
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	14	1	4	10	20	41				
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	18	1	5	12	25	53				
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	13	0	4	9	18	37				
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	18	1	6	13	26	52				
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	13	1	4	9	17	36				

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leef tijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	% ≥aan- Aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Broodbeleg (g/dag)- buiten Schijf	Totaal ^c	17	1	5	12	23	48				
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 1-3 jaar	8	0	0	1	5	37				
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 1-3 jaar	13	0	1	3	9	61				
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 4-11 jaar	3	0	0	1	3	11				
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 4-11 jaar	3	0	1	2	4	12				
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Jongens 12-17 jaar	4	0	0	2	5	16				
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Meisjes 12-17 jaar	4	0	1	2	4	13				
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 18-50 jaar	7	0	1	3	9	25				
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 18-50 jaar	5	0	1	2	6	16				

Tabel 2 Consumptie van voedingsmiddelengroepen binnen en buiten de Schijf van Vijf (VCP 2019-2021, 1-79 jaar, n=3570)^a.

Schijf van 5 groep	Geslacht/Leeftijd	Gem.	P5	P25	P50	P75	P95	Aan- beveling Sv5	% ≥aan- beveling Sv5	Range Sv5	%> onder- grens range	% binnen range Sv5
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 51-64 jaar	8	0	1	4	10	30					
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 51-64 jaar	5	0	1	3	6	17					
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Mannen 65-79 jaar	9	0	2	5	11	31					
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Vrouwen 65-79 jaar	5	0	1	2	6	16					
Overige producten (g/dag)- buiten Schijf	Totaal ^c	6	0	1	3	7	22					

^a Gewogen voor socio-demografische factoren, seizoen en dag van de week

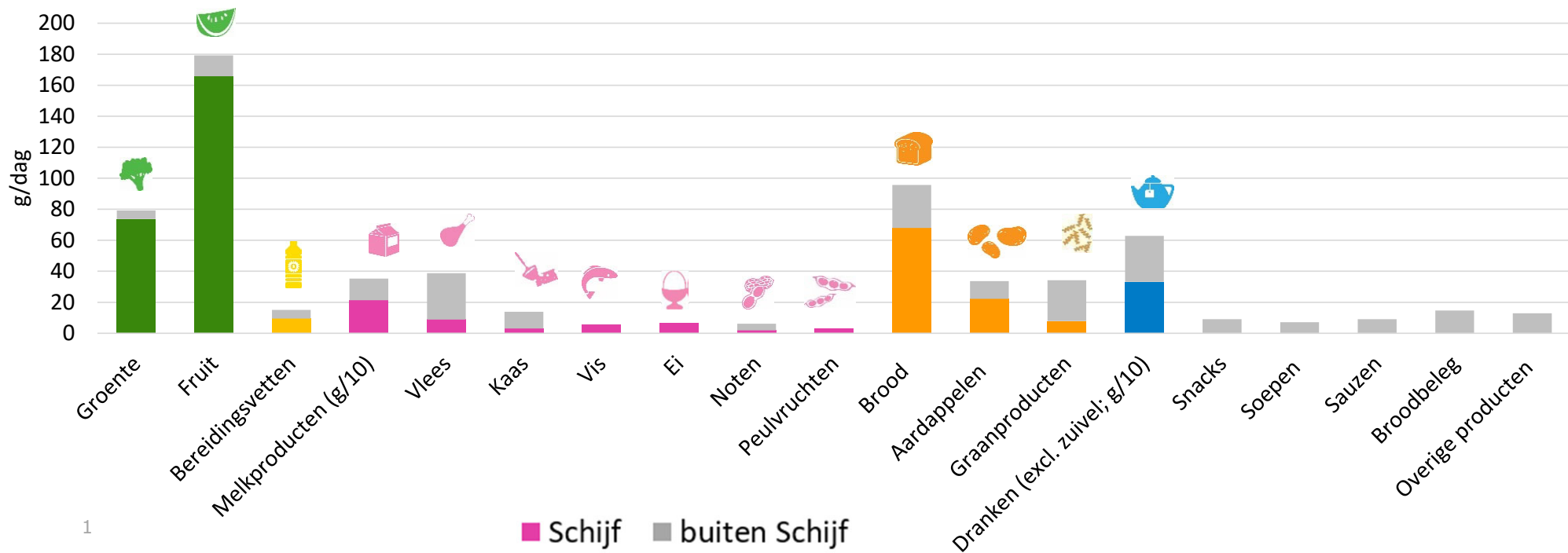
^b 100% van deze voedingsmiddelengroep valt binnen de Schijf

^c De aanbeveling en ranges voor de totale bevolking zijn genoemd bij de leeftijdscategorieën



Wat eet en drinkt Nederland?

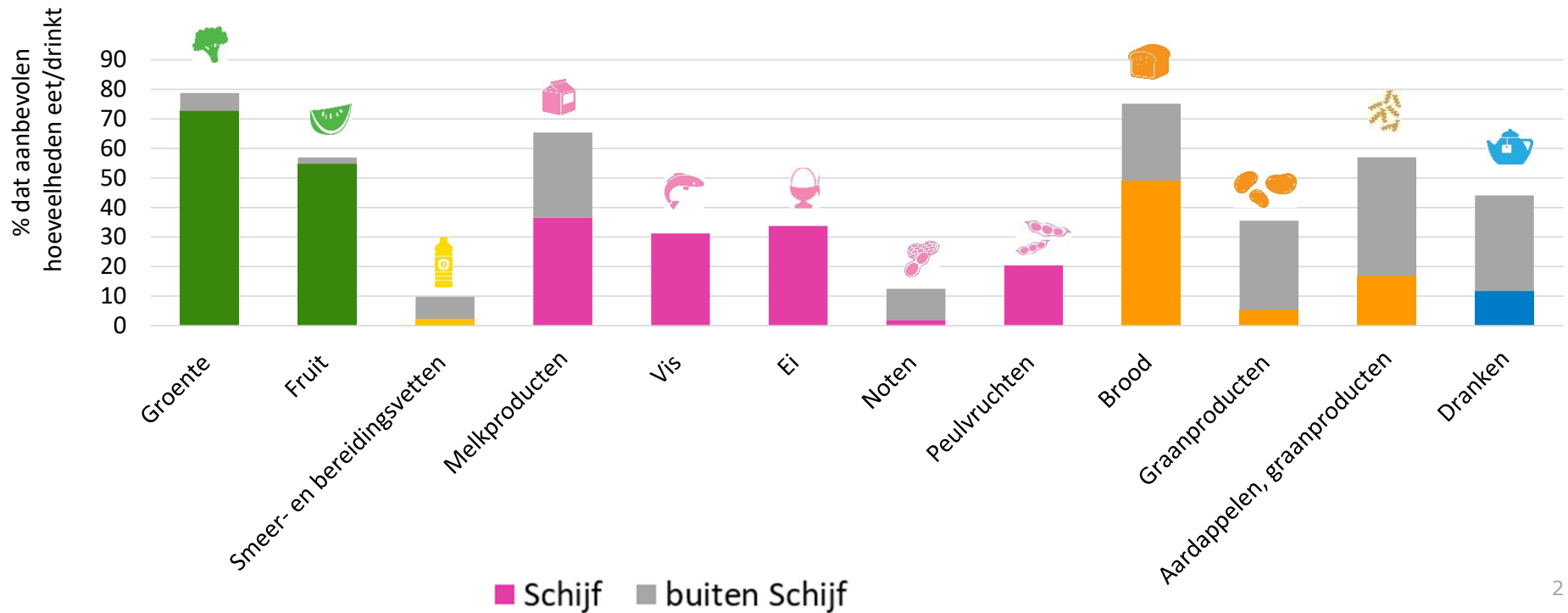
VCP 2019-2021 1-3 jarige jongens





Eten en drinken we de aanbevolen hoeveelheden?

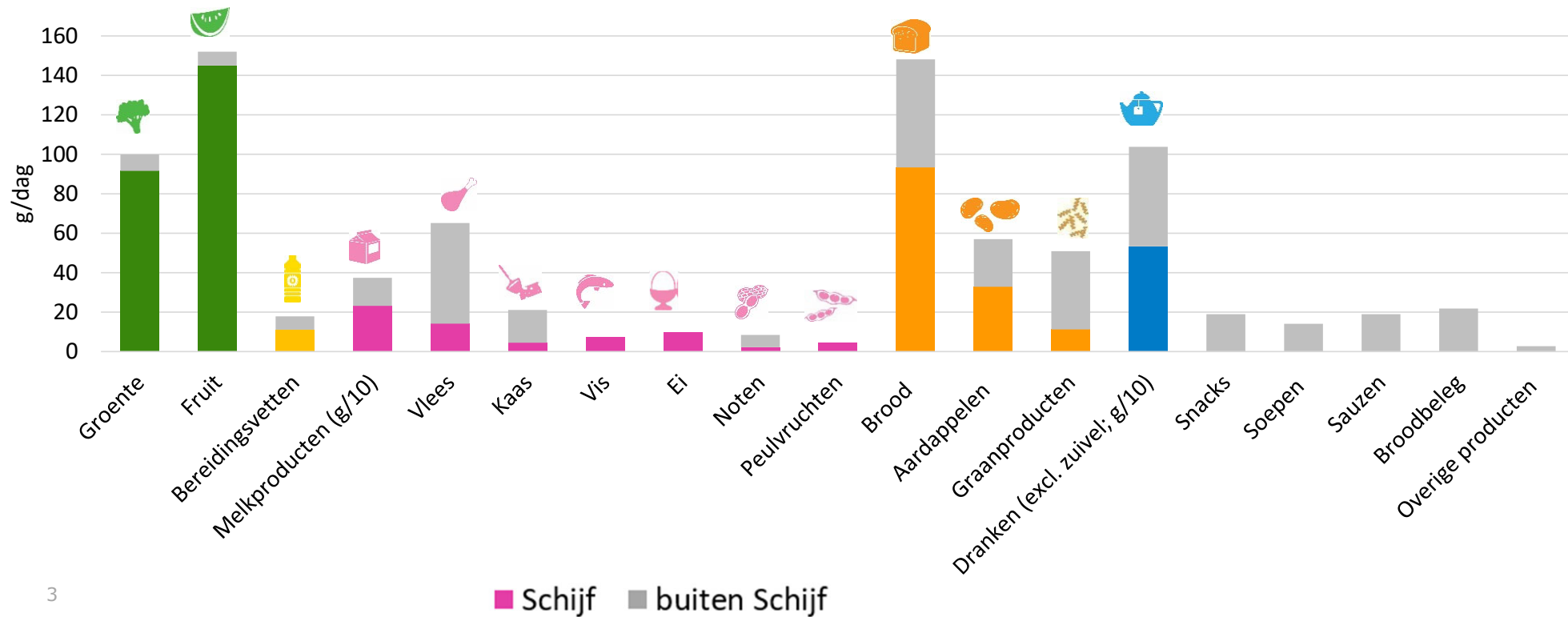
VCP 2019-2021 1-3 jarige jongens





Wat eet en drinkt Nederland?

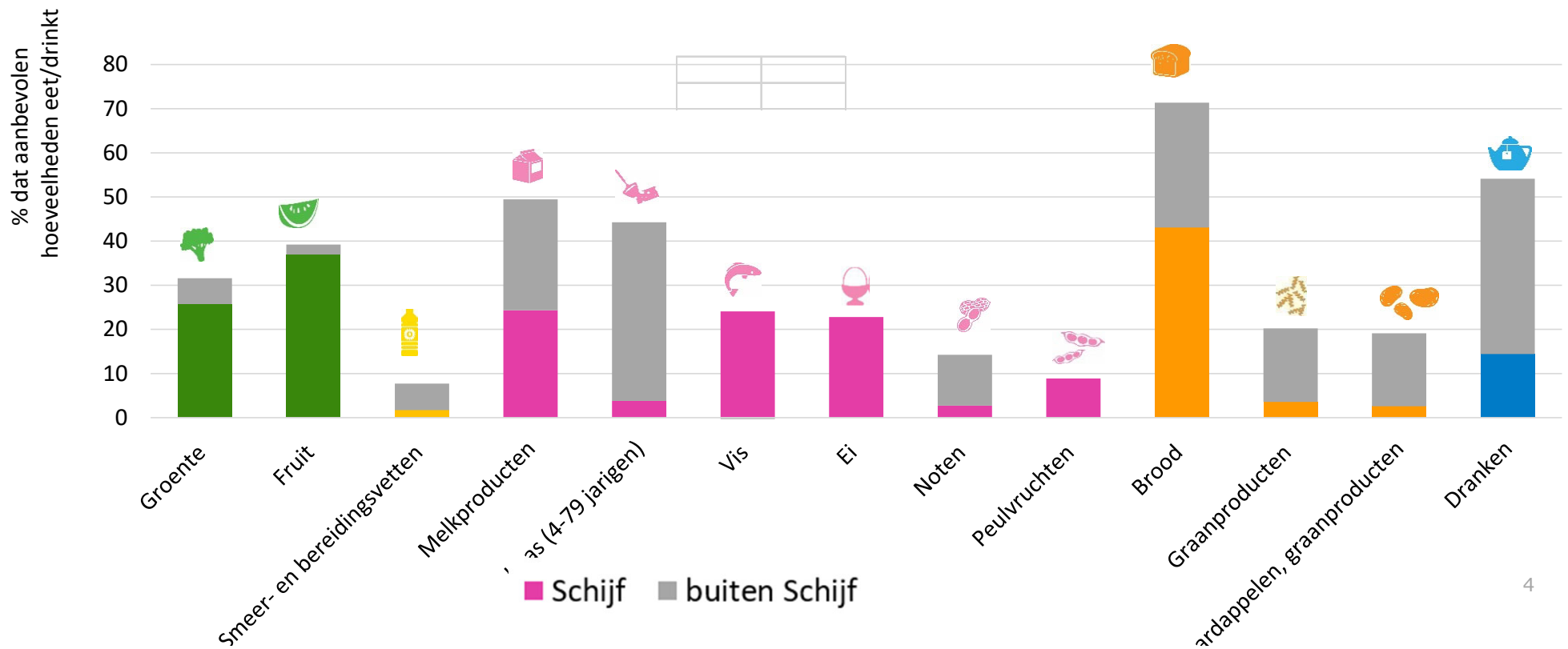
VCP 2019-2021 4-11 jarige jongens





Eten en drinken we de aanbevolen hoeveelheden?

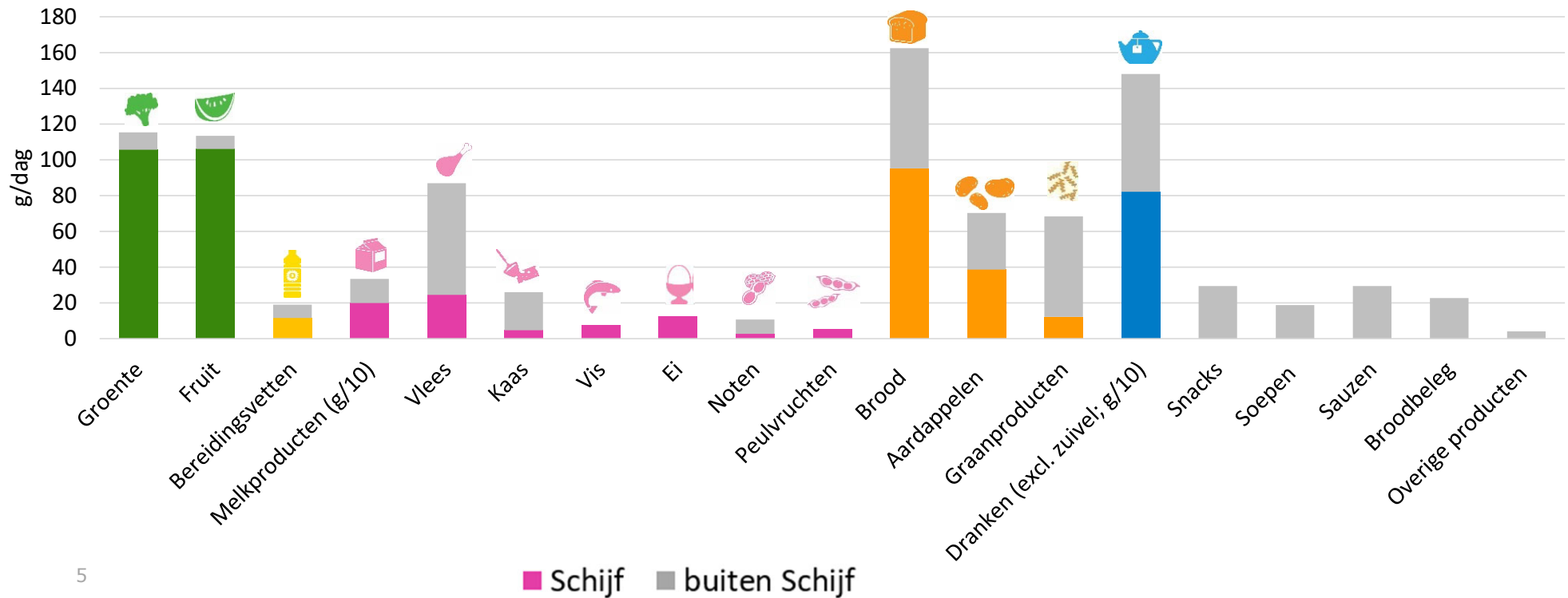
VCP 2019-2021 4-11 jarige jongens





Wat eet en drinkt Nederland?

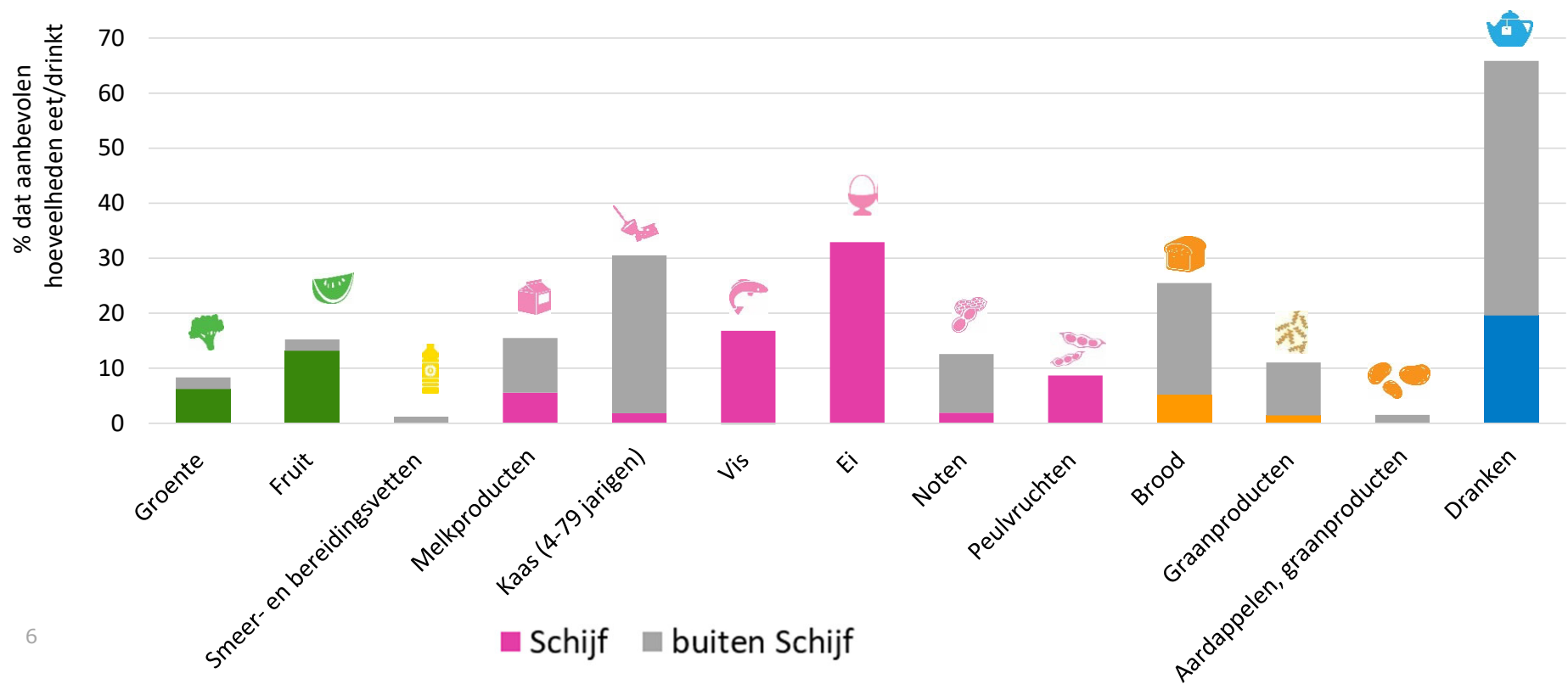
VCP 2019-2021 12-17 jarige jongens





Eten en drinken we de aanbevolen hoeveelheden?

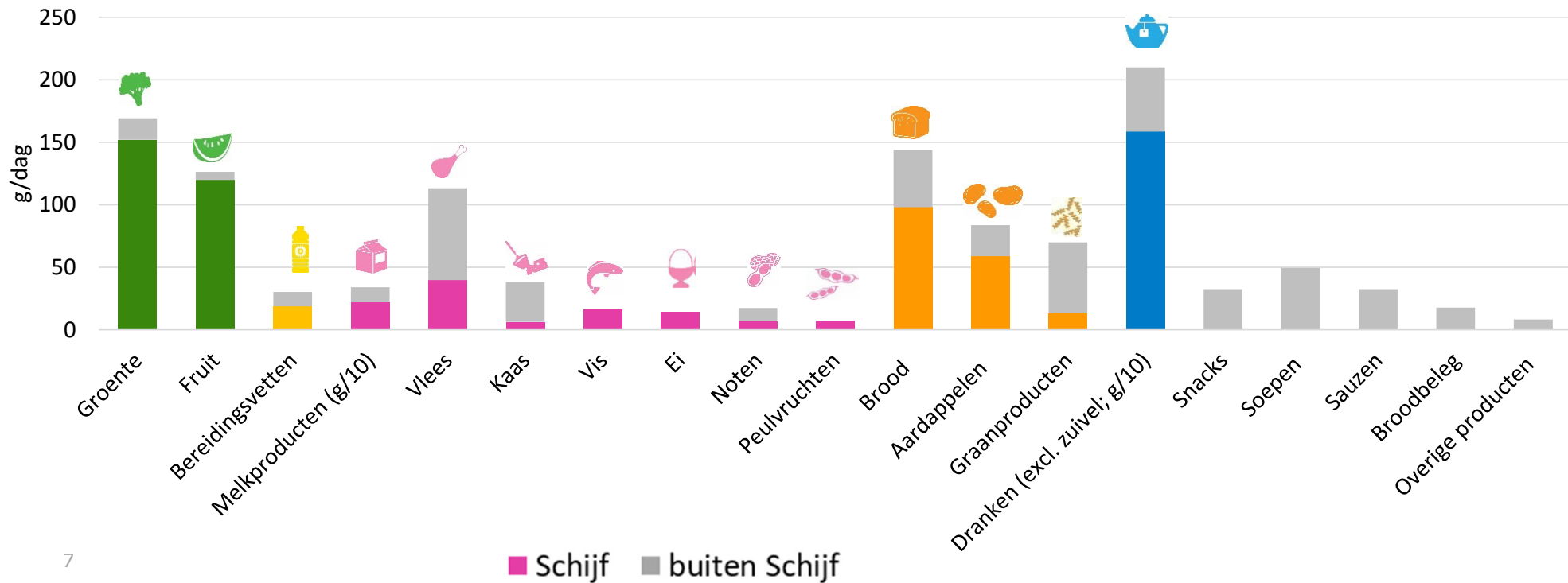
VCP 2019-2021 12-17 jarige jongens





Wat eet en drinkt Nederland?

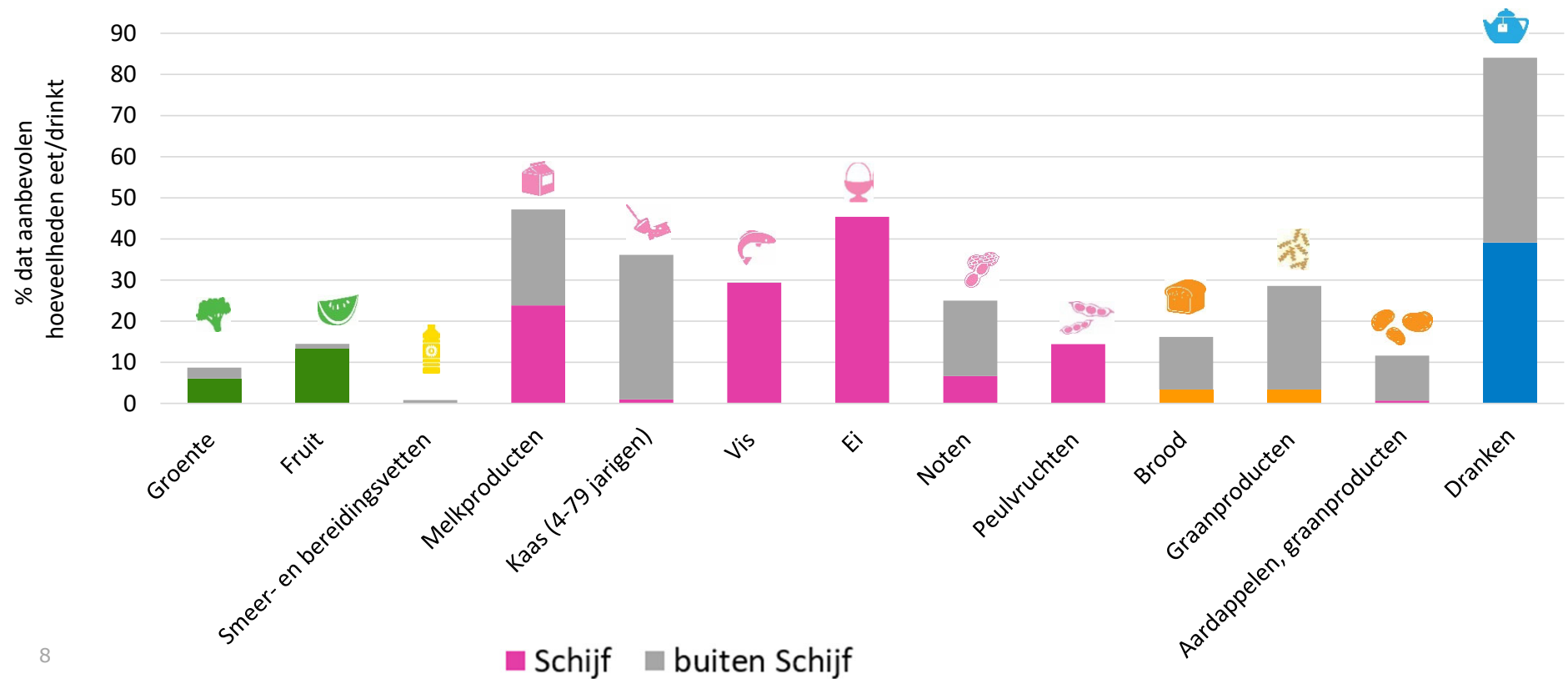
VCP 2019-2021 18-50 jarige mannen





Eten en drinken we de aanbevolen hoeveelheden?

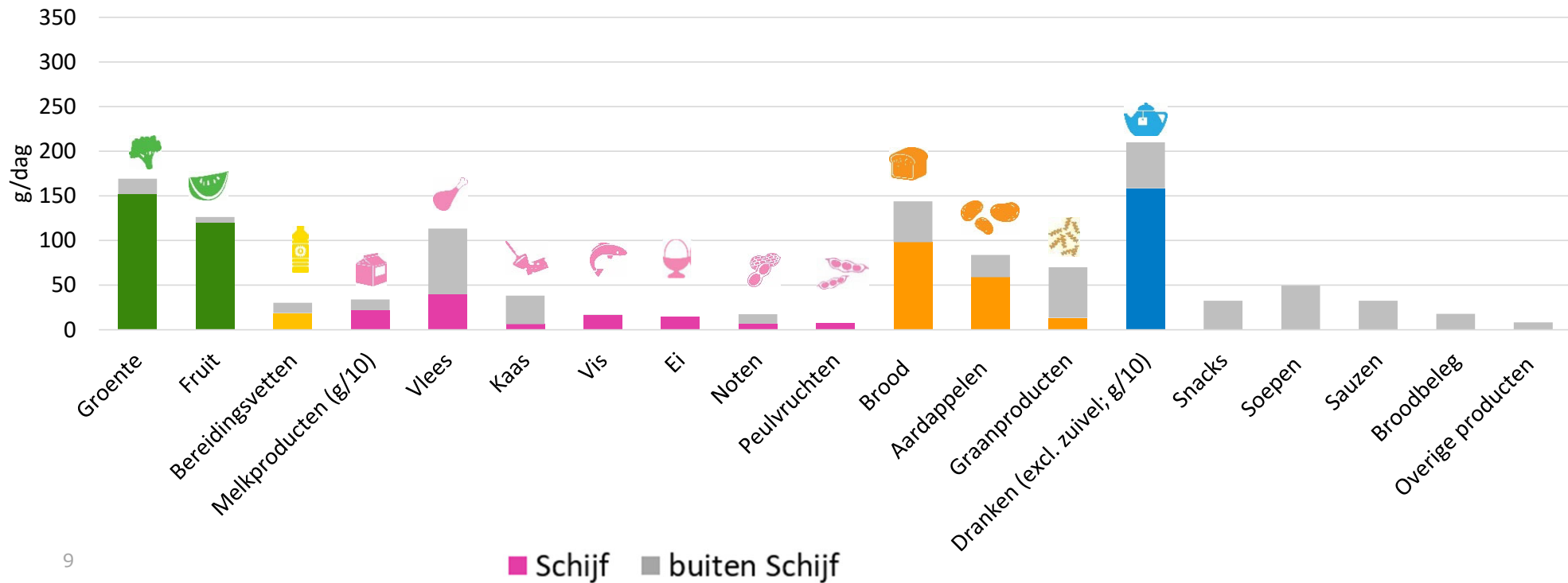
VCP 2019-2021 18-50 jarige mannen





Wat eet en drinkt Nederland?

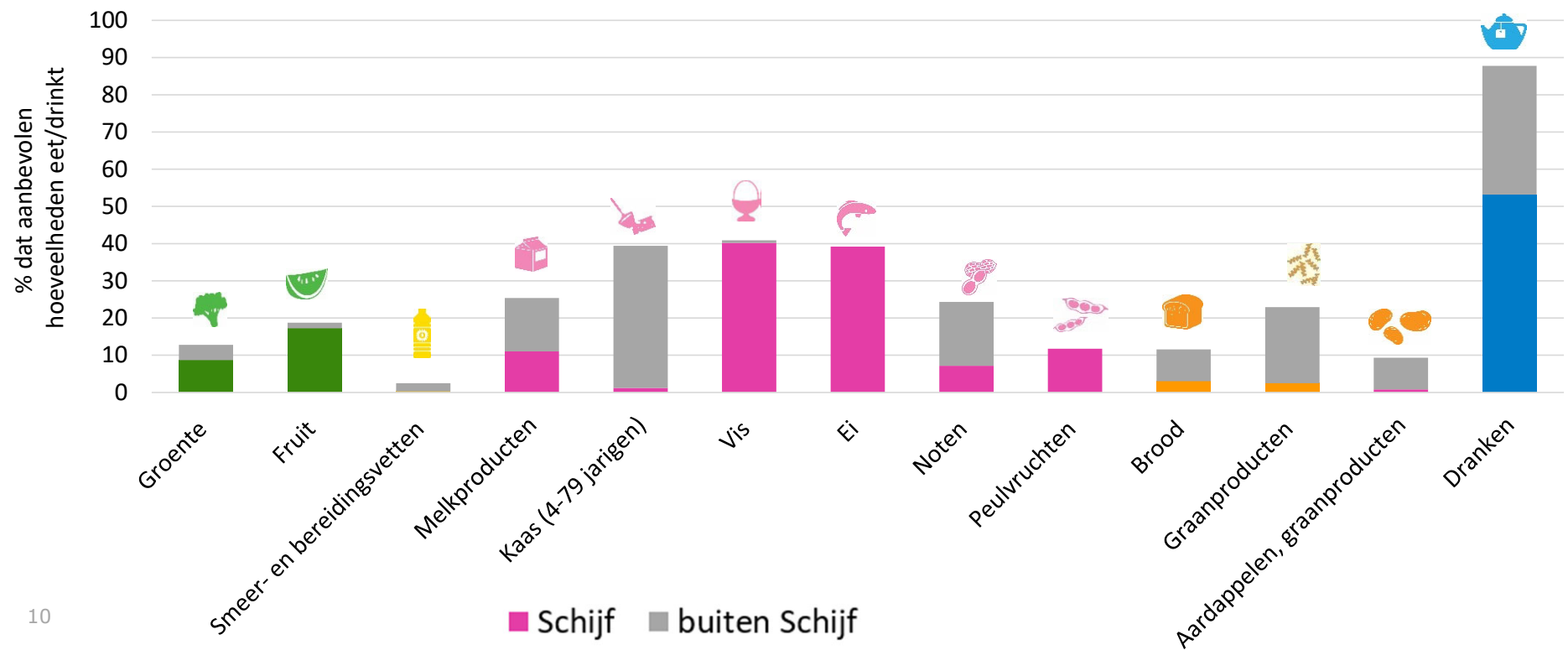
VCP 2019-2021 51-64 jarige mannen





Eten en drinken we de aanbevolen hoeveelheden?

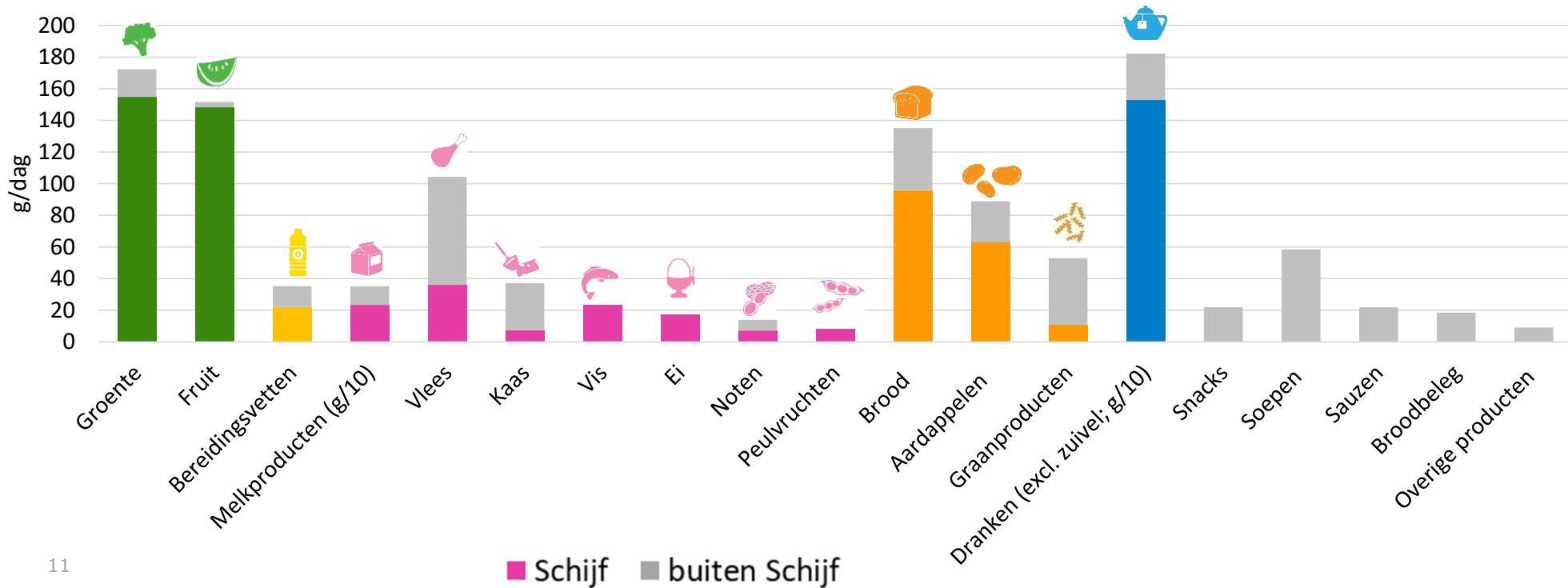
VCP 2019-2021 51-64 jarige mannen





Wat eet en drinkt Nederland?

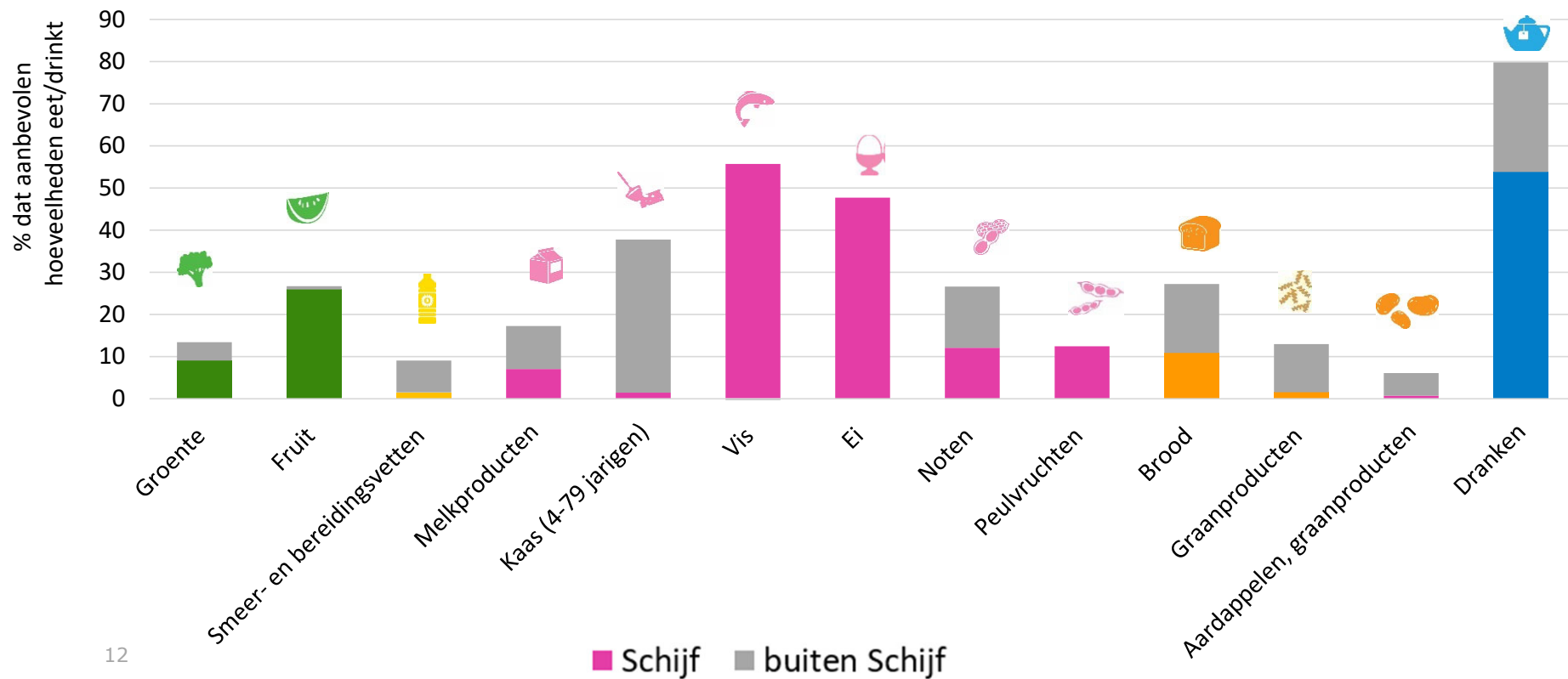
VCP 2019-2021 65-79 jarige mannen





Eten en drinken we de aanbevolen hoeveelheden?

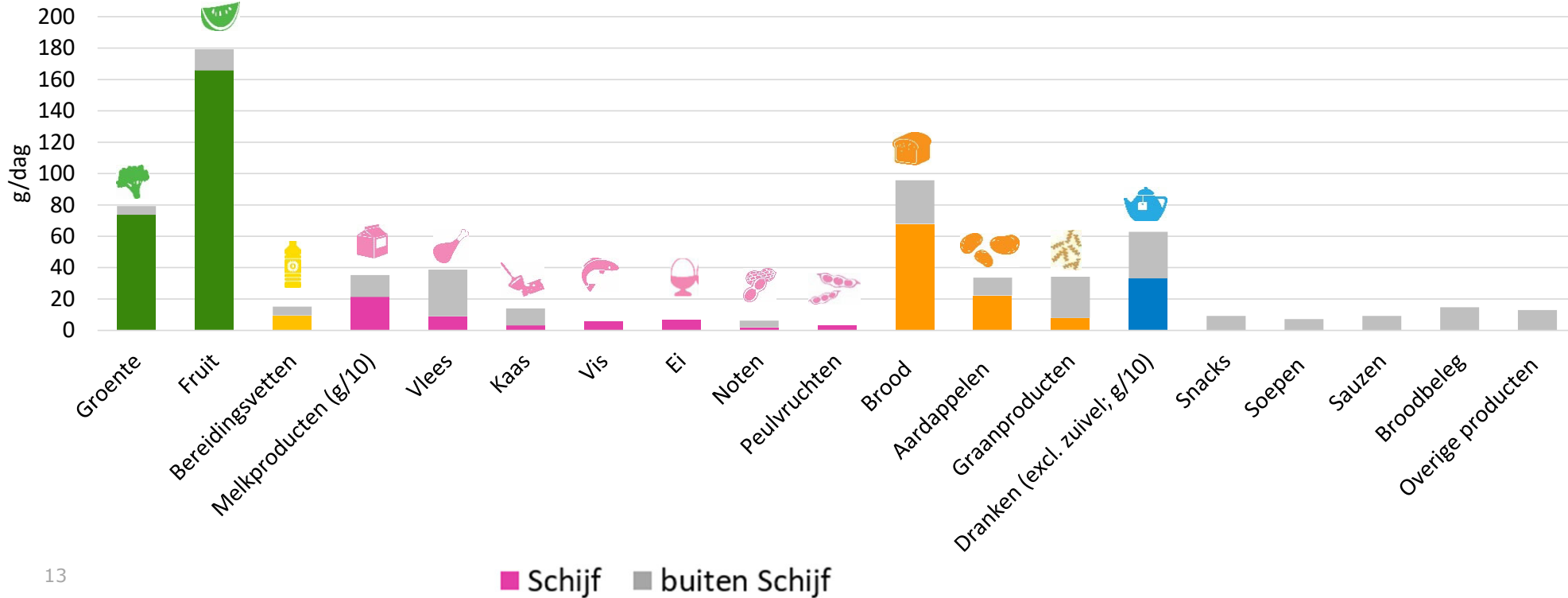
VCP 2019-2021 65-79 jarige mannen





Wat eet en drinkt Nederland?

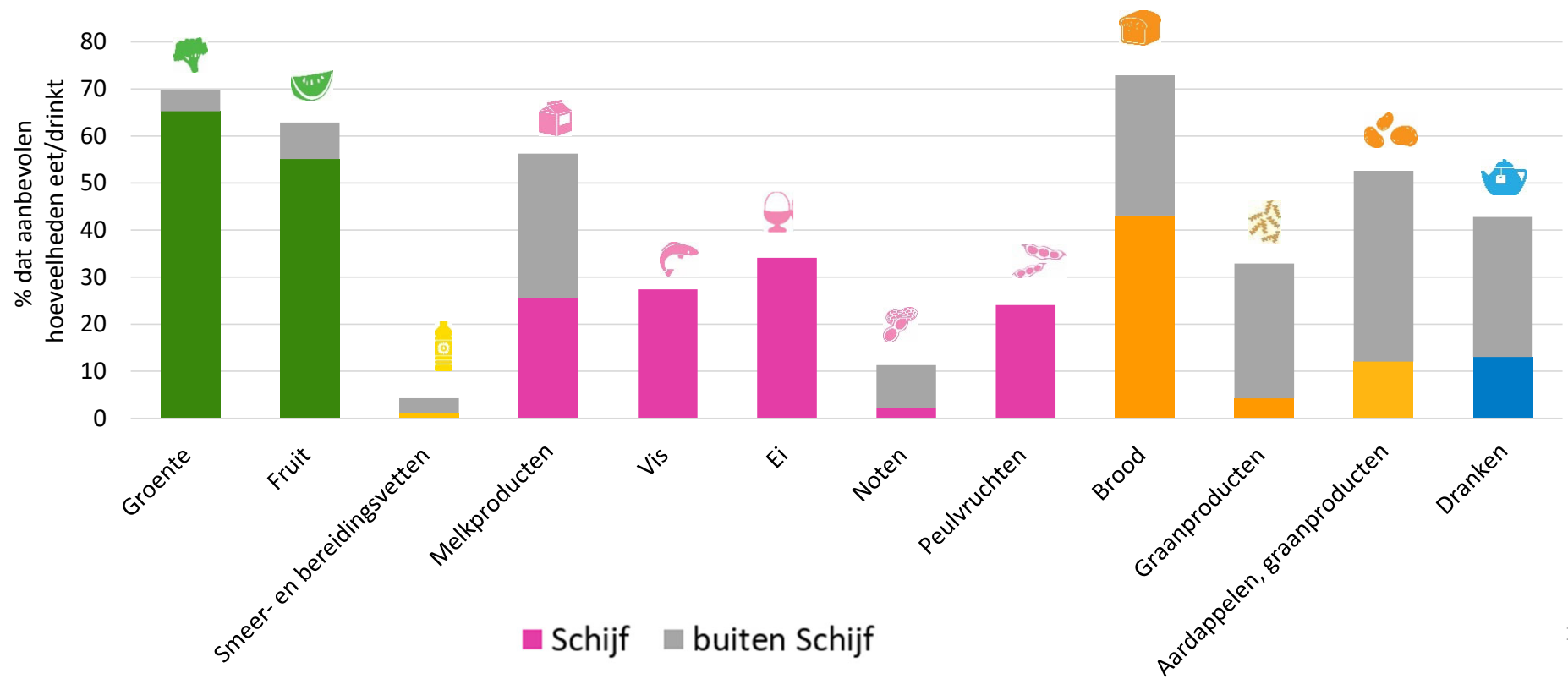
VCP 2019-2021 1-3 jarige meisjes





Eten en drinken we de aanbevolen hoeveelheden?

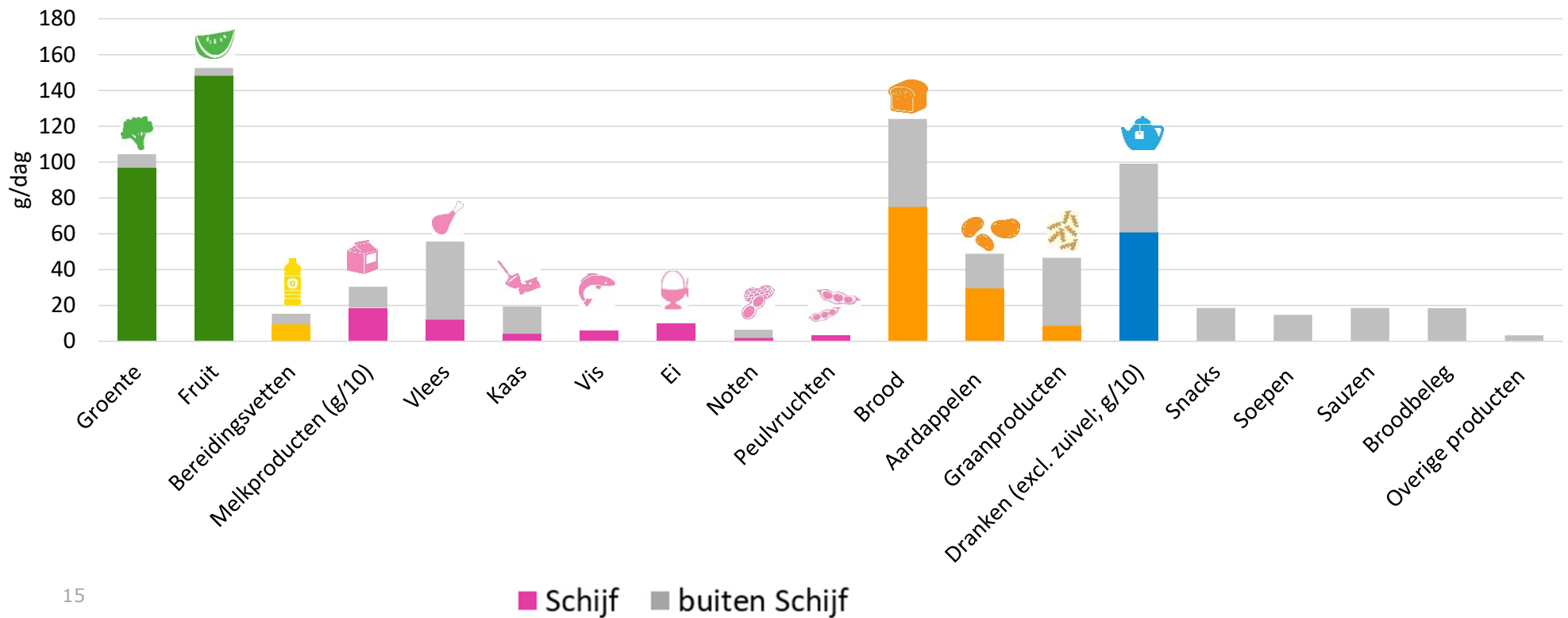
VCP 2019-2021 1-3 jarige meisjes





Wat eet en drinkt Nederland?

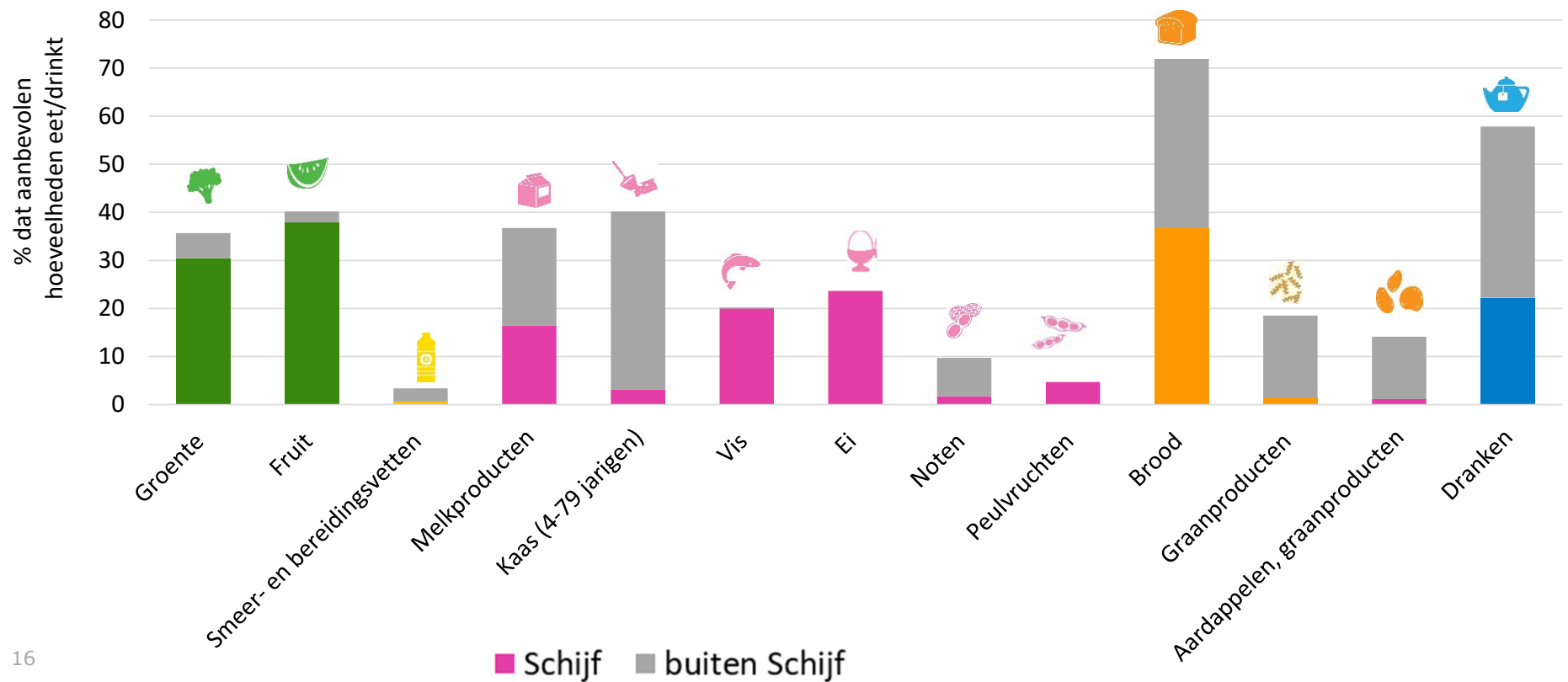
VCP 2019-2021 4-11 jarige meisjes





Eten en drinken we de aanbevolen hoeveelheden?

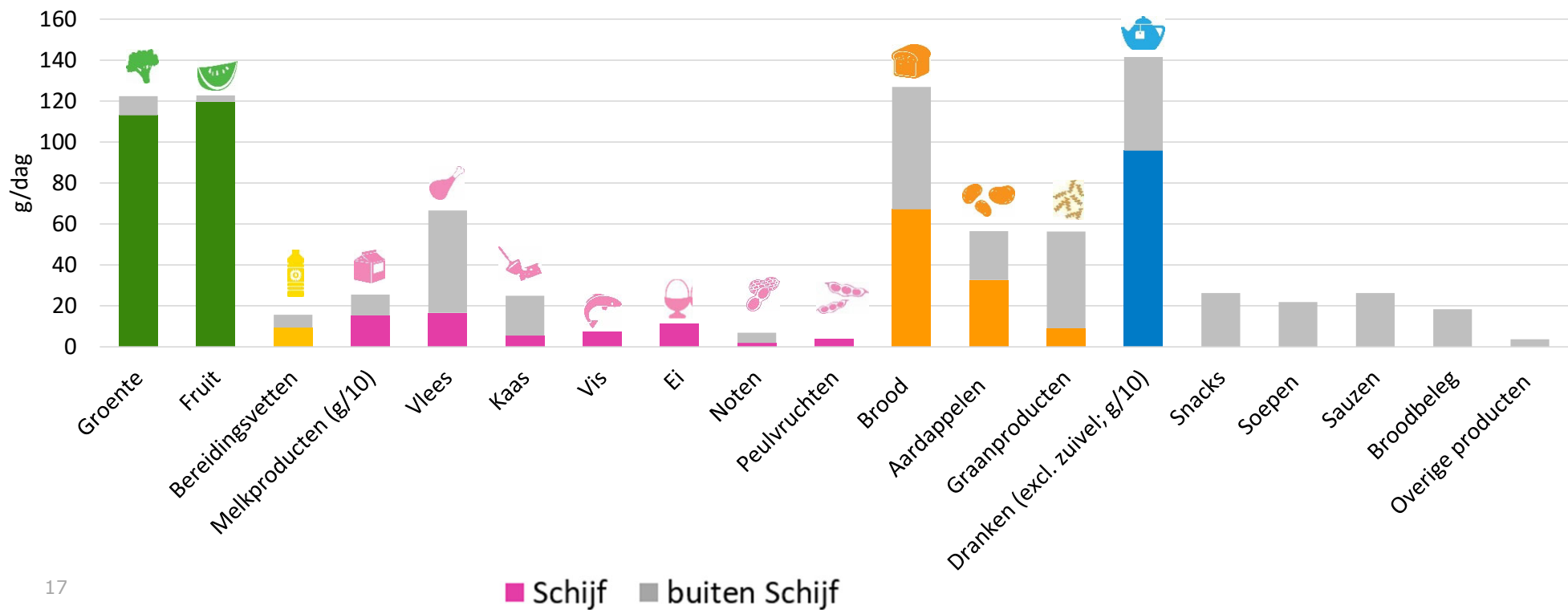
VCP 2019-2021 4-11 jarige meisjes





Wat eet en drinkt Nederland?

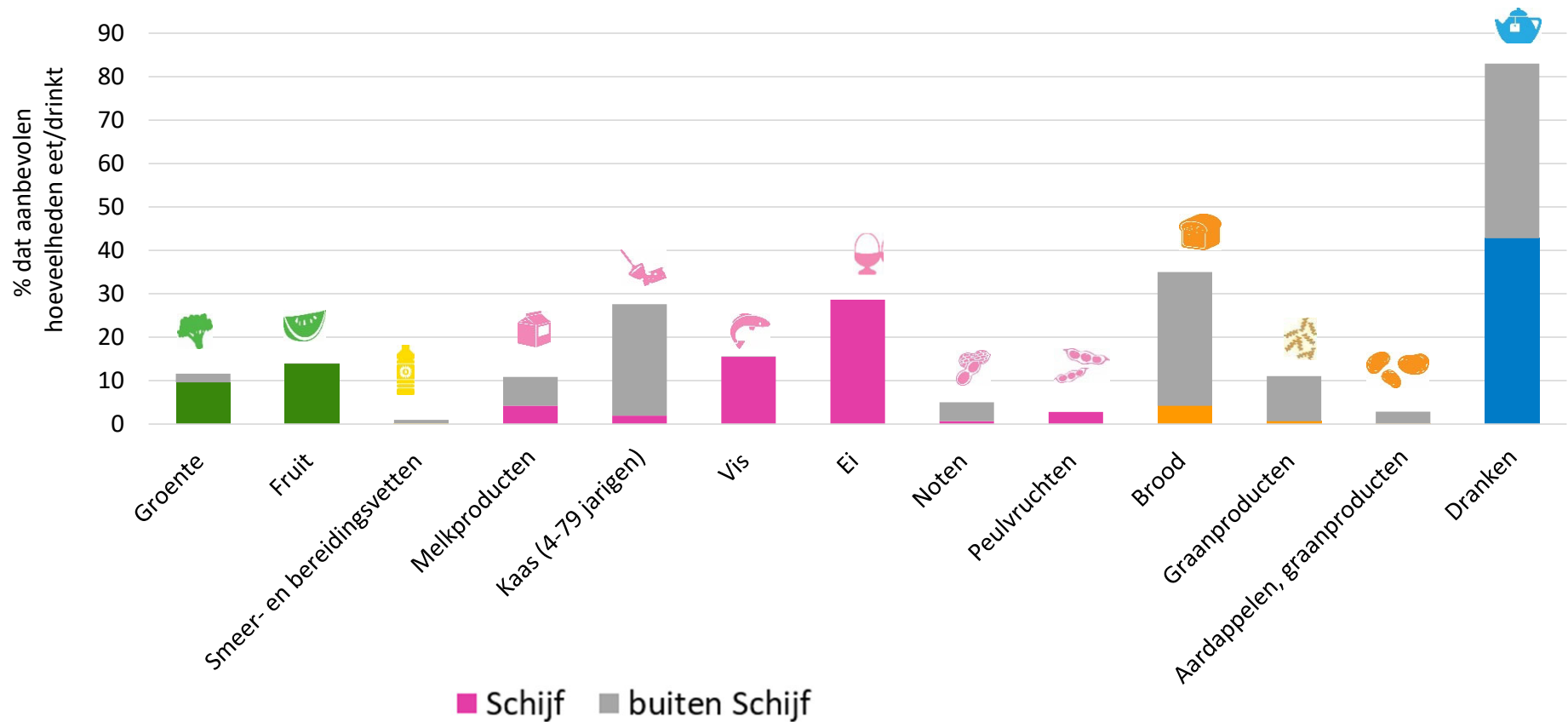
VCP 2019-2021 12-17 jarige meisjes





Eten en drinken we de aanbevolen hoeveelheden?

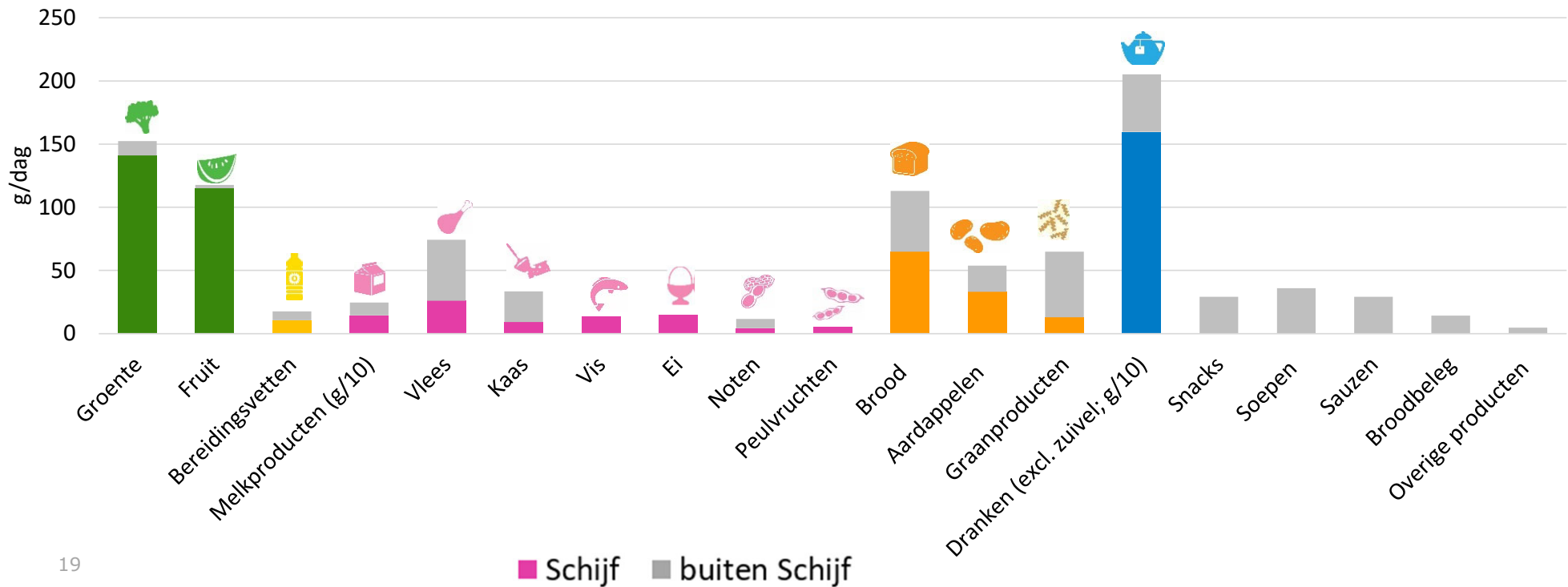
VCP 2019-2021 12-17 jarige meisjes





Wat eet en drinkt Nederland?

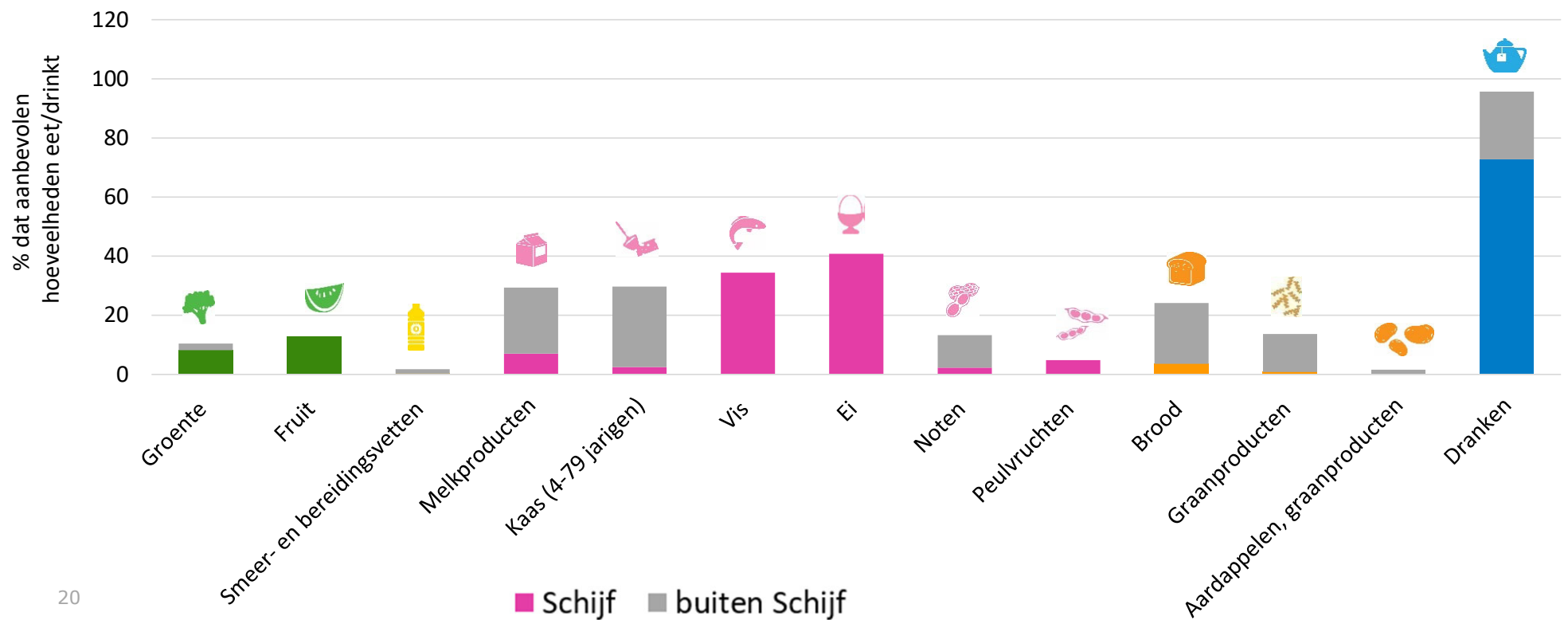
VCP 2019-2021 18-50 jarige vrouwen





Eten en drinken we de aanbevolen hoeveelheden?

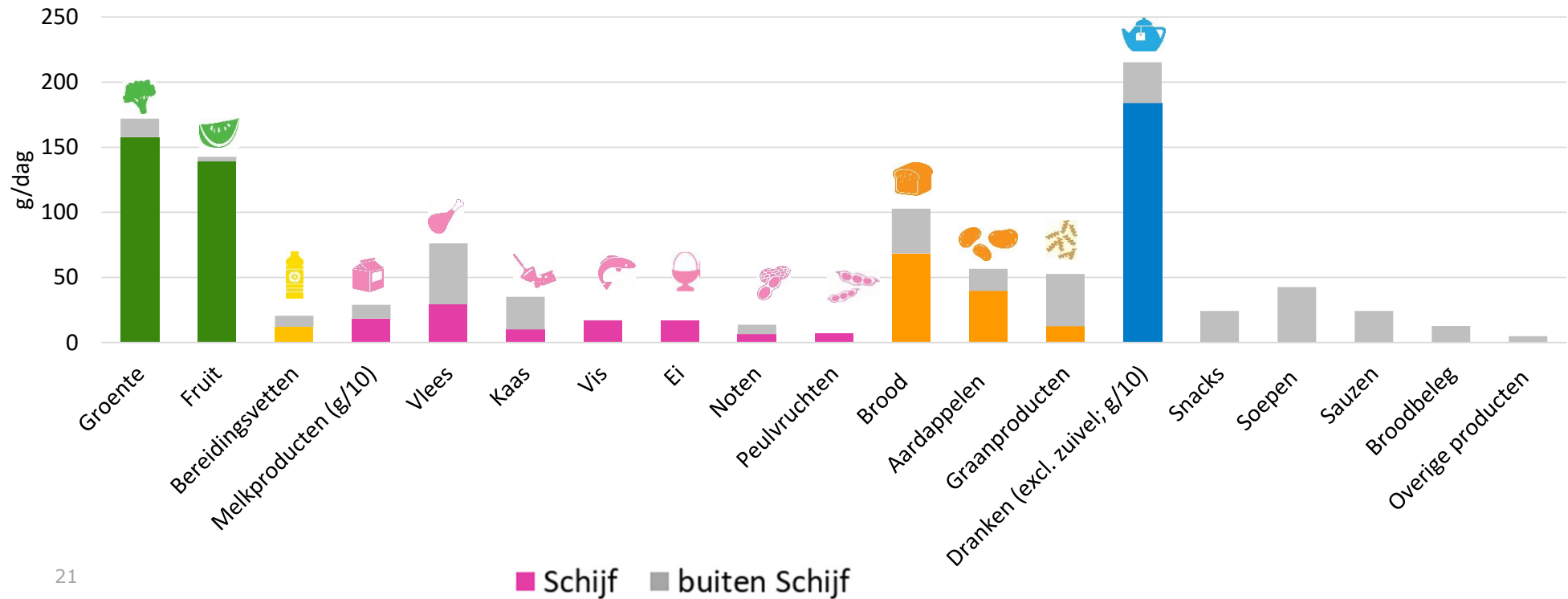
VCP 2019-2021 18-50 jarige vrouwen





Wat eet en drinkt Nederland?

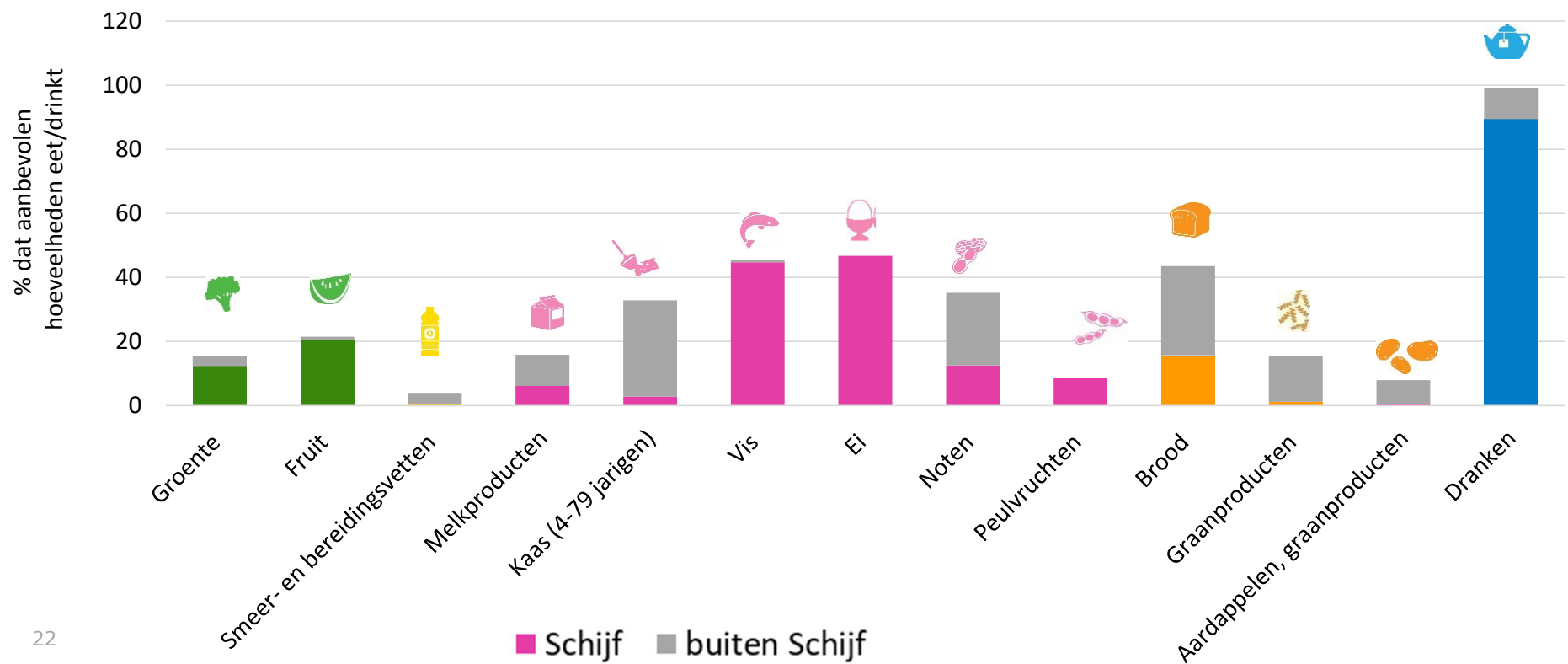
VCP 2019-2021 51-64 jarige vrouwen





Eten en drinken we de aanbevolen hoeveelheden?

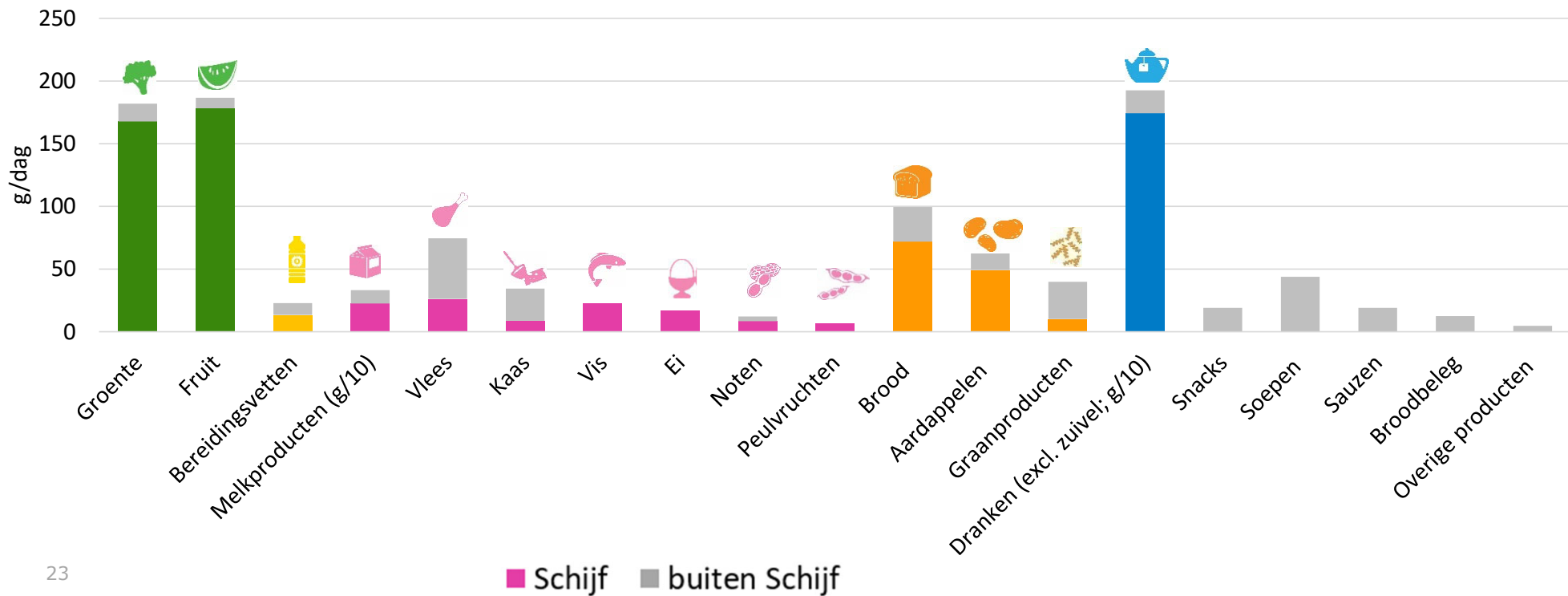
VCP 2019-2021 51-64 jarige vrouwen





Wat eet en drinkt Nederland?

VCP 2019-2021 65-79 jarige vrouwen





Eten en drinken we de aanbevolen hoeveelheden?

VCP 2019-2021 65-79 jarige vrouwen

