

Ernæring, Bæredygtighed og Sundhedsfremme

Analyse af indtag og næringsstofbidrag fra mejeriprodukter



Ernæring, Bæredygtighed og Sundhedsfremme
**Analyse af indtag og næringsstofbidrag
fra mejeriprodukter**

Nutrition, Sustainability and Health Promotion
**Analysis of intake and nutrient contribution
from dairy products.**

Marts 2026

Rapport af:

Frida Viple
Camilla Christensen
Sisse Fagt
Anja Biltoft-Jensen

Copyright:

© DTU Fødevareinstituttet
Hel eller delvis gengivelse af denne publikation er tilladt med kildeangivelse

Forsidefoto:

Colourbox

Udgivet af:

DTU Fødevareinstituttet
Henrik Dams Allé
2800 Lyngby
Danmark

ISBN:

978-87-7586-073-9

food.dtu.dk

Forord

Mælk og mejeriprodukter har traditionelt spillet en central rolle i den danske kost og indgår fortsat som en anbefalet fødevaregruppe i de officielle danske kostråd. Samtidig er kostvaner, fødevarevalg og opfattelser af sundhed og bæredygtighed under forandring, hvilket øger relevansen af løbende at belyse befolkningens faktiske indtag af mejeriprodukter og deres bidrag til kosten.

Denne rapport giver en samlet og opdateret analyse af danskernes indtag af mælk og mejeriprodukter på tværs af alder og køn. Analyserne er baseret på data fra Den Nationale Undersøgelse af Danskernes Kost og Fysiske Aktivitet 2021-2024 (DANSDA 2021–2024), som bygger på detaljerede 7-dages kostdagbøger fra 3.824 danskere i alderen 4–80 år. Undersøgelsen giver mulighed for at belyse både indtag, næringsstofbidrag og kostkvalitet i den danske befolkning.

Formålet med rapporten er at bidrage med et nuanceret og dokumenteret billede af mejeriproduktets rolle i danskernes kost, herunder forskelle mellem befolkningsgrupper samt sammenhænge mellem mejeriindtag, efterlevelse af kostråd og næringsstofbidrag. Rapporten skal understøtte faglig viden, forskning og den videre dialog på området.

Arbejdet med rapporten er støttet af Mælkeafgiftsfonden. Rapportens analyser, fortolkninger og konklusioner er udarbejdet uafhængigt og afspejler forfatterens faglige vurderinger.

DTU Fødevareinstituttet
Afdeling for Ernæring, Bæredygtighed og Sundhedsfremme
Marts 2026

Indhold

Sammendrag	6
Summary	8
Projektgrundlag	10
1. Baggrund	11
2. Metode	13
Population.....	13
Kostdata	14
Næringsstofbidrag	14
Livstilsfaktorer.....	15
<i>Samlivsstatus</i>	15
<i>Rygevaner</i>	15
<i>Uddannelsesniveau</i>	15
<i>Antropometri</i>	15
<i>Blodtryk</i>	16
Kostkvalitetsindeks	17
Inddeling i grupper med lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter i kosten.....	17
Statistiske analyser.....	18
3. Resultater	19
3.1 Indtag af mejeriprodukter og deres næringsstofbidrag til kosten hos børn og voksne (4-80 år).	20
3.2 Karakteristika, kostkvalitet og næringsstofbidrag fra mejeriprodukter blandt personer med lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter	39
4. Diskussion	78
Indtag af mejeriprodukter.....	78
Udvikling af mejeriindtag over tid.....	79

Karakteristika af personer med lavt, middel og højt mejeriindtag	80
Efterlevelse af kostråd.....	82
Mejeriprodukters næringsstofbidrag.....	84
Styrker og svagheder.....	85
5. Konklusion	87
Bilag A. Grupperinger af mejeriprodukter.....	92
Bilag B. Beregning af kostkvalitetsindeks.....	94
Bilag C. Grupperinger af fødevaregrupper i kostkvalitetsindekset.....	98
Bilag D. Sammenligning af kostens indhold af mejeriprodukter mellem mænd og kvinder	117

Sammendrag

Baseret på data fra *Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysisk aktivitet 2021-2024* (DANSDA 2021-2024) er danskernes indtag og næringsstofbidrag fra mejeriprodukter blevet undersøgt. Analysen omfatter 3824 deltagere i alderen 4-80 år. Data er indsamlet ved hjælp af en 7-dages selvrapporтерet kostregistreringsdagbog. Seks mejerikategorier indgår i analysen, herunder mælk, syrnede mælkeprodukter, ost, madlavningsprodukter- og tilbehør, smør og blandingsprodukter og søde mælkedrikke. Til visse analyser er deltagerne inddelt i grupper med lavt, middel og højt indhold af mejeriprodukter i kosten.

Blandt mænd består drenges (4-14 år) kost af mere totalt mejeri og mælk end unge og voksne mænds (15-80 år) kost, mens drenge omvendt får mindre ost i kosten. Hos kvinder er indholdet af mejeriprodukter - hovedsageligt syrnede mælkeprodukter - derimod højest blandt ældre voksne (51-80 år) og stiger med alderen fra 15 år og opefter. På samme vis som for mændene er indtaget af ost lavest blandt pigerne (4-14 år).

Blandt børn (4-14 år) og unge (15-24 år) indtager drenge flere mejeriprodukter end piger, særligt adskiller grupperne sig markant for mælkeindtaget. Blandt yngre (25-50 år) og ældre voksne (51-80 år) er det derimod kvinder, der indtager flest mejeriprodukter, især syrnede mælkeprodukter.

Resultaterne viser, at mejeriprodukter er en vigtig kilde til adskillige næringsstoffer i danske børn og voksnes kost, særligt calcium. Derudover bidrager mejeriprodukter med betydelige mængder protein, fedt - primært mættet fedt - samt fosfor, jod, kalium, selen, zink, A-vitamin, riboflavin og B12-vitamin, hvilket hovedsageligt kan tilskrives indtaget af mælk og ost. Samtidig ses det, næringsstofbidraget fra mejeriprodukter stiger i takt med et øget indhold af mejeri i kosten.

Voksne med et højt indhold af mejeriprodukter i kosten er mere tilbøjelige til at være ældre, kvinder og have et mindre taljemål end dem med et lavt og middel indhold. Derudover observeres signifikante forskelle i livstilsfaktorer og helbredsmarkører (vægt, BMI, vægtstatus, taljeomkreds og blodtrykstatus) for syrnede mælkeprodukter, smør og blandingsprodukter samt søde mælkedrikke. Voksne med et lavt indtag af

syrnede mælkeprodukter er mere tilbøjelige til at have en ugunstig livsstil og helbreds-markører sammenlignet med voksne med et lavt og middel indtag, mens modsatte mønstre observeres ved et højt indhold af smør og blandingsprodukter og søde mælkedrikke i kosten. Ydermere ses det, at voksne med et højt indtag af mejeriprodukter - særligt syrnede mælkeprodukter - samt et lavt indtag af søde mælkedrikke er mere tilbøjelige til at have en bedre kostkvalitet end de øvrige indtagsgrupper.

Mindre forskelle ses blandt børnene for livsstilsfaktorer og helbredsmarkører. Dog er børn med et højt indhold af totalt mejeri og mælk i kosten mere tilbøjelig til at være drenge og yngre. Det ses ligeledes for børnene, at et højere indhold af mejeriprodukter, primært mælk, og et lavere indhold af søde mælkedrikke er forbundet med en bedre kostkvalitet.

Overordnet indikerer resultaterne, at danskerne har udfordringer med at følge kostrådene. Både børn og voksne får mere ost og mindre mælk og mælkeprodukter i kosten end, hvad der anbefales. Når ost omregnes til mælkeækvivalenter, er det dog primært unge piger (11-17 år), der ligger markant under anbefalingerne.

Summary

Based on data from the most recent Danish National Survey of Diet and Physical Activity 2021-2024 (DANSDA 2021-2024), the intake of dairy products and their nutrient contribution were examined. The analysis comprised 3,824 participants aged 4-80 years. Data were collected using a 7-day self-reported dietary record. Six dairy categories were included in the analysis: milk, fermented milk products, cheese, cooking products and accompaniments, butter and blended spreads, and sweetened milk-based beverages. For selected analyses, participants were divided into groups with low, medium, and high dietary dairy content.

Among males, the diet with the highest content of total dairy and milk is observed among boys (4-14 years) and is significantly higher than in adolescent and adults (15-80 years). Conversely, the cheese content of the diet is lowest among boys. Among females, the dietary content of dairy products, particularly fermented milk products, increases from the age of 15 years onwards and is highest in older women (51-80 years). Similar to males, the lowest dietary cheese content is seen among girls (4-14 years).

Among children (4-14 years) as well as adolescents and young adults (15-24 years), males have a diet with a higher dairy product content than girls, particularly milk. In contrast, among younger (25-50 years) and older adults (51-80 years), women have the highest dietary dairy content, especially fermented milk products.

Furthermore, the results demonstrate that dairy products are an important source of multiple nutrients in the diets of Danish children and adults, particularly calcium. Dairy products also contribute with substantial amounts of protein, fat – primarily saturated fat – as well as phosphorous, iodine, potassium, selenium, zinc, vitamin A, riboflavin, and vitamin B₁₂, which is largely attributable to the intake of milk and cheese. In addition, the contribution of dairy products to nutrient intake increases with higher dairy consumption.

Adults consuming diets with a high dairy content are more likely to be older, female and to have a lower waist circumference compared with those consuming diets with low or medium dairy content. Moreover, marked differences in lifestyle factors and health markers (body weight, BMI, waist circumference, and blood pressure status) are observed for fermented milk products, butter and blended spreads, as well as sweetened milk-based beverages. Indeed, adults consuming diets with low amounts of fermented milk products are more likely to exhibit unfavorable lifestyle patterns and health markers compared with those with medium and high dietary content. In contrast, the opposite patterns are observed among adults with diets low in butter and blended spreads, as well as sweetened milk-based beverages. Additionally, adults consuming diets with high amounts of dairy, mainly fermented milk products, are more likely to have a higher overall diet quality than those consuming diets with low or medium amounts of dairy.

Fewer differences in lifestyle factors and health markers are observed among children. However, children consuming diets high in total dairy products and milk are more likely to be younger and male. Additionally, diets with higher amounts of dairy products, primarily milk, and lower amounts of sweetened milk-based beverages are associated with better overall diet quality among children.

The results indicate that the Danish population generally faces difficulties in adhering to the national dietary guidelines. Both children and adults consume more cheese and less milk and milk products than recommended. However, when cheese intake is converted to milk equivalents, it is mainly adolescent girls (11-17 years) who fall markedly below the recommended intakes.

Projektgrundlag

Med udgangspunkt i data fra Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysisk aktivitet 2021-2024 (DANSDA), har Mælkeafgiftsfonden bevilliget ressourcer til analyser af:

1. Indtag og næringsstofbidrag fra forskellige mejeriprodukter, specifikt mælk, syrnede mælkeprodukter, ost, madlavningsprodukter/tilbehør, smør og blandingsprodukter og søde mælkedrikke hos børn (4-14 år), unge (15-24 år), yngre voksne (25-50 år) og ældre voksne (51-80 år).
2. Kostkvaliteten og udvalgte næringsstofindtag samt blodtryk hos dem, hvis kost har et lavt, middel og højt indhold af mælk, syrnede mælkeprodukter, ost, madlavningsprodukter/tilbehør, smør og blandingsprodukter og søde mælkedrikke. Gruppernes karakteristika, kost- og indtag af mælk, syrnede mælkeprodukter, ost, madlavningsprodukter/tilbehør, smør og blandingsprodukter samt søde mælkedrikke beskrives.

Projektet er gennemført på baggrund af en bevilling fra Mælkeafgiftsfonden. Fonden har ikke haft indflydelse på projektets faglige gennemførelse, analyser, fortolkning af resultater eller rapportens konklusioner.

Der har undervejs i projektet været afholdt to statusmøder med Branchesekretariatet - Mejeri med henblik på orientering om projektets fremdrift samt afklaring af metodiske og praktiske spørgsmål. Derudover er foreløbige, overordnede resultater præsenteret på Landbrug & Fødevarers konference, Ernæringsfokuskonferencen, den 20. november 2025.

Branchesekretariatet - Mejeri har haft mulighed for at anmode om konkretisering og faktisk afklaring af rapportens indhold, men har ikke haft indflydelse på analyser, fortolkninger eller konklusioner i rapporten.

1. Baggrund

I takt med det stigende fokus på klimaforandringer er der øget opmærksomhed på behovet for at omstille fødevarer systemet og fremme mere bæredygtige kostvaner. Da animalske produkter generelt bidrager væsentligt til kostens samlede klimabelastning, anbefales det ofte at reducere indtaget heraf og i højere grad indtage en plantebaseret kost (Styrelsen for Fødevarer Landbrug og Fiskeri, 2025).

Ifølge FN's fødevarer- og landbrugsorganisation (FAO) skal en bæredygtig kost imidlertid ikke alene tage hensyn til klima og miljø, men også være næringsmæssigt tilstrækkelig, sund, sikker og økonomisk overkommelig (Food and Agriculture Organization of the United Nations, 2010). I denne sammenhæng er mejeriprodukter særligt relevante, idet de bidrager væsentligt til indtaget af centrale mikronæringsstoffer såsom calcium, jod, riboflavin og vitamin B₁₂, som spiller en afgørende rolle for blandt andet knogle- og muskelfunktion, vækst og udvikling (Cifelli et al., 2016; Hannibal et al., 2024; Salomé et al., 2021; Temme et al., 2015). Disse næringsstoffer kan være vanskeligere at opnå i tilstrækkelige mængder ved en kost med reduceret indtag af animalske produkter, særligt for grupper med et øget behov, herunder børn og unge, gravide og ammende samt ældre (Lassen et al., 2020; Magkos et al., 2020; Nicol et al., 2024).

Observationelle og eksperimentelle studier peger desuden på, at et højere indtag af mejeriprodukter er associeret med bedre kostkvalitet og en højere sandsynlighed for at opfylde anbefalingerne for flere vitaminer og mineraler (Feeney et al., 2017; Hobbs et al., 2020; O'Neil et al., 2009), ligesom der er rapporteret gunstige sammenhænge med risikomarkører for metabolisk og kardiovaskulær sundhed, herunder blodtryk og kropsvægt (Feeney et al., 2017; Filippou et al., 2020; Mena-Sánchez et al., 2018). Ydermere er mejeriprodukter i en britisk kontekst generelt karakteriseret ved en relativt høj næringsstoftæthed i forhold til pris, hvilket er relevant i vurderingen af kostens økonomiske overkommelighed (Hobbs et al., 2020).

Samtidig bidrager mejeriprodukter væsentligt til kostens samlede klimabelastning og udgjorde i perioden 2011–2013 omkring 19 % af drivhusgasudledningen fra

den gennemsnitlige danske kost, baseret på data fra Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet (Nordman et al., 2022). Dette illustrerer den grundlæggende afvejning mellem klima- og ernæringshensyn, som er central i vurderingen af mejeriprodukters rolle i en bæredygtig kost.

På trods af mejeriprodukters centrale placering i både De officielle danske kostråd og i internationale kostmønstre, herunder de nordiske næringsstofanbefalinger (NNR2023), er der begrænset opdateret viden om, hvordan mejeriprodukter bidrager til kostkvalitet, næringsstofdækning og sundhedsrelaterede indikatorer i den danske befolkning baseret på nyere nationale kostdata.

Formål

Formålet med denne rapport er at analysere indtaget af mejeriprodukter og deres bidrag til kostkvalitet og næringsstofindtag blandt børn og voksne i Danmark på baggrund af data fra Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet (DANSDA) 2021–2024. Analysen omfatter indtag af mælk, syrnede mælkeprodukter, ost, madlavningsprodukter og tilbehør, smør og blandingsprodukter samt søde mælkedrikke. Endvidere undersøges forskelle i kostkvalitet, næringsstofindtag og udvalgte sundhedsrelaterede indikatorer mellem grupper med henholdsvis lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter.

2. Metode

Population

Denne rapport er baseret på data fra Den nationale undersøgelse af danskernes kostvaner og fysiske aktivitet (DANSDA) 2021–2024, en landsdækkende undersøgelse af kost, fysisk aktivitet samt øvrige livsstils- og baggrundsfaktorer blandt personer i alderen 4–80 år.

Undersøgelsen bygger på populationsstikprøver, som er tilfældigt udtrukket fra CPR – Det Centrale Personregister af Sundhedsdatastyrelsen. Inklusion omfattede dansk statsborgerskab med bopæl i Danmark, mens plejehjemsbeboere blev ekskluderet. Dataindsamlingen fandt sted i perioden fra september 2021 til juni 2024.

I alt indgår 3.824 deltagere med gyldige kostdata, hvilket svarer til en svarprocent på 26,3%. En bortfaldsanalyse udført af Danmarks Statistik, baseret på registerdata om demografiske, geografiske og socioøkonomiske forhold, viser, at deltagelse og bortfald varierer systematisk med en række baggrundsforhold. Variable alder, uddannelsesniveau, familieindkomst, familietype og region havde signifikant betydning for deltagelse og bortfald.

For at korrigere for skævheder i DANSDA-populationen har Danmarks Statistik udarbejdet vægte baseret på disse variable samt køn for at øge repræsentativiteten i forhold til den danske befolkning.

I nærværende rapport er resultaterne for indtaget af mejeriprodukter og næringsstofbidraget herfra fordelt på fire alderskategorier (4-14 år, 15-24 år, 25-50 år og 51-80 år), hvorimod de resterende resultater er fordelt på to alderskategorier (4-14 år og 15-80 år).

Kostdata

Kostdata blev indsamlet med en 7-dags selvrapporert, webbaseret kostdagbog. De, som ikke havde mulighed for at udfylde en webbaseret kostdagbog, udfyldte en papirdagbog. 2,6% af de valide kostdagbøger var papirdagbøger. Kostdagbogen var struktureret i henhold til et typisk dansk måltidsmønster bestående af tre hovedmåltider (morgenmad, frokost og aftensmad) samt tre mellemmåltids perioder. Deltagerne blev bedt om at registrere indtaget af alt mad og drikke i løbet af 7 dage. Portionsstørrelser blev estimeret ved hjælp af billeder af forskellige portionsstørrelser, i gram og milliliter, eller husholdningsmål. Ekstreme underrapportører blev ekskluderet fra analysen, og kun deltagere med en valid kostdagbog for mindst tre hverdage og én weekenddag blev inkluderet.

Analysen omfattede seks mejerikategorier, herunder mælk, syrnede mælkeprodukter, ost, madlavningsprodukter og -tilbehør, smør og blandingsprodukter samt søde mælkedrikke. Bilag A giver et overblik over de mejeriprodukter, der blev inkluderet i analyserne, samt deres inddeling i produktkategorierne. Det bør noteres, at drikkeyoghurt ikke er inkluderet i analysen. Dette skyldes, at drikkeyoghurt ikke findes som en selvstændig fødevare i fødevaredatabanken, og derimod er baseret på en opskrift bestående af skummetmælk, sukker og bær. Mælkedelen er derfor inkluderet under drikkemælk.

Næringsstofbidrag

Mejeriproduktets bidrag til det daglige medianindtag af udvalgte makro- og mikronæringsstoffer blev beregnet for hver alderskategori på tværs af kønnene. Disse blev udvalgt på basis af stikprøver i fødevaredatabasen (Fødevaredata (frida.fooddata.dk), version 5.4, 2025, Fødevareinstituttet, Danmarks Tekniske Universitet), således at der kun blev medtaget mikronæringsstoffer, der forekommer i væsentlige mængder i mejeriprodukter. De udvalgte næringsstoffer omfatter calcium, fosfor, jod, kalium, selen, zink, A-vitamin, riboflavin, folat, B12-vitamin, protein, kulhydrat, tilsat sukker, fedt, mættet fedt, enkeltumættet fedt og flerumættet fedt.

Livstilsfaktorer

Samlivsstatus

Samlivsstatus blev opdelt i forhold til antallet af voksne og børn i husholdningen og resulterede i følgende kategorier: én voksen uden børn, én voksen med børn, flere voksne uden børn og flere voksne med børn. Da der var utilstrækkelige oplysninger til at kunne inddele i disse kategorier for 200 deltagere, blev der efterfølgende oprettet en særskilt kategori "andet" til disse deltagere.

Rygevaner

Rygevaner blev inddelt i tre kategorier, herunder "ryger", "er holdt op" og har "aldrig" røget. Deltagerne blev klassificeret som rygere uanset hyppighed af rygning, således at kategorien omfatter personer, der ryger hver dag, minimum en gang om ugen og mindre end en gang om ugen. Der blev kun taget højde for tobaksrygning, da det repræsenterer størstedelen af rygningsformer blandt deltagere. For børn i alderen 4-14 år, er oplysninger om rygevaner baseret på forældrenes rygevaner.

Uddannelsesniveau

Deltagernes uddannelsesniveau blev inddelt i "ingen/erhverv", "under uddannelse" og "videregående uddannelse". Kategorien "ingen/erhverv" omfatter deltagere uden en uddannelse efter folkeskolen eller gymnasiet, samt deltagere der har udført en eller flere kortere kurser, en erhvervsfaglig uddannelse, handelsskole eller lignende. Derimod inkluderer kategorien "videregående uddannelse" deltagere med en bachelor- eller kandidatgrad. For børn i alderen 4-14 år, tager oplysningerne om uddannelsesniveau udgangspunkt i forældrenes uddannelse.

Antropometri

Kropsvægt blev målt med Kern MPI. Deltagerne blev vejet to gange, og hvis forskellen mellem målingerne var større end 0,5 kg, blev de vejet en tredje gang. Vægt blev ikke målt på gravide, sengeliggende, kørestolsbrugere eller personer med arm eller ben i gips.

Deltagernes højde blev målt ved hjælp af et stadiometer af mærket Charder HM200P Portstad. Ligesom for kropsvægten, blev højden målt to gange på hver deltager. Såfremt forskellen på målingerne var større end 1 cm, blev der udført endnu en måling. Sengeliggende og kørestolsbrugere fik ikke målt deres højde.

Vægtstatus blev inddelt i henhold til WHO's definition af BMI (WHO, 2026). For børn i alderen 4-17 år, er der taget udgangspunkt i grænseværdierne for BMI udarbejdet af International Obesity Task Force (IOTF), som udover højde og vægt også tager højde for alder og køn (Cole & Lobstein, 2012).

Taljeomkredsen blev målt med SECA 201, et mekanisk målebånd. Deltagernes taljeomkreds blev målt to gange, og i tilfælde af, at forskellen mellem de to målinger var større end 1 cm, blev en tredje måling udført. Gravide, sengeliggende, kørestolsbrugere og personer med stomipose fik ikke målt deres taljeomkreds.

Blodtryk

Blodtryksdata blev indsamlet for deltagere i alderen 15-80 år, dog med undtagelse af gravide. Målingerne blev udført med blodtryksapparatet A&D UA-1020-W, som efterlever British Hypertension Societys krav for blodtryksmålinger og er valideret (Zeng et al., 2013a, 2013b). Apparatet foretog tre automatiske målinger af det systoliske og diastoliske blodtryk med 1 minut mellem hver måling. Som udgangspunkt er der blevet anvendt et gennemsnit af de to sidste målinger til blodtryksdata. Der er dog i få tilfælde blevet anvendt et gennemsnit af første og tredje eller første og anden måling, hvis deltagerne kun havde to valide målinger. Deltagerne blev efterfølgende inddelt i kategorierne "normotension" eller "hypertension". Hypertension blev defineret som opfyldelse af minimum ét af følgende kriterier: 1) systolisk blodtryksmåling på 140 mmHg eller højere, 2) diastolisk blodtryksmåling på 90 mmHg eller højere, 3) brug af blodtryksænkende medicin og/eller 4) diagnosticeret hypertension.

Kostkvalitetsindeks

Et kostkvalitetsindeks blev udarbejdet for at vurdere danskernes efterlevelse af de fleste elementer af Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri kostråd fra 2021. Indekset tager udgangspunkt i anbefalingerne for otte fødevarergrupper, nemlig frugt og grøntsager, bælgfrugter, nødder, fuldkorn, mejeri, kød, fisk og råderumsfødevarer i både flydende og fast form. Inden for hver fødevarergruppe blev en score mellem 0 og 1 beregnet for hver deltager baseret på andelen af den anbefalede mængde, der blev indtaget. I tilfælde af, at der blev indtaget mere end de anbefalede mængder for frugt og grøntsager, nødder, bælgfrugter og fisk, blev der ikke tildelt yderligere point. Derudover grundet deres indflydelse på klimaaftrykket, blev der trukket ned i scoren for mejeri og kød, hvis indtaget lå over en vis grænse (jf. bilag B). Det samlede kostkvalitetsindeks blev dernæst beregnet som summen af scorerne for de otte fødevarer kategorier, med en score på 0 svarende til ingen efterlevelse af kostrådene og 8 svarende til fuldstændig efterlevelse af kostrådene. Beregning af kostkvalitetsindekset og inddeling i fødevarergrupper er beskrevet nærmere i henholdsvis bilag B og C.

Mælkeækvivalenter

Til visse beregninger, herunder kostkvalitetsindekset og danskernes indtag af mejeriprodukter sammenlignet med kostrådene, blev osteindtaget omregnet til tilsvarende mængder mælk og mælkeprodukter. Dette blev gjort ved hjælp af mælkeækvivalenter, der tager højde for både calcium- og energiindholdet og bygger på en 1-til-5 omregningsfaktor, således at 20 g ost svarer til 100 ml mælk/mælkeprodukter (Trolle et al., 2024).

Inddeling i grupper med lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter i kosten

Som en del af analysen blev deltagerne opdelt i grupper baseret på deres vægtede indtag i g/10MJ af henholdsvis mælk, syrnede mælkeprodukter, ost, mælkebaserede madlavningsprodukter og -tilbehør, smør og blandingsprodukter, søde mælkedrikke og totalt mejeri. Grupperne blev inddelt på basis af percentiler, således at gruppen med et lavt indtag svarede til 0.-25. percentilen, middel indtag til 25.-75. percentilen og højt indtag til 75.-100. percentilen. Nul-indtagere blev ekskluderet, hvilket primær havde betydning for de søde mælkedrikke, hvor en stor andel af befolkningen ikke indtog dem.

Statistiske analyser

De statistiske analyser blev udarbejdet i RStudio (version 2026.01.0+392). Der blev valgt et signifikansniveau på $\alpha = 0,05$. Alle data er blevet vægtet ved hjælp af *survey*-pakken i R (Lumley, 2020), baseret på populationsvægte beregnet af Danmarks Statistik. *Survey*-pakken normaliserer desuden data for at tage højde for forskelle i gruppestørrelser.

Da data ikke fulgte en normalfordeling, blev der anvendt medianer samt ikke-parametriske test for at undersøge potentielle statistisk signifikante forskelle mellem grupperne. For kontinuerlige data blev Kruskal-Wallis testen benyttet, hvorimod χ^2 -test blev brugt på kategoriske data. I tilfælde af signifikante resultater blev der foretaget posthoc parvise rangtest med Bonferroni-justering for multiple sammenligninger.

Derudover blev der anvendt populationsvægtede regressionsmodeller for at undersøge forskelle i hypertension, vægt, taljeomkreds og BMI-kategorier mellem lav-, mid- og højindtagsgrupperne, med justering for alder og køn. For kategoriske variable blev der benyttet populationsvægtet logistisk regression, hvorimod kontinuerlige variable blev analyseret ved hjælp af lineær regression.

Resultaterne præsenteres som procentdele eller median (25-75 percentiler).

3. Resultater

Nøglebudskaber

- Mælk og ost er de dominerende mejeriprodukter, men fordelingen varierer markant mellem køn og aldersgrupper.
- Børn (4–14 år) har det højeste indtag af mælk og totalt mejeri blandt mænd, mens kvinders mejeriindtag, særligt syrnede mælkeprodukter, stiger fra 15-årsalderen og er højest blandt ældre kvinder (51–80 år).
- Mejeriprodukter bidrager væsentligt til indtaget af flere centrale næringsstoffer, især calcium, men også protein, jod, riboflavin og vitamin B₁₂.
- Danskerne får generelt mere ost og mindre mælk og mælkeprodukter end anbefalet. Når ost omregnes til mælkeækvivalenter, er det dog især piger i alderen 11–17 år, der ligger markant under anbefalingerne.
- Et højere indtag af mælk, syrnede mælkeprodukter og totalt mejeri er overordnet associeret med højere kostkvalitet, mens et højere indtag af smør/blandingsprodukter og søde mælkedrikke er associeret med lavere kostkvalitet.

3.1 Indtag af mejeriprodukter og deres næringsstofbidrag til kosten hos børn og voksne (4-80 år).

Tabel 1. Dagligt medianindtag af mejeriprodukter hos børn og voksne (4-80 år) fordelt på alder og køn.

Køn	Alder (år)	Mælk (g/dag)	Syrnede mælkeprodukter (g/dag)	Ost (g/dag)	Madlavningsprodukter/tilbehør (g/dag)	Smør og blandingsprodukter (g/dag)	Søde mælkedrikke (g/dag)	Totalt mejeri (g/dag)
Mænd (n = 1915)	4-14	183 (94–292) ^a	11 (1–39)	29 (16–40) ^b	7 (2–14) ^b	8 (4–12) ^b	0 (0–17) ^a	265 (178–396) ^a
	15-24	117 (67–240) ^b	7 (0–65)	43 (26–65) ^a	9 (3–20) ^a	6 (3–10) ^b	0 (0–1) ^{a,b}	268 (163–421) ^{a,b}
	25-50	101 (44–199) ^b	8 (0–67)	39 (24–61) ^a	12 (5–22) ^a	8 (4–14) ^a	0 (0–1) ^b	232 (157–340) ^b
	51-80	115 (39–209) ^b	8 (0–71)	41 (21–66) ^a	11 (5–20) ^a	8 (4–15) ^a	0 (0–0) ^c	234 (155–350) ^b
	Alle	115 (48–224)	8 (0–63)	38 (21–61)	10 (4–20)	8 (4–13)	0 (0–1)	241 (159–365)
Kvinder (n = 1909)	4-14	95 (42–201)	16 (3–38) ^{b,c}	24 (15–38) ^b	7 (2–13) ^b	7 (4–11)	0 (0–2) ^a	183 (127–285) ^{b,c}
	15-24	84 (37–148)	10 (0–32) ^b	32 (20–48) ^a	8 (3–16) ^b	6 (3–9)	0 (0–1) ^{a,b}	175 (123–244) ^c
	25-50	100 (44–193)	18 (1–62) ^c	37 (21–56) ^a	12 (5–20) ^a	6 (3–10)	0 (0–0) ^b	228 (143–316) ^{a,b}
	51-80	90 (31–185)	28 (1–111) ^a	35 (20–54) ^a	11 (5–21) ^a	7 (3–11)	0 (0–0) ^c	240 (152–333) ^a
	Alle	92 (36–184)	17 (1–67)	33 (19–52)	10 (4–19)	6 (4–11)	0 (0–0)	220 (138–312)
Alle (n = 3824)	4-14	137 (66–251) ^a	13 (2–38) ^b	26 (16–40) ^b	7 (2–14) ^c	8 (4–11) ^{a,b}	0 (0–7) ^a	234 (148–357)
	15-24	101 (51–191) ^b	9 (0–46) ^b	36 (23–57) ^a	8 (3–17) ^b	6 (3–10) ^a	0 (0–1) ^b	209 (136–319)
	25-50	101 (44–195) ^b	12 (0–65) ^b	38 (23–58) ^a	12 (5–21) ^a	7 (4–12) ^b	0 (0–1) ^b	229 (149–328)
	51-80	99 (34–200) ^b	16 (0–89) ^a	37 (20–59) ^a	11 (5–21) ^a	7 (4–13) ^b	0 (0–0) ^c	238 (155–343)
	Alle	105 (42–203)	12 (0–65)	35 (20–56)	10 (4–19)	7 (4–12)	0 (0–0)	231 (148–338)

Data er præsenteret i form af medianer (25-75 percentiler).

Forskelle mellem aldersgrupper er testet med Kruskal-Wallis test efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem aldersgrupperne inden for samme køn. Derimod angiver identiske bogstaver, at aldersgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 1 præsenterer det daglige medianindtag af forskellige mejeriprodukter hos børn og voksne (4-80 år), opdelt efter køn og aldersgrupper, angivet som median (25.–75. percentil). Overordnet udgør mælk den største andel af det daglige mejeriindtag, efterfulgt af ost. Syrnede mælkeprodukter, madlavningsprodukter og -tilbehør, smør og blandingsprodukter samt søde mælkedrikke indtages i mindre omfang.

Der observeres forskellige mønstre hos mænd og kvinder, når der ses på det totale mejeriindtag. Hos kvinderne er indtaget højest blandt de ældre voksne (51-80 år) og lavest blandt de unge kvinder (15-24 år). De ældre voksnes (51-80 år) indtag adskiller sig signifikant fra børnene (4-14 år) og de unge kvinder (15–24 år). Omvendt ses det hos mændene, at indtaget er højt blandt både børn (4–14 år) og unge mænd (15–24 år) og lavest blandt de 25–50-årige. Statistisk set adskiller drengene (4-14 år) sig fra både de yngre (25-50 år) og ældre voksne (51-80 år).

For mælkeindtaget er der udelukkende signifikant forskel mellem blandt mændene, hvor drenge (4–14 år) har et signifikant højere indtag end alle voksne aldersgrupper. Hos kvinderne ses der derimod en signifikant forskel på indtaget af syrnede mælkeprodukter, der stiger med alderen og er højest blandt de 51-80-årige.

Mønstrene for indtagene af ost, madlavningsprodukter og tilbehør, smør og blandingsprodukter og søde mælkedrikke er overordnet ens mellem mænd og kvinder. Indtaget af ost er laveste hos børn (4-14 år), men stiger derefter og stabiliseres fra 15 år for begge køn. Et tilsvarende mønster ses for mænds indtag af madlavningsprodukter og tilbehør. Hos kvinder er der dog ikke forskel på indtaget mellem de 4-14-årige og 15-24-årige, hvorefter indtaget stiger signifikant og stabiliserer sig fra 25 år. En identisk udvikling findes for mænds indtag af smør og blandingsprodukter, hvorimod ingen signifikante forskelle observeres for kvinders smørindtag. Søde mælkedrikke indtages generelt i mindre mængder, men er signifikant højere hos børn (4-14 år) end voksne (25-80 år).

Tabel 2. Energijusteret medianindtag af mejeriprodukter hos børn og voksne (4-80 år) fordelt på alder og køn.

Køn	Alder (år)	Mælk (g/10MJ)	Syrnede mælkeprodukter (g/10MJ)	Ost (g/10MJ)	Madlavningsprodukter/tilbehør (g/10MJ)	Smør og blandingsprodukter (g/10MJ)	Søde mælkedrikke (g/10MJ)	Totalt mejeri (g/10MJ)
Mænd (n = 1915)	4-14	213 (118–358) ^a	12 (2–49)	33 (21–47) ^b	7 (3–14) ^{16b}	9 (5–14) ^a	0 (0–23) ^a	337 (218–476) ^a
	15-24	124 (65–219) ^b	7 (0–53)	42 (29–58) ^a	9 (4–18) ^{a,b}	6 (3–10) ^b	0 (0–1) ^{a,c}	263 (174–361) ^b
	25-50	104 (43–184) ^b	8 (0–62)	40 (25–60) ^a	12 (5–21) ^a	8 (4–14) ^a	0 (0–1) ^c	231 (161–330) ^b
	51-80	110 (41–215) ^b	8 (0–78)	42 (22–68) ^a	12 (5–20) ^a	9 (4–16) ^a	0 (0–0) ^b	243 (162–361) ^b
	Alle	120 (51–222)	9 (0–61)	39 (24–60)	11 (4–20)	8 (4–14)	0 (0–1)	250 (167–365)
Kvinder (n = 1909)	4-14	124 (61–277)	19 (4–52) ^{b,c}	35 (22–49) ^b	9 (3–17) ^b	10 (6–15) ^a	0 (0–3) ^a	266 (170–398) ^{a,b,c}
	15-24	111 (50–188)	10 (0–37) ^b	42 (27–59) ^a	11 (4–19) ^b	8 (5–11) ^b	0 (0–1) ^{a,b}	230 (164–301) ^c
	25-50	119 (54–220)	20 (1–79) ^c	44 (27–66) ^a	15 (7–24) ^a	8 (5–12) ^b	0 (0–1) ^b	275 (173–384) ^b
	51-80	116 (41–243)	34 (2–137) ^a	46 (28–67) ^a	14 (6–27) ^a	9 (4–14) ^{a,b}	0 (0–0) ^c	310 (204–440) ^a
	Alle	118 (49–234)	21 (1–89)	43 (27–64)	13 (6–24)	8 (5–13)	0 (0–0)	277 (186–401)
Alle (n = 3824)	4-14	183 (90–311) ^a	16 (3–52) ^{a,b}	33 (21–48) ^b	8 (3–16) ^c	10 (5–15) ^a	0 (0–9) ^a	303 (189–431) ^a
	15-24	118 (57–203) ^b	9 (0–48) ^b	42 (28–59) ^a	10 (4–19) ^b	7 (4–11) ^b	0 (0–1) ^b	239 (169–331) ^b
	25-50	112 (47–202) ^b	13 (0–70) ^b	42 (26–63) ^a	14 (6–23) ^a	8 (5–13) ^c	0 (0–1) ^b	253 (162–357) ^b
	51-80	112 (41–232) ^b	18 (0–106) ^a	44 (25–68) ^a	13 (6–23) ^a	9 (4–15) ^a	0 (0–0) ^c	276 (181–402) ^a
	Alle	119 (49–226)	14 (0–75)	42 (25–62)	12 (5–22)	8 (5–14)	0 (0–0)	263 (174–384)

Data er præsenteret i form af median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem aldersgrupper er testet med Kruskal-Wallis test efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem aldersgrupperne inden for samme køn. Derimod angiver identiske bogstaver, at aldersgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

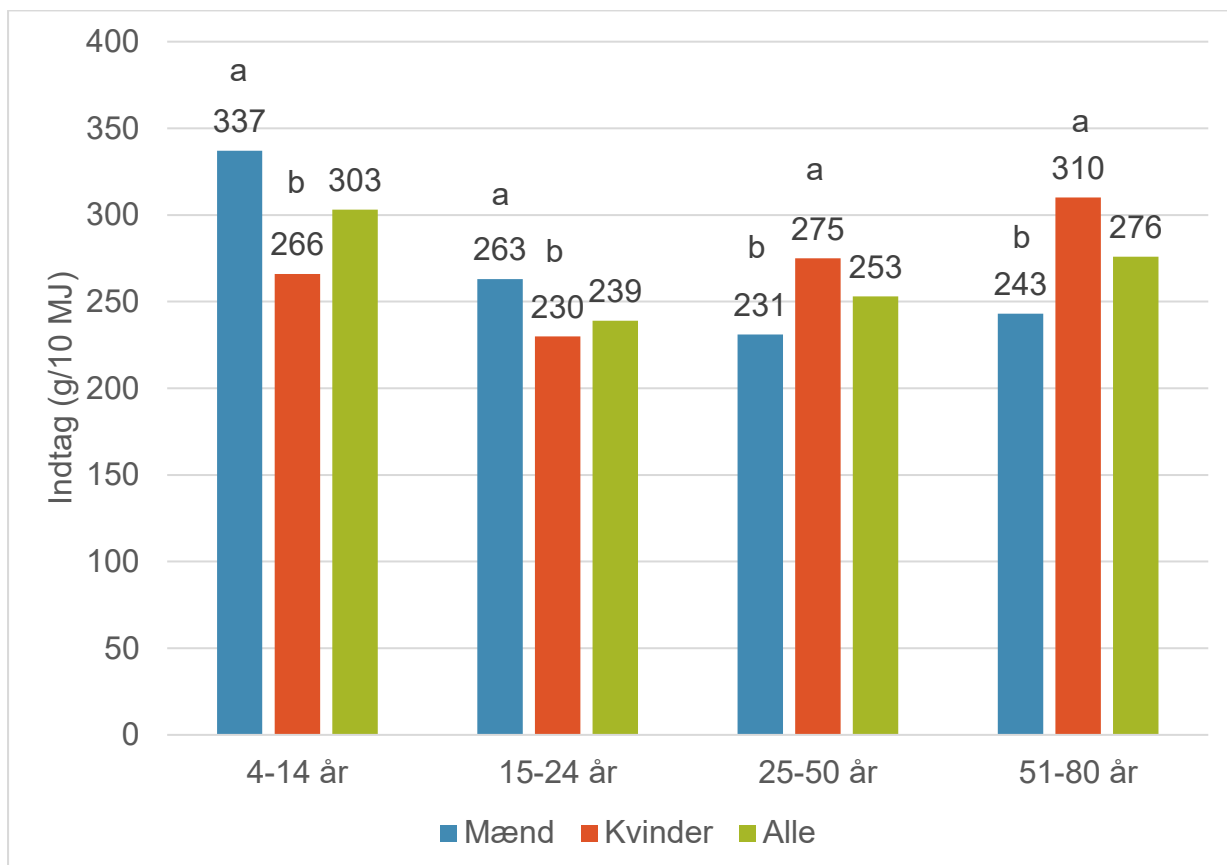
Tabel 2 viser det daglige, energijusterede medianindtag af mejeriprodukter hos børn og voksne i alderen 4-80 år, angivet som g/10 MJ og præsenteret som median (25.–75. percentil). Overordnet fremstår mønstrene tilsvarende de ikke-energijusterede indtag i tabel 1, dog med enkelte forskelle.

For det totale mejeriindtag ses der ændringer blandt begge køn. Hos mænd er indtaget fortsat højest blandt drenge (4-14 år), men falder derefter signifikant uden yderligere forskelle mellem de øvrige aldersgrupper. Blandt kvinder aftager indtaget overordnet med alderen, hvor de 51–80-årige har det højeste indtag og de unge kvinder det laveste. De 4-14-årige piger adskiller sig ikke signifikant fra de andre aldersgrupper.

Indtaget af madlavningsprodukter- og tilbehør er lavest hos drenge (4-14 år) og stiger først signifikant fra 25 år, modsat 15 år for de ikke-energijusterede indtag. For de energijusterede indtag af smør og blandingsprodukter ses der desuden signifikante forskelle blandt kvinder, hvilket ikke observeres for de ikke-energijusterede indtag. Her ses det højeste indtag blandt piger (4-14 år), som derefter aftager signifikant og stabiliseres indtil 51-80 år, hvor forskellene mellem aldersgrupperne udlignes. Hos mænd ses det også, at drenges (4-14 år) energijusterede indtag af smør og blandingsprodukter er signifikant højere end de unge mænds (15-24-årige)

For det energijusterede totale mejeriindtag ses der tydelige alders- og kønsforskelle (Figur 1). Drenge (4-14-år) og unge mænd (15-24-år) indtager signifikant mere totalt mejeri end piger og unge kvinder i samme aldersgrupper. Denne tendens ændrer sig dog fra 25 år og opefter, hvor kvinder (25-80 år) indtager signifikant mere end mænd (Figur 1). For det energijusterede mælkeindtag ses der signifikante kønsforskelle i udvalgte aldersgrupper (Figur 2). Drenge (4–14 år) indtager signifikant mere mælk end piger, mens kvinder i alderen 25–50 år har et højere energijusteret mælkeindtag end mænd. Samtidig indtager voksne kvinder (25-80 år) også signifikant flere syrnede mælkeprodukter end mænd i tilsvarende aldersgrupper (Figur 3).

Selvom der observeres statistisk signifikante kønsforskelle for ost, madlavningsprodukter og -tilbehør samt smør og blandingsprodukter, er de absolutte forskelle små. Resultaterne er derfor præsenteret i bilag D. Der er ingen forskel mellem kønnene for indtaget af søde mælkedrikke.

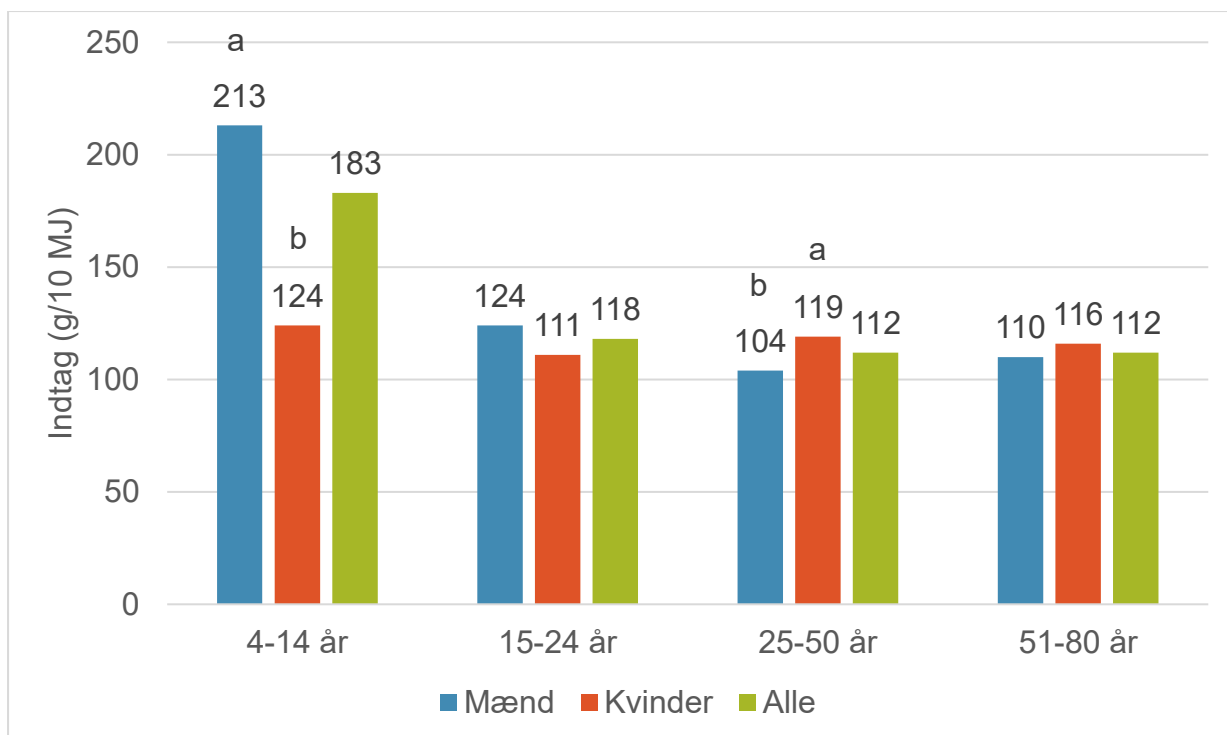


Figur 1. Sammenligning af det energijusterede medianindtag af totalt mejeri mellem mænd og kvinder (4-80 år) fordelt på aldersgrupper.

Data er præsenteret som medianer.

Forskelle mellem mænd og kvinder er testet med Kruskal-Wallis test efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem mænd og kvinder inden for hver aldersgruppe. Derimod angiver identiske bogstaver, at kønnene ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

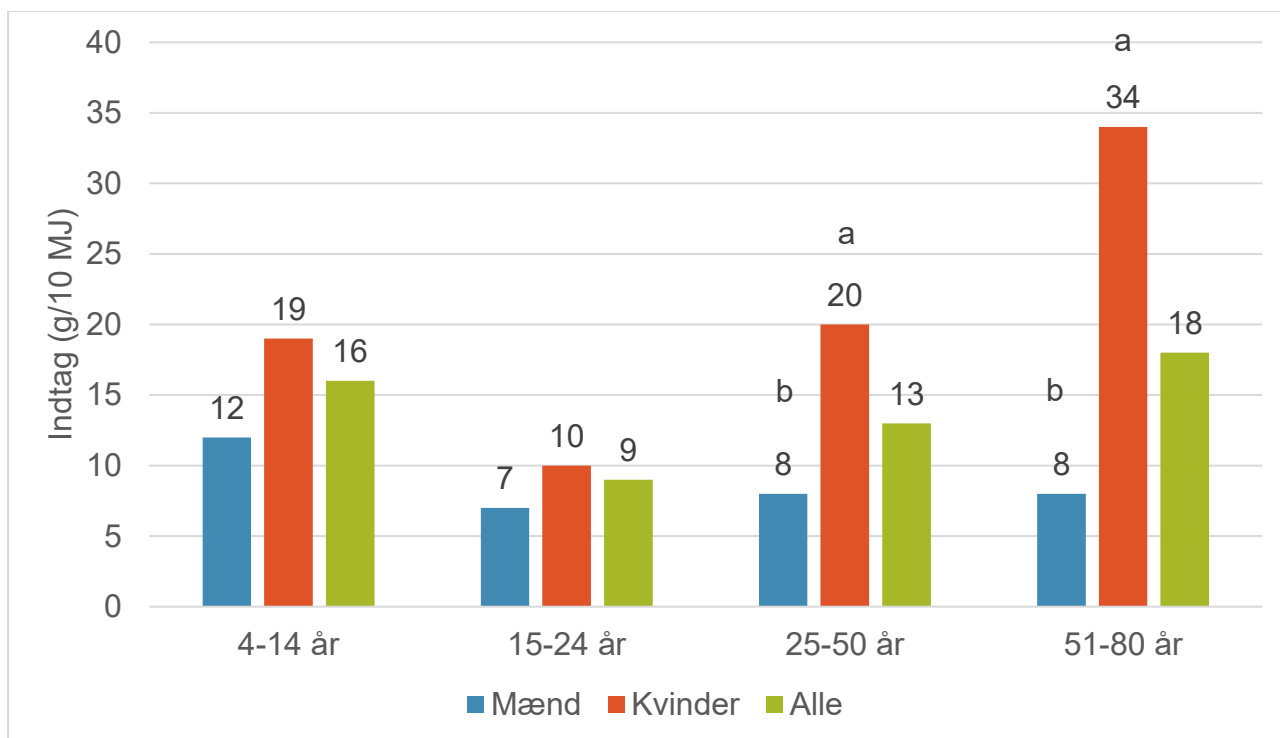


Figur 2. Sammenligning af det energijusterede medianindtag af mælk mellem mænd og kvinder (4-80 år) fordelt på aldersgrupper.

Data er præsenteret som medianer.

Forskelle mellem mænd og kvinder er testet med Kruskal-Wallis test efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem mænd og kvinder inden for hver aldersgruppe. Derimod angiver identiske bogstaver, at kønnene ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

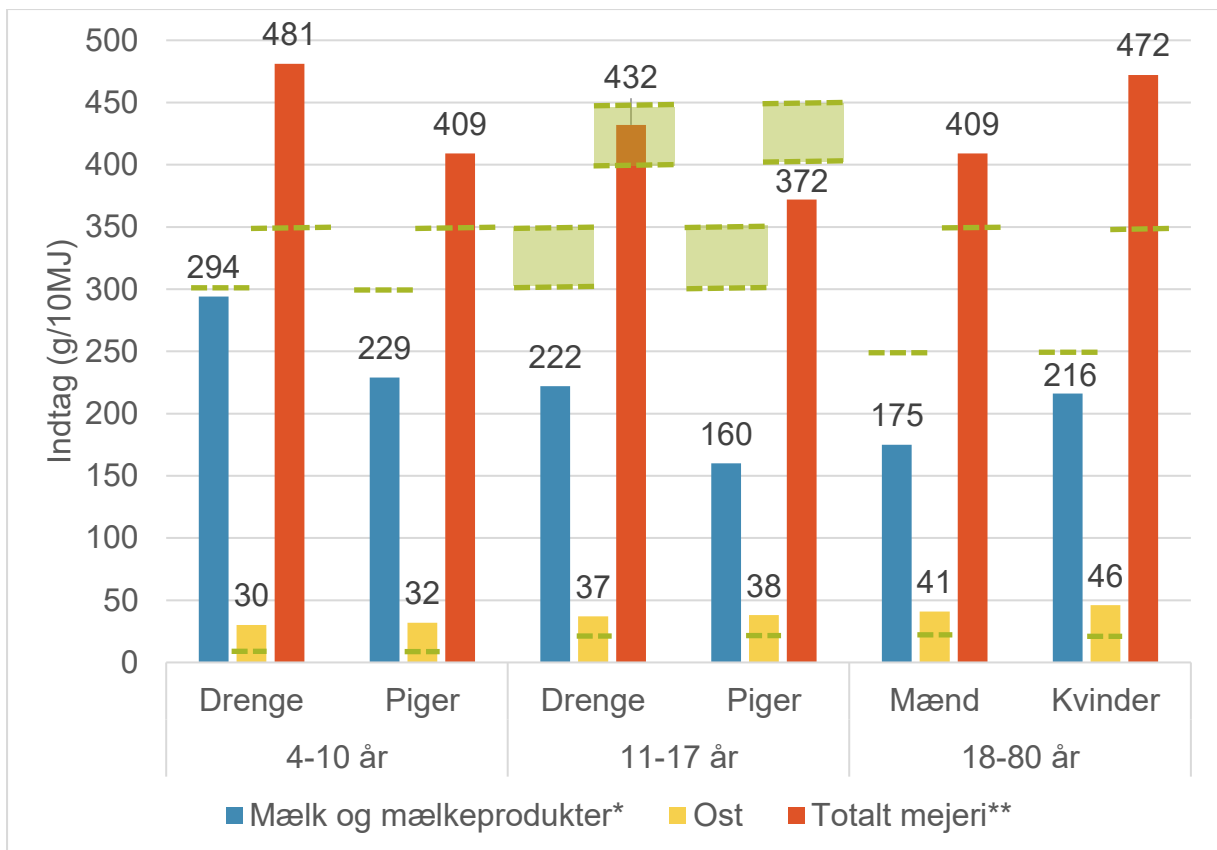


Figur 3. Sammenligning af det energijusterede medianindtag af syrnede mælkeprodukter mellem mænd og kvinder (4-80 år) fordelt på aldersgrupper.

Data er præsenteret som medianer.

Forskelle mellem mænd og kvinder er testet med Kruskal-Wallis test efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem mænd og kvinder inden for hver aldersgruppe. Derimod angiver identiske bogstaver, at kønnene ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.



Figur 4. Medianindtag af mejeriprodukter (g/10MJ) inddelt i overensstemmelse med Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri kostråds aldersgrupper og definition af mejeriprodukter.

*Mælk og mælkeprodukter inkluderer drickemælk, syrnede mælkeprodukter samt madlavningsprodukter og tilbehør.

** Totalt indtag af alle mejeriprodukter, når ost omregnes til mælkeækvivalenter.

Data er præsenteret som medianer.

De stiplede linjer angiver Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri anbefalinger. Anbefalingen for totalt mejeri svarer til summen af anbefalingen for mælk og mælkeprodukter samt anbefalingen for ost, der er omdannet til mælkeækvivalenter.

Figur 4 viser, hvorvidt danskerne lever op til Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri anbefalinger for mælk og mælkeprodukter samt ost. Det fremgår, at ingen efterlever anbefalingerne for mælk og mælkeprodukter, dog indtager de 4-10-årige drenge nogenlunde de anbefalede mængder. Samtidig ses det, at begge køn i alle aldersgrupper indtager markant mere ost end de anbefalede mængder. Når indtagene for mælk og mælkeprodukter og ost i mælkeækvivalenter summeres, ses det, at alle med undtagelse af de 11-17-årige piger efterlever anbefalingerne.

Tabel 3. Mejeriprodukters bidrag til medianindtag af udvalgte mikronæringsstoffer fordelt på køn og aldersgrupper.

Køn	Alder	Calcium (%)	Fosfor (%)	Jod (%)	Kalium (%)	Selen (%)	Zink (%)	A-vitamin (%)	Riboflavin (%)	Folat (%)	B ₁₂ -vitamin (%)
Mælk											
Mænd	4-14	28 (18–41) ^a	14 (8–22) ^a	14 (7–22) ^a	13 (7–18) ^a	8 (4–12) ^a	8 (4–12) ^a	2 (1–4) ^a	27 (17–38) ^a	6 (3–9) ^a	25 (13–38) ^a
	15-24	18 (10–28) ^b	8 (5–13) ^b	7 (4–13) ^b	7 (4–12) ^b	4 (2–7) ^b	4 (2–7) ^b	2 (1–4) ^a	16 (10–25) ^b	4 (2–6) ^b	12 (7–21) ^b
	25-50	14 (7–24) ^b	7 (3–11) ^c	6 (3–11) ^b	6 (2–10) ^c	3 (1–6) ^b	3 (1–6) ^b	1 (1–3) ^b	13 (5–21) ^c	3 (1–5) ^{b,c}	11 (4–19) ^{b,c}
	51-80	16 (6–27) ^b	7 (3–12) ^{b,c}	6 (2–12) ^b	5 (2–10) ^c	3 (1–6) ^b	4 (1–7) ^b	1 (0–2) ^c	13 (5–23) ^c	3 (1–6) ^c	9 (3–17) ^c
	Alle	17 (8–28)	8 (3–14)	7 (3–13)	6 (3–12)	4 (2–7)	4 (2–7)	1 (1–3)	15 (7–25)	3 (2–6)	11 (5–21)
Kvinder	4-14	19 (10–34) ^a	10 (5–19) ^a	9 (4–18) ^a	9 (4–16) ^a	5 (2–10) ^a	5 (3–11) ^a	2 (1–3) ^a	18 (10–32) ^a	4 (2–8) ^a	15 (8–31) ^a
	15-24	16 (8–25) ^{a,b}	8 (4–13) ^{a,b}	6 (3–11) ^b	7 (3–11) ^{a,b}	4 (2–7) ^b	4 (2–7) ^b	2 (1–3) ^a	15 (8–24) ^{a,b}	3 (2–5) ^{a,b}	14 (7–24) ^{a,b}
	25-50	16 (7–25) ^b	8 (4–14) ^b	7 (3–12) ^b	6 (3–12) ^b	4 (2–7) ^b	4 (2–8) ^b	1 (1–3) ^a	15 (7–25) ^b	3 (1–6) ^b	13 (5–22) ^b
	51-80	15 (5–26) ^b	7 (3–13) ^b	6 (2–12) ^b	5 (2–11) ^b	3 (1–7) ^b	4 (1–8) ^b	1 (0–2) ^b	12 (5–24) ^b	3 (1–5) ^b	9 (3–19) ^c
	Alle	16 (6–26)	8 (3–14)	6 (3–13)	6 (3–12)	4 (2–7)	4 (2–8)	1 (1–3)	14 (7–25)	3 (1–6)	12 (5–22)
Alle	4-14	24 (13–39) ^a	13 (6–21) ^a	12 (6–20) ^a	11 (6–17) ^a	7 (3–12) ^a	7 (3–11) ^a	2 (1–4) ^a	24 (13–36) ^a	5 (3–9) ^a	21 (11–34) ^a
	15-24	17 (9–27) ^b	8 (4–13) ^b	6 (3–12) ^b	7 (4–12) ^b	4 (2–7) ^b	4 (2–7) ^b	2 (1–3) ^a	16 (9–25) ^b	3 (2–6) ^b	13 (7–24) ^b
	25-50	15 (7–25) ^b	7 (3–13) ^{b,c}	6 (3–12) ^b	6 (3–11) ^c	4 (1–6) ^{b,c}	4 (2–7) ^b	1 (1–3) ^b	14 (6–23) ^{b,c}	3 (1–6) ^{b,c}	11 (5–21) ^c
	51-80	15 (6–26) ^b	7 (3–13) ^c	6 (2–12) ^b	5 (2–10) ^c	3 (1–7) ^c	4 (1–7) ^b	1 (0–2) ^c	12 (5–23) ^c	3 (1–5) ^c	9 (3–17) ^d
	Alle	17 (7–27)	8 (3–14)	7 (3–13)	6 (3–12)	4 (2–7)	4 (2–8)	1 (1–3)	15 (7–25)	3 (1–6)	11 (5–22)
Syrnede mælkeprodukter											
Mænd	4-14	2 (0–6)	1 (0–3)	1 (0–3)	1 (0–3)	0 (0–2)	0 (0–2)	0 (0–1)	1 (0–6)	0 (0–1) ^a	1 (0–3)
	15-24	1 (0–7)	0 (0–4)	0 (0–3)	0 (0–3)	0 (0–3)	0 (0–2)	0 (0–1)	1 (0–7)	0 (0–1) ^{a,b}	0 (0–4)
	25-50	1 (0–8)	1 (0–4)	1 (0–3)	0 (0–3)	0 (0–3)	0 (0–3)	0 (0–1)	1 (0–8)	0 (0–1) ^{a,b}	0 (0–4)
	51-80	1 (0–10)	1 (0–5)	1 (0–4)	0 (0–3)	0 (0–3)	0 (0–3)	0 (0–1)	1 (0–9)	0 (0–1) ^b	0 (0–4)
	Alle	1 (0–8)	1 (0–4)	1 (0–3)	0 (0–3)	0 (0–3)	0 (0–3)	0 (0–1)	1 (0–7)	0 (0–1)	0 (0–4)
Kvinder	4-14	3 (1–7) ^b	2 (0–4) ^{b,c}	1 (0–3) ^b	1 (0–3) ^{a,b}	1 (0–2) ^{b,c}	1 (0–2) ^{b,c}	0 (0–1)	2 (0–7) ^b	0 (0–1)	1 (0–3) ^b
	15-24	2 (0–5) ^b	1 (0–3) ^c	1 (0–2) ^c	1 (0–2) ^b	0 (0–2) ^c	0 (0–2) ^c	0 (0–1)	1 (0–7) ^b	0 (0–1)	1 (0–4) ^b
	25-50	3 (0–10) ^b	2 (0–6) ^b	1 (0–4) ^b	1 (0–4) ^b	1 (0–4) ^{a,b}	1 (0–3) ^b	0 (0–1)	2 (0–11) ^{a,b}	0 (0–1)	1 (0–7) ^{a,b}
	51-80	5 (0–16) ^a	2 (0–10) ^a	2 (0–7) ^a	2 (0–6) ^a	1 (0–6) ^a	2 (0–6) ^a	0 (0–1)	4 (0–16) ^a	0 (0–1)	2 (0–9) ^a
	Alle	3 (0–11)	2 (0–7)	1 (0–5)	1 (0–4)	1 (0–4)	1 (0–4)	0 (0–1)	3 (0–12)	0 (0–1)	1 (0–7)
Alle	4-14	2 (0–6) ^b	1 (0–4) ^b	1 (0–3) ^{a,c}	1 (0–3) ^{a,b}	1 (0–2) ^{a,b}	1 (0–2) ^{a,b}	0 (0–1)	2 (0–6) ^{a,b}	0 (0–1) ^a	1 (0–3) ^{a,b}
	15-24	1 (0–6) ^b	1 (0–4) ^b	1 (0–3) ^b	0 (0–2) ^b	0 (0–2) ^b	0 (0–2) ^b	0 (0–1)	1 (0–7) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–4) ^b
	25-50	2 (0–9) ^b	1 (0–5) ^b	1 (0–4) ^{b,c}	1 (0–3) ^b	1 (0–3) ^{a,b}	0 (0–3) ^b	0 (0–1)	2 (0–9) ^{a,b}	0 (0–1) ^b	1 (0–5) ^{a,b}
	51-80	3 (0–13) ^a	1 (0–8) ^a	1 (0–5) ^a	1 (0–5) ^a	1 (0–5) ^a	1 (0–4) ^a	0 (0–1)	2 (0–12) ^a	0 (0–1) ^b	1 (0–7) ^a
	Alle	2 (0–10)	1 (0–5)	1 (0–4)	1 (0–4)	1 (0–3)	1 (0–3)	0 (0–1)	2 (0–10)	0 (0–1)	1 (0–5)

Ost											
Mænd	4-14	23 (13–32) ^b	11 (6–16) ^b	2 (1–3) ^b	1 (0–1) ^b	7 (4–11)	9 (5–13) ^b	7 (3–12) ^b	3 (1–6) ^b	2 (1–3) ^b	4 (2–7) ^b
	15-24	29 (20–40) ^a	12 (9–18) ^a	3 (2–4) ^{a,b}	1 (1–1) ^a	8 (6–12)	10 (7–15) ^a	11 (6–20) ^a	3 (2–7) ^a	3 (2–5) ^a	5 (2–8) ^{a,b}
	25-50	31 (19–41) ^a	13 (8–18) ^a	3 (2–4) ^a	1 (1–1) ^{a,b}	8 (5–13)	10 (7–16) ^a	10 (5–16) ^a	4 (2–7) ^a	3 (2–5) ^a	5 (2–9) ^a
	51-80	31 (18–43) ^a	13 (7–20) ^a	3 (2–5) ^a	1 (0–1) ^{a,b}	8 (4–14)	11 (6–17) ^a	8 (4–14) ^b	4 (2–8) ^a	3 (1–5) ^a	4 (2–8) ^{a,b}
	Alle	29 (18–41)	12 (8–18)	3 (2–4)	1 (1–1)	8 (5–13)	10 (6–16)	9 (4–15)	4 (2–7)	3 (1–5)	5 (2–8)
Kvinder	4-14	25 (16–37)	11 (8–18)	2 (2–4)	1 (1–1) ^{a,b}	8 (5–12)	10 (7–15)	8 (4–14) ^b	4 (2–7) ^b	2 (1–4) ^b	5 (2–9) ^b
	15-24	29 (22–38)	14 (9–19)	3 (2–4)	1 (1–2) ^a	9 (6–13)	12 (8–16)	12 (6–17) ^a	5 (3–8) ^{a,b}	3 (2–5) ^a	7 (4–13) ^a
	25-50	28 (18–37)	13 (9–20)	3 (2–4)	1 (1–2) ^{a,b}	9 (5–14)	11 (7–17)	9 (5–14) ^b	5 (3–9) ^a	3 (2–6) ^a	7 (3–12) ^a
	51-80	26 (16–38)	12 (8–19)	3 (2–4)	1 (1–1) ^b	8 (5–13)	11 (7–16)	8 (4–13) ^b	5 (2–8) ^{a,b}	3 (2–5) ^a	5 (2–10) ^b
	Alle	27 (17–37)	13 (8–19)	3 (2–4)	1 (1–1)	8 (5–13)	11 (7–16)	9 (5–14)	5 (3–8)	3 (2–5)	6 (3–11)
Alle	4-14	24 (15–34) ^b	11 (7–16) ^b	2 (1–4) ^b	1 (1–1) ^b	8 (5–12) ^b	9 (6–14) ^b	8 (4–13) ^c	3 (2–6) ^b	2 (1–4) ^b	4 (2–8) ^b
	15-24	29 (20–39) ^a	14 (9–19) ^a	3 (2–4) ^{a,b}	1 (1–2) ^a	9 (6–13) ^a	11 (7–15) ^a	12 (6–18) ^a	4 (2–7) ^a	3 (2–5) ^a	6 (3–10) ^a
	25-50	29 (19–40) ^a	13 (8–19) ^a	3 (2–4) ^a	1 (1–2) ^{a,b}	9 (5–13) ^a	11 (7–16) ^a	9 (5–15) ^b	5 (2–8) ^a	3 (2–5) ^a	5 (3–10) ^a
	51-80	28 (17–41) ^a	13 (8–19) ^a	3 (2–4) ^a	1 (0–1) ^b	8 (5–13) ^{a,b}	11 (6–17) ^a	8 (4–14) ^c	5 (2–8) ^a	3 (1–5) ^a	5 (2–9) ^b
	Alle	28 (18–39)	13 (8–19)	3 (2–4)	1 (1–1)	8 (5–13)	11 (7–16)	9 (5–15)	4 (2–8)	3 (2–5)	5 (2–9)
Madlavningsprodukter- og tilbehør											
Mænd	4-14	1 (0–1) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–0) ^b	1 (0–4) ^b	1 (0–2) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–1) ^b
	15-24	1 (0–2) ^{a,b}	0 (0–1) ^{a,b}	0 (0–1) ^{a,b}	0 (0–1) ^{a,b}	0 (0–1) ^{a,b}	0 (0–0) ^{a,b}	3 (1–5) ^a	1 (0–2) ^{a,b}	0 (0–1) ^{a,b}	1 (0–1) ^{a,b}
	25-50	1 (0–2) ^a	1 (0–1) ^a	1 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	3 (1–6) ^a	1 (1–3) ^a	0 (0–1) ^a	1 (0–2) ^a
	51-80	1 (0–2) ^a	0 (0–1) ^a	1 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	0 (0–1) ^{a,b}	0 (0–0) ^{a,b}	2 (1–5) ^a	1 (0–2) ^a	0 (0–1) ^a	1 (0–1) ^{a,b}
	Alle	1 (0–2)	0 (0–1)	1 (0–1)	0 (0–1)	0 (0–1)	0 (0–0)	2 (1–5)	1 (0–2)	0 (0–1)	1 (0–1)
Kvinder	4-14	1 (0–1) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–0) ^b	2 (0–6)	1 (0–2) ^b	0 (0–1) ^b	1 (0–2) ^b
	15-24	1 (0–2) ^{a,b}	1 (0–1) ^{a,b}	1 (0–1) ^{a,b}	0 (0–1) ^{a,b}	0 (0–1) ^{a,b}	0 (0–0) ^{a,b}	3 (1–6)	1 (1–2) ^{a,b}	0 (0–1) ^{a,b}	1 (0–2) ^{a,b}
	25-50	1 (1–2) ^a	1 (0–1) ^a	1 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	1 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	3 (1–5)	2 (1–3) ^a	0 (0–1) ^a	1 (0–2) ^a
	51-80	1 (0–2) ^a	1 (0–1) ^a	1 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	3 (1–5)	1 (1–3) ^a	0 (0–1) ^a	1 (0–2) ^{a,b}
	Alle	1 (0–2)	1 (0–1)	1 (0–1)	0 (0–1)	0 (0–1)	0 (0–1)	3 (1–6)	1 (1–3)	0 (0–1)	1 (0–2)
Alle	4-14	1 (0–1) ^c	0 (0–1) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–1) ^c	0 (0–0) ^b	2 (0–5) ^b	1 (0–2) ^c	0 (0–1) ^b	1 (0–1) ^b
	15-24	1 (0–2) ^b	0 (0–1) ^b	1 (0–1) ^b	0 (0–1) ^a	0 (0–1) ^{b,c}	0 (0–0) ^{b,c}	3 (1–6) ^a	1 (0–2) ^b	0 (0–1) ^{b,c}	1 (0–2) ^{a,b,c}
	25-50	1 (0–2) ^a	1 (0–1) ^a	1 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	3 (1–6) ^a	2 (1–3) ^a	0 (0–1) ^a	1 (0–2) ^a
	51-80	1 (0–2) ^a	1 (0–1) ^a	1 (0–1) ^a	0 (0–1) ^a	0 (0–1) ^b	0 (0–1) ^{a,c}	2 (1–5) ^a	1 (1–2) ^b	0 (0–1) ^{a,c}	1 (0–1) ^c
	Alle	1 (0–2)	1 (0–1)	1 (0–1)	0 (0–1)	0 (0–1)	0 (0–1)	2 (1–5)	1 (1–2)	0 (0–1)	1 (0–2)

Totalt mejeri											
Mænd	4-14	61 (53–69) ^a	31 (24–37) ^a	20 (13–29) ^a	17 (11–25) ^a	19 (14–25) ^a	21 (15–25) ^a	21 (13–33) ^b	39 (28–48) ^a	10 (7–16) ^a	34 (23–46) ^a
	15-24	60 (51–69) ^{a,b}	28 (21–36) ^{a,b}	14 (9–22) ^b	12 (8–18) ^b	17 (12–23) ^{a,b}	19 (14–25) ^{a,b}	29 (17–41) ^a	31 (21–41) ^b	9 (7–13) ^{a,b}	25 (16–37) ^b
	25-50	58 (49–66) ^b	26 (20–33) ^b	14 (9–19) ^b	10 (7–15) ^c	16 (12–22) ^b	18 (13–24) ^b	26 (16–38) ^a	28 (20–36) ^b	9 (6–13) ^b	24 (14–35) ^b
	51-80	60 (50–68) ^{a,b}	27 (19–34) ^b	14 (9–20) ^b	10 (6–15) ^c	16 (11–22) ^b	19 (12–25) ^b	21 (12–35) ^b	28 (19–38) ^b	9 (5–13) ^b	20 (12–30) ^c
	Alle	59 (50–68)	27 (20–35)	14 (10–21)	11 (7–17)	17 (12–23)	18 (13–25)	24 (14–37)	30 (21–40)	9 (6–13)	23 (14–36)
Kvinder	4-14	58 (51–66)	30 (24–37)	17 (11–25) ^a	14 (9–21) ^a	18 (14–24)	20 (16–26) ^{a,b}	24 (16–35) ^{a,b}	35 (25–46) ^a	9 (6–14)	31 (21–43) ^a
	15-24	56 (48–64)	29 (22–35)	13 (9–18) ^c	11 (8–15) ^b	18 (13–22)	19 (14–24) ^b	29 (18–38) ^a	30 (23–39) ^b	8 (6–12)	29 (20–40) ^{a,b}
	25-50	57 (46–65)	30 (22–36)	15 (9–22) ^b	12 (7–17) ^b	18 (12–25)	20 (14–27) ^{a,b}	22 (14–33) ^{b,c}	34 (23–43) ^{a,b}	9 (6–13)	29 (18–43) ^a
	51-80	59 (50–67)	30 (23–37)	16 (10–23) ^{a,b}	12 (7–17) ^b	19 (13–25)	21 (15–28) ^a	22 (12–32) ^c	34 (23–43) ^{a,b}	9 (6–13)	26 (16–39) ^b
	Alle	58 (49–66)	30 (23–37)	15 (10–22)	12 (8–17)	18 (13–24)	20 (15–27)	23 (14–34)	34 (23–43)	9 (6–13)	28 (17–41)
Alle	4-14	60 (52–68) ^a	30 (24–37) ^a	19 (12–27) ^a	16 (10–23) ^a	19 (14–24) ^a	20 (16–25) ^a	23 (15–35) ^{b,c}	37 (26–47) ^a	10 (7–15) ^a	32 (22–45) ^a
	15-24	58 (49–67) ^{a,b}	29 (22–35) ^b	13 (9–20) ^b	12 (8–17) ^b	17 (13–23) ^b	19 (14–24) ^{a,b}	29 (17–39) ^a	30 (23–40) ^b	9 (6–13) ^b	28 (18–39) ^b
	25-50	57 (48–66) ^b	28 (20–35) ^b	14 (9–20) ^b	11 (7–16) ^c	17 (12–23) ^b	19 (13–25) ^b	24 (15–35) ^b	31 (21–40) ^b	9 (6–13) ^b	26 (16–38) ^b
	51-80	59 (50–68) ^a	28 (21–36) ^b	15 (10–21) ^b	11 (7–16) ^c	17 (12–23) ^b	20 (14–27) ^{a,b}	22 (12–33) ^c	31 (21–41) ^b	9 (6–13) ^b	23 (14–35) ^c
	Alle	59 (50–67)	29 (21–36)	15 (10–22)	12 (7–17)	17 (12–23)	20 (14–26)	23 (14–35)	32 (22–41)	9 (6–13)	26 (16–38)

Data er præsenteret i form af median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem aldersgrupper er testet med Kruskal-Wallis test efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem aldersgrupperne inden for samme køn. Derimod angiver identiske bogstaver, at aldersgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Mejeriprodukters bidrag til mikronæringsstoffer

Tabel 3 viser mejeriprodukters bidrag til det daglige indtag af udvalgte mikronæringsstoffer. Det fremgår, at mejeriprodukter udgør en væsentlig kilde til en række mikronæringsstoffer i danskernes kost, herunder calcium, fosfor, selen, zink, A-vitamin, riboflavin og B₁₂-vitamin. De bidrager desuden også med jod og kalium, hovedsageligt hos de 4-14-årige børn. Mejeriprodukter bidrager i mindre grad til folat (omkring 9–10 %).

Danskerne får mellem 56 og 61% af deres calcium fra mejeriprodukter, primær mælk og ost. De 4-14-årige får i de fleste tilfælde et signifikant større bidrag fra mælk og et mindre bidrag fra ost end de øvrige aldersgrupper. Forskellene mellem aldersgrupperne er særligt udtalt hos mændene og fremgår af tabel 3.

For B₁₂-vitamin stammer mellem 20 og 34% af det samlede indtag fra mejeriprodukter. For både mænd og kvinder ses det højeste bidrag hos de 4-14-årige og det laveste blandt de 51-80-årige, dog er forskellen særlig udtalt hos mændene. Mælk er den primære kilde og bidrager med 9-25% af det daglige indtag. På samme vis som for det samlede mejeriindtag, ses en faldende tendens med alderen, især blandt mændene.

Også for riboflavin ses der signifikante alders- og kønsforskelle. Mejeriprodukter er kilde til 28-39% af det daglige indtag, hvoraf 12-27% stammer fra mælk, der dermed står for størstedelen af bidraget. De 4-14-årige drenge og piger får det største bidrag. Hos mændene falder andelen derefter signifikant og gradvist indtil 25 år, hvorefter det stabiliserer sig frem til 80 år. Blandt kvinder er bidraget højest hos 4–14-årige og lavere i voksenalderen (25–80 år), hvor det ligger relativt stabilt.

Mejeriprodukter er også en væsentlig kilde til A-vitamin, idet de bidrager med 21-29% af det daglige indtag. Blandt mændene ses det højeste bidrag hos de 15-24-årige efterfulgt af de 25-50-årige, hvor begge grupper adskiller sig signifikant fra de øvrige. Blandt kvinderne, får de 15-24-årige også det højeste bidrag, hvilket adskiller sig signifikant fra de 25-80-årige. Ost og smør og blandingsprodukter udgør størstedelen af bidraget til A-vitaminindtaget, hvor ost bidrager med 7-12% af det daglige indtag og smør bidrager med 5-7%.

Danskerne får 26-31% af det daglige fosforindtag fra mejeriprodukter. Signifikante forskelle mellem aldersgrupperne ses kun blandt mændene, hvor de 4-14-årige får et signifikant højere bidrag end de 25-80-årige. Det er hovedsageligt ost efterfulgt af mælk, der bidrager med fosfor. Ost bidrager med ca. 11–14 % af fosforindtaget, mens mælk bidrager med ca. 7–14 %. Bidragene varierer mellem aldersgrupperne og kønnene, men forskellene er særligt udtalt hos mændene. Her ses det nemlig, at de 4-14-årige et signifikant højere bidrag end de øvrige grupper.

Mejeriprodukter er også vigtige kilder til selen og zink. Bidraget ligger henholdsvis mellem 16-19% og 18-21%. Ost og mælk er de primære kilder til begge mikronæringsstoffer. De mest bemærkelsesværdige forskelle mellem aldersgrupper ses blandt mændene, hvor det største bidrag fra mælk ses hos de 4-14-årige og er signifikant højere end de øvrige grupper.

Mejeriprodukter bidrager også med betydelige mængder jod, dog primært for de 4-14-årige, som får mellem 17 og 20% af jod fra mejeriprodukter. Det er primært mælk, der står for jodbidraget idet det for denne aldersgrupper er ansvarligt for 9-14%. Bidraget er signifikant højere blandt de 4-14-årige sammenlignet med de øvrige grupper, et mønster der især er udtalt blandt mændene.

Tabel 4. Mejeriprodukters bidrag til medianindtag af udvalgte makronæringsstoffer fordelt på køn og aldersgrupper.

Køn	Alder	Protein (%)	Kulhydrat (%)	Tilsat sukker (%)	Fedt (%)	Mættet fedt (%)	Enkeltumættet fedt (%)	Flerumættet fedt (%)
Mælk								
Mænd	4-14	9 (5–14) ^a	4 (2–6) ^a	0 (0–0)	2 (1–4) ^a	4 (2–7) ^a	1 (1–2) ^a	0 (0–1) ^a
	15-24	5 (3–8) ^b	2 (1–4) ^b	0 (0–0)	2 (1–2) ^b	3 (2–4) ^b	1 (1–1) ^b	0 (0–0) ^b
	25-50	4 (2–7) ^b	2 (1–4) ^b	0 (0–0)	1 (1–2) ^b	2 (1–4) ^b	1 (0–1) ^b	0 (0–0) ^b
	51-80	4 (2–8) ^b	2 (1–4) ^b	0 (0–0)	1 (1–3) ^b	2 (1–4) ^b	1 (0–2) ^b	0 (0–0) ^b
	Alle	5 (2–9)	2 (1–4)	0 (0–0)	1 (1–3)	2 (1–5)	1 (0–2)	0 (0–0)
Kvinder	4-14	6 (3–12) ^a	2 (1–5)	0 (0–0)	1 (1–3)	3 (1–5)	1 (0–2)	0 (0–0)
	15-24	5 (2–8) ^b	2 (1–4)	0 (0–0)	1 (1–2)	2 (1–4)	1 (0–1)	0 (0–0)
	25-50	5 (2–9) ^b	2 (1–4)	0 (0–0)	1 (1–3)	2 (1–5)	1 (0–2)	0 (0–0)
	51-80	4 (2–9) ^b	2 (1–5)	0 (0–0)	1 (1–2)	2 (1–4)	1 (0–2)	0 (0–0)
	Alle	5 (2–9)	2 (1–4)	0 (0–0)	1 (1–3)	2 (1–4)	1 (0–2)	0 (0–0)
Alle	4-14	8 (4–14) ^a	3 (2–5) ^a	0 (0–0)	2 (1–4) ^a	3 (2–6) ^a	1 (1–2) ^a	0 (0–1) ^a
	15-24	5 (2–8) ^b	2 (1–4) ^b	0 (0–0)	1 (1–2) ^b	2 (1–4) ^b	1 (0–1) ^b	0 (0–0) ^b
	25-50	4 (2–8) ^b	2 (1–4) ^b	0 (0–0)	1 (1–2) ^b	2 (1–4) ^b	1 (0–1) ^b	0 (0–0) ^b
	51-80	4 (2–8) ^b	2 (1–4) ^b	0 (0–0)	1 (1–3) ^b	2 (1–4) ^b	1 (0–2) ^b	0 (0–0) ^b
	Alle	5 (2–9)	2 (1–4)	0 (0–0)	1 (1–3)	2 (1–5)	1 (0–2)	0 (0–0)
Syrnede mælkeprodukter								
Mænd	4-14	1 (0–3)	0 (0–1)	0 (0–0) ^b	0 (0–1)	0 (0–2)	0 (0–1)	0 (0–0) ^a
	15-24	0 (0–3)	0 (0–1)	0 (0–0) ^a	0 (0–1)	0 (0–1)	0 (0–0)	0 (0–0) ^{a,b}
	25-50	0 (0–4)	0 (0–1)	0 (0–0) ^a	0 (0–1)	0 (0–1)	0 (0–0)	0 (0–0) ^b
	51-80	0 (0–4)	0 (0–2)	0 (0–0) ^a	0 (0–1)	0 (0–1)	0 (0–0)	0 (0–0) ^b
	Alle	0 (0–4)	0 (0–1)	0 (0–0)	0 (0–1)	0 (0–1)	0 (0–0)	0 (0–0)
Kvinder	4-14	1 (0–3) ^{b,c}	0 (0–1) ^{b,c}	0 (0–0) ^b	0 (0–1) ^{a,b}	0 (0–1) ^{a,b}	0 (0–0) ^{a,b}	0 (0–0)
	15-24	1 (0–3) ^c	0 (0–1) ^c	0 (0–0) ^a	0 (0–0) ^b	0 (0–1) ^b	0 (0–0) ^b	0 (0–0)
	25-50	1 (0–6) ^{a,b}	0 (0–2) ^b	0 (0–0) ^a	0 (0–1) ^b	0 (0–1) ^{a,b}	0 (0–0) ^{a,b}	0 (0–0)
	51-80	2 (0–9) ^a	1 (0–3) ^a	0 (0–0) ^a	0 (0–1) ^a	0 (0–2) ^a	0 (0–1) ^a	0 (0–0)
	Alle	1 (0–6)	0 (0–2)	0 (0–0)	0 (0–1)	0 (0–2)	0 (0–1)	0 (0–0)

Alle	4-14	1 (0-3) ^b	0 (0-1) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-1) ^{a,b}	0 (0-2)	0 (0-0)	0 (0-0) ^a
	15-24	0 (0-3) ^b	0 (0-1) ^b	0 (0-0) ^a	0 (0-0) ^b	0 (0-1)	0 (0-0)	0 (0-0) ^b
	25-50	1 (0-4) ^b	0 (0-1) ^b	0 (0-0) ^a	0 (0-1) ^b	0 (0-1)	0 (0-0)	0 (0-0) ^b
	51-80	1 (0-6) ^a	0 (0-2) ^a	0 (0-0) ^a	0 (0-1) ^a	0 (0-2)	0 (0-1)	0 (0-0) ^{a,b}
	Alle	1 (0-4)	0 (0-2)	0 (0-0)	0 (0-1)	0 (0-1)	0 (0-0)	0 (0-0)
Ost								
Mænd	4-14	9 (5-13) ^b	0 (0-0) ^c	0 (0-0)	8 (5-12) ^b	13 (8-18) ^b	5 (3-7) ^b	1 (1-2) ^b
	15-24	10 (7-15) ^{a,b}	0 (0-0) ^a	0 (0-0)	9 (6-14) ^a	16 (11-22) ^a	5 (4-8) ^{a,b}	2 (1-2) ^a
	25-50	10 (6-15) ^a	0 (0-0) ^{a,b}	0 (0-0)	9 (6-14) ^a	16 (10-22) ^a	5 (3-8) ^{a,b}	2 (1-2) ^{a,b}
	51-80	11 (6-16) ^a	0 (0-0) ^{b,c}	0 (0-0)	10 (5-16) ^a	16 (9-25) ^a	6 (3-9) ^a	2 (1-3) ^{a,b}
	Alle	10 (6-16)	0 (0-0)	0 (0-0)	9 (6-14)	16 (9-23)	5 (3-8)	2 (1-2)
Kvinder	4-14	10 (7-15) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-0)	8 (5-12) ^b	14 (8-20) ^b	5 (3-7)	1 (1-2)
	15-24	12 (8-16) ^{a,b}	0 (0-0) ^a	0 (0-0)	10 (7-13) ^{a,b}	16 (11-21) ^{a,b}	6 (4-8)	2 (1-2)
	25-50	12 (7-17) ^a	0 (0-0) ^{a,b}	0 (0-0)	9 (6-14) ^{a,b}	16 (10-24) ^a	6 (3-9)	2 (1-2)
	51-80	11 (7-17) ^{a,b}	0 (0-0) ^{a,b}	0 (0-0)	10 (6-15) ^a	16 (11-25) ^a	6 (3-9)	2 (1-2)
	Alle	11 (7-17)	0 (0-0)	0 (0-0)	9 (6-14)	16 (10-23)	6 (3-8)	2 (1-2)
Alle	4-14	10 (6-14) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-0)	8 (5-12) ^b	13 (8-19) ^b	5 (3-7) ^b	1 (1-2) ^b
	15-24	11 (8-16) ^a	0 (0-0) ^{a,c}	0 (0-0)	9 (6-14) ^a	16 (11-22) ^a	6 (4-8) ^a	2 (1-2) ^a
	25-50	11 (7-16) ^a	0 (0-0) ^c	0 (0-0)	9 (6-14) ^a	16 (10-23) ^a	5 (3-8) ^a	2 (1-2) ^a
	51-80	11 (7-17) ^a	0 (0-0) ^b	0 (0-0)	10 (6-15) ^a	16 (10-25) ^a	6 (3-9) ^a	2 (1-3) ^a
	Alle	11 (7-16)	0 (0-0)	0 (0-0)	9 (6-14)	16 (10-23)	5 (3-8)	2 (1-2)
Madlavningsprodukter og -tilbehør								
Mænd	4-14	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^c	0 (0-0)	2 (1-4) ^b	3 (1-7) ^b	1 (0-2) ^b	0 (0-1) ^b
	15-24	0 (0-1) ^{a,b}	0 (0-0) ^b	0 (0-0)	2 (1-4) ^{a,b}	4 (1-8) ^{a,b}	1 (0-2) ^{a,b}	0 (0-1) ^{a,b}
	25-50	0 (0-1) ^a	0 (0-0) ^{a,b}	0 (0-0)	3 (1-5) ^a	5 (2-9) ^a	2 (1-3) ^a	0 (0-1) ^a
	51-80	0 (0-1) ^a	0 (0-0) ^a	0 (0-0)	3 (1-5) ^a	5 (2-9) ^a	2 (1-3) ^a	0 (0-1) ^a
	Alle	0 (0-1)	0 (0-0)	0 (0-0)	3 (1-5)	5 (2-9)	1 (1-3)	0 (0-1)
Kvinder	4-14	0 (0-1) ^b	0 (0-0) ^c	0 (0-0)	2 (1-5) ^b	4 (1-9) ^b	1 (0-3) ^b	0 (0-1) ^b
	15-24	0 (0-1) ^{a,b}	0 (0-0) ^{b,c}	0 (0-0)	3 (1-5) ^{a,b}	5 (2-8) ^{a,b}	2 (1-3) ^{a,b}	0 (0-1) ^{a,b}
	25-50	0 (0-1) ^a	0 (0-0) ^a	0 (0-0)	3 (1-6) ^a	6 (3-10) ^a	2 (1-3) ^{a,b}	1 (0-1) ^{a,b}
	51-80	0 (0-1) ^a	0 (0-0) ^a	0 (0-0)	4 (1-6) ^a	6 (2-11) ^a	2 (1-4) ^a	1 (0-1) ^a
	Alle	0 (0-1)	0 (0-0)	0 (0-0)	3 (1-6)	6 (2-10)	2 (1-3)	1 (0-1)

Alle	4-14	0 (0-0) ^a	0 (0-0) ^a	0 (0-0) ^a	0 (0-0) ^a	0 (0-0) ^a	0 (0-0) ^a	0 (0-0) ^a
	15-24	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^b
	25-50	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^b	0 (0-0) ^b
	51-80	0 (0-0) ^c	0 (0-0) ^c	0 (0-0) ^c	0 (0-0) ^c	0 (0-0) ^c	0 (0-0) ^c	0 (0-0) ^c
	Alle	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)
Totalt mejeri								
Mænd	4-14	22 (17-29) ^a	5 (3-8) ^a	0 (0-4) ^a	24 (18-30) ^{a,b}	39 (31-46) ^b	15 (11-20) ^{a,b}	5 ^a (4-8) ^a
	15-24	21 (15-26) ^{a,b}	4 (3-7) ^{a,b}	0 (0-0) ^b	23 (17-28) ^b	39 (31-45) ^b	13 (10-18) ^c	4 ^b (3-6) ^b
	25-50	19 (15-26) ^b	4 (2-6) ^b	0 (0-0) ^b	23 (18-29) ^b	39 (31-47) ^b	14 (10-18) ^{b,c}	5 ^a (4-8) ^a
	51-80	21 (14-28) ^b	4 (2-7) ^b	0 (0-0) ^c	26 (19-32) ^a	43 (32-51) ^a	16 (11-21) ^a	6 ^a (4-8) ^a
	Alle	20 (15-27)	4 (3-7)	0 (0-0)	24 (18-31)	40 (31-49)	15 (11-20)	5 (4-8)
Kvinder	4-14	22 (18-28) ^{a,b}	5 (3-7) ^{b,c}	0 (0-3) ^a	24 (19-30) ^{a,b}	39 (31-47) ^b	16 (12-21) ^{a,b}	6 ^a (4-8)
	15-24	21 (17-26) ^b	4 (2-5) ^c	0 (0-0) ^{b,c}	22 (18-28) ^b	37 (30-45) ^b	13 (11-17) ^c	5 ^b (3-7)
	25-50	24 (17-30) ^a	5 (3-7) ^b	0 (0-0) ^c	24 (18-30) ^b	40 (32-49) ^b	15 (11-19) ^{b,c}	5 ^b (4-7)
	51-80	24 (18-31) ^a	5 (3-8) ^a	0 (0-0) ^b	26 (20-33) ^a	44 (35-53) ^a	16 (12-21) ^a	5 ^{a,b} (4-8)
	Alle	23 (17-30)	5 (3-7)	0 (0-0)	24 (19-31)	41 (33-50)	15 (11-20)	5 (4-7)
Alle	4-14	22 (18-28) ^a	5 (3-7) ^a	0 (0-4) ^a	24 (18-30) ^b	39 (31-47) ^b	16 (11-21) ^a	6 (4-8) ^a
	15-24	21 (16-26) ^c	4 (3-6) ^b	0 (0-0) ^b	23 (18-28) ^c	38 (31-45) ^b	13 (10-18) ^b	5 (3-7) ^b
	25-50	21 (15-28) ^{b,c}	4 (3-7) ^b	0 (0-0) ^b	24 (18-29) ^{b,c}	40 (31-48) ^b	14 (11-19) ^b	5 (4-7) ^c
	51-80	22 (16-30) ^{a,b}	5 (3-7) ^a	0 (0-0) ^c	26 (19-32) ^a	44 (34-52) ^a	16 (11-21) ^a	5 (4-8) ^{a,c}
	Alle	22 (16-28)	5 (3-7)	0 (0-0)	24 (19-31)	41 (32-49)	15 (11-20)	5 (4-8)

Data er præsenteret i form af median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem aldersgrupper er testet med Kruskal-Wallis test efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem aldersgrupperne inden for samme køn. Derimod angiver identiske bogstaver, at aldersgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Mejeriprodukters bidrag til makronæringsstoffer

Tabel 4 giver et overblik over mejeriprodukters bidrag til det daglige medianindtag af makronæringsstoffer. Mejeriprodukter er en væsentlig kilde til proteiner og fedt, særlig mættet fedt og i mindre omfang enkelt- og flerumættede fedtsyrer. Det er hovedsageligt mælk, ost, smør og blandingsprodukter samt madprodukter- og tilbehør, der er ansvarlige for makronæringsstofbidraget. Transfedtsyrer er ikke opgjort særskilt i denne analyse. Derudover bidrager mejeriprodukter i mindre grad til det daglige medianindtag af kulhydrater og tilsat sukker.

Mejeriprodukter bidrager med omkring en fjerdedel af det daglige indtag af protein og fedt. Størstedelen af proteinbidraget kommer fra ost, efterfulgt af mælk. Ost bidrager med 9-12%, hvor mælk bidrager med 4-9% af det daglige proteinindtag. Proteinbidraget varierer med alderen. Hos mænd ses det højeste bidrag blandt 4-14-årige, mens bidraget hos kvinder er højest blandt de voksne (25-80 år) og lavest blandt 15-24-årige. Fedtbidraget skyldes derimod primært ost (8-10%) og smør og blandingsprodukter (5-8%). For mættet fedt ses signifikante aldersforskelle, hvor 51-80-årige har det højeste bidrag fra mejeriprodukter, og det adskiller sig signifikant fra de andre aldersgrupper. Forskellen er størst blandt kvinderne.

Ses der på fedtsyresammensætningen, er det især mættet fedt, mejeriprodukter bidrager med, da de repræsenterer mellem 37 og 44% af det daglige mættet fedtindtag. Dette skyldes hovedsageligt ost, der bidrager med 13-16% af indtaget, samt smør og blandingsprodukter, der bidrager med 8-12%. Aldersgrupperne udviser signifikante forskelle, men de anses ikke som værende af betydelige størrelse. De fremgår af tabel 4.

Mejeriprodukter er også en kilde til enkeltumættede fedtsyrer, og bidrager med omkring 15% af det daglige indtag, hvilket hovedsageligt kan tilskrives indtaget af ost (5-6%) og smør og blandingsprodukter (3-5%). Der er signifikante forskelle mellem aldersgrupperne og de fremgår af tabel 4. Da de absolutte forskelle mellem grupperne er små, vurderes disse forskelle ikke som værende betydelige.

3.2 Karakteristika, kostkvalitet og næringsstofbidrag fra mejeriprodukter blandt personer med lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter

Tabel 5. Karakteristika af børn (4-14 år) med hhv. lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter i kosten.

	Mælk			Syrnede mælkeprodukter			Ost			Madlavningsprodukter/ tilbehør		
	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt
Antal (n)	151	308	163	123	252	129	150	305	159	137	276	132
Indtag (g/10MJ)	47 (27–67)	183 (123–243)	454 (372–557)	5 (2–7)	27 (16–40)	101 (77–153)	14 (9–18)	34 (28–41)	65 (55–80)	2 (1–3)	10 (7–14)	25 (21–32)
Køn (%)												
Drenge	33 ^b	58 ^a	64 ^a	50	54	49	59	53	49	59	53	49
Piger	67 ^a	42 ^b	36 ^b	50	46	51	41	47	51	41	47	51
Alder (år)	11 ^a (9–13)	10 ^b (7–12)	8 ^b (6–11)	10 (8–12)	10 (7–12)	9 (6–12)	8 ^b (6–11)	10 ^b (7–12)	10 ^a (8–12)	9 ^b (6–11)	10 ^{a,b} (7–12)	10 ^a (8–12)
Uddannelse* (%)												
Ingen/erhverv	45	48	47	54	39	48	50	49	40	51	45	47
Videregående	55	51	53	46	60	52	50	51	59	48	54	53
Under uddannelse	0	2	0	0	1	1	0	1	2	1	1	1
Rygevaner* (%)												
Ryger	14	12	10	11	10	11	15	10	12	14	12	9
Er holdt op	28	24	19	17	24	31	26	25	19	24	27	22
Aldrig	58	64	72	71	66	58	60	64	69	62	61	69
Samlivsstatus (%)												
En voksen med børn	29 ^a	19 ^{a,b}	10 ^b	29	18	16	16	21	20	19	17	22
Flere voksne med børn	59 ^b	72 ^{a,b}	76 ^a	60	75	74	68	70	72	68	71	73
Andet	12	9	13	11	8	10	16	10	8	13	12	6

Indtag og alder er præsenteret som median (25-75 percentiler).

* De rapporterede data vedrører forældrenes rygevaner og uddannelsesniveau. .

Forskelle mellem indtagsgrupperne er testet med Chi i anden-test (χ^2 -test) eller Kruskal-Wallis test for hhv. kategoriske og kontinuerlige variable, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme linje. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 5 (fortsat)

	Smør og blandingsprodukter			Søde mælkedrikke			Totalt mejeri		
	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt
Antal (n)	144	314	163	71	133	59	145	319	158
Indtag (g/10 MJ)	4	10	19	1	24	72	144	303	561
	(2–4)	(7–12)	(16–22)	(1–1)	(3–34)	(61–106)	(121–167)	(244–362)	(493–660)
Alder (år)	10 ^a	10 ^a	8 ^b	9	9	10	10 ^a	10 ^{a,b}	9 ^b
	(8–13)	(8–12)	(6–10)	(7–12)	(7–12)	(8–12)	(8–13)	(7–12)	(6–11)
Køn (%)									
Drenge	60	51	52	57	55	57	42 ^b	53 ^{a,b}	64 ^a
Piger	40	49	48	43	45	43	58 ^a	47 ^{a,b}	36 ^b
Uddannelse* (%)									
Ingen/erhverv	49	45	47	36	45	67	46	45	50
Videregående	51	53	52	64	55	33	54	53	50
Under uddannelse	0	1	1	0	0	0	0	2	0
Rygevaner* (%)									
Ryger	14	12	9	7	13	21	15	9	13
Er holdt op	22	25	22	24	23	23	26	24	20
Aldrig	64	63	69	70	64	56	59	67	66
Samlivsstatus (%)									
En voksen med børn	28 ^a	18 ^{a,b}	13 ^b	14	17	16	34 ^a	16 ^b	11 ^b
Flere voksne med børn	59 ^b	70 ^{a,b}	80 ^a	77	75	65	54 ^b	75 ^a	75 ^a
Andet	12	12	8	9	9	19	11	9	14

Indtag og alder er præsenteret som median (25-75 percentiler).

* De rapporterede data vedrører forældrenes rygevaner og uddannelsesniveau.

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Chi i anden-test (χ^2 -test) eller Kruskal-Wallis test for hhv. kategoriske og kontinuertlige variable, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for at justere for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme linje. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Table 6. Karakteristika af voksne (15-80 år) med hhv. lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter i kosten.

	Mælk			Syrnede mælkeprodukter			Ost			Madlavningsprodukter/tilbehør		
	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt
Antal (n)	780	1599	800	608	1257	631	779	1594	782	729	1530	785
Indtag (g/10 MJ)*	23 (12–35)	115 (79–159)	309 (257–412)	2 (1–4)	38 (17–68)	187 (140–256)	18 (11–22)	44 (35–53)	82 (72–101)	3 (2–5)	14 (10–18)	33 (28–42)
Køn (%)												
Mænd	51	51	46	53 ^a	46 ^b	42 ^b	54 ^a	49 ^{a,b}	47 ^b	55 ^a	50 ^a	42 ^b
Kvinder	49	49	54	47 ^b	54 ^a	58 ^a	46 ^b	51 ^{a,b}	53 ^a	45 ^b	50 ^b	58 ^a
Alder (år)*	51 ^a (32–64)	46 ^b (29–61)	51 ^a (33–65)	48 ^b (33–60)	46 ^b (29–61)	56 ^a (36–70)	49 ^{a,b} (31–64)	47 ^b (29–61)	51 ^a (33–63)	48 (29–63)	48 (31–61)	51 (34–64)
Uddannelse (%)												
Ingen/erhverv	59	54	59	57	53	54	61 ^a	54 ^b	54 ^{a,b}	58	56	53
Videregående	33	38	34	35	39	41	31 ^b	37 ^a	40 ^a	33	36	40
Under uddannelse	8	8	7	8	8	5	9 ^{a,b}	9 ^a	6 ^b	9	8	6
Rygevaner (%)												
Ryger	18	16	19	20 ^a	14 ^b	12 ^b	16	16	19	19	16	16
Er holdt op	34	28	30	29	30	34	30	29	34	30	30	33
Aldrig	48 ^b	56 ^a	51 ^{a,b}	51	57	53	54	55	47	52	54	51
Samlevsstatus (%)												
En voksen uden børn	27	27	27	26 ^b	24 ^b	35 ^a	30 ^{a,b}	24 ^b	31 ^a	29	24	29
En voksen med børn	3	5	4	4	4	3	4	5	4	3	5	4
Flere voksne uden børn	45 ^a	36 ^b	39 ^{a,b}	37	38	41	39	39	40	42	40	38
Flere voksne med børn	22	25	24	28 ^a	27 ^a	19 ^b	22	26	22	20 ^b	26 ^a	25 ^{a,b}
Andet	3 ^b	6 ^a	6 ^a	5 ^{a,b}	7 ^a	2 ^b	6 ^a	6 ^a	3 ^b	6	6	4

*Indtag og alder er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Chi i anden-test (χ^2 -test) eller Kruskal-Wallis test for hhv. kategoriske og kontinuerlige variable, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme linje. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 6 (fortsat)

	Smør og blandingsprodukter			Søde mælkedrikke			Totalt mejeri		
	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt
Antal (n)	784	1638	778	200	403	173	766	1622	814
Indtag (g/10MJ)*	3 (2–4)	8 (6–10)	18 (15–22)	1 (0–1)	4 (2–25)	63 (47–97)	127 (94–150)	259 (217–309)	478 (418–575)
Køn (%)									
Mænd	51 ^{a,b}	47 ^b	53 ^a	57	48	51	56 ^a	51 ^a	41 ^b
Kvinder	49 ^{a,b}	53 ^a	47 ^b	43	52	49	44 ^b	49 ^b	59 ^a
Alder (år)*	49 ^b (28–62)	46 ^b (30–61)	53 ^a (37–67)	45 ^a (31–58)	44 ^{a,b} (30–56)	38 ^b (23–52)	45 ^b (28–60)	48 ^b (30–61)	53 ^a (35–67)
Uddannelse (%)									
Ingen/erhverv	53 ^b	52 ^b	69 ^a	47 ^b	57 ^{a,b}	62 ^a	59	54	58
Videregående	37 ^a	40 ^a	27 ^b	44 ^a	35 ^{a,b}	26 ^b	32	37	37
Under uddannelse	10 ^a	9 ^a	4 ^b	9	9	12	9	9	6
Rygevaner (%)									
Ryger	16	16	21	12 ^b	15 ^{a,b}	23 ^a	20	16	17
Er holdt op	28 ^b	29 ^b	35 ^a	31	26	20	29	30	33
Aldrig	56 ^a	55 ^a	45 ^b	57	59	57	50	54	51
Samlivsstatus (%)									
En voksen uden børn	31	25	28	22	20	27	26	27	30
En voksen med børn	3	5	3	6 ^{a,b}	2 ^b	8 ^a	3	5	3
Flere voksne uden børn	41	37	42	37	33	27	42	37	41
Flere voksne med børn	19 ^b	27 ^a	23 ^{a,b}	28	36	29	23	25	22
Andet	5 ^{a,b}	6 ^a	3 ^b	7	8	11	5	6	4

Indtag og alder er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Chi i anden-test (χ^2 -test) eller Kruskal-Wallis test for hhv. kategoriske og kontinuertlige variable, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme linje. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 5 og 6 giver et overblik over karakteristika af henholdsvis børn (4-14 år) og voksne (15-80 år), der har et lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter. Indtag og alder er præsenteret som median (25.–75. percentiler), og forskelle mellem indtagsgrupperne er testet statistisk.

Mælk

Blandt voksne er middelindtagsgruppen signifikant yngre end både lav- og højindtagsgrupperne, mens lav- og højindtagsgrupperne ikke adskiller sig fra hinanden. Middelindtagsgruppen har desuden en højere andel, der aldrig har røget sammenlignet med lavindtagsgruppen, samt en større andel husholdninger med flere voksne uden børn. Lavindtagsgruppen har derimod en lavere andel husholdninger kategoriseret som "andet" sammenlignet med både middel- og højindtagsgrupperne.

Blandt børnene er der en signifikant højere andel af piger og en lavere andel drenge i lavindtagsgruppen sammenlignet med middel- og højindtagsgrupperne. Derudover har højindtagsgruppen en større andel husstande med flere voksne end lavindtagsgruppen.

Syrnede mælkeprodukter

For voksne består lavindtagsgruppe af en signifikant højere andel mænd og en lavere andel kvinder sammenlignet med middel- og højindtagsgrupperne. Lavindtagsgruppen har desuden en større andel rygere. Højindtagsgruppen er signifikant ældre end de øvrige indtagsgrupper, og har en højere andel husholdninger med én voksen uden børn, samt en lavere andel husholdninger med flere voksne med børn eller kategoriseret som "andet".

Ost

Blandt voksne har højindtagsgruppen en højere andel kvinder og en lavere andel mænd end lavindtagsgruppen. Højindtagsgruppen er desuden ældre end middelindtagsgruppen og har en højere andel husstande med én voksen uden børn. Samtidig har højindtagsgruppen en lavere andel husholdninger kategoriseret som "andet" sammenlignet med både lav- og middelindtagsgrupperne. For uddannelsesniveau ses en højere andel uden uddannelse eller med en erhvervsuddannelse i lavindtagsgruppen

sammenlignet med middelindtagsgruppen. Omvendt har middel- og højindtagsgrupperne en højere andel med videregående uddannelse end lavindtagsgruppen. Derudover er andelen under uddannelse højere i middelindtagsgruppen end i højindtagsgruppen.

Blandt børn er højindtagsgruppen signifikant yngre end lav- og middelindtagsgrupperne.

Madlavningsprodukter- og tilbehør

For voksne er der en signifikant højere andel mænd og en lavere andel kvinder i højindtagsgruppen sammenlignet med lav- og middelindtagsgrupperne. Middelindtagsgruppen har desuden en højere andel husholdninger med flere voksne med børn sammenlignet med lavindtagsgruppen.

Blandt børnene er højindtagsgruppen signifikant ældre end lavindtagsgruppen, mens middelindtagsgruppen ikke adskiller sig signifikant fra de øvrige grupper.

Smør og blandingsprodukter

Blandt voksne er højindtagsgruppen signifikant ældre end både lav- og middelindtagsgrupperne. Gruppen har en lavere andel, der aldrig har røget, samt en højere andel tidligere rygere. Derudover har højindtagsgruppen en lavere andel med videregående eller igangværende uddannelse, mens andelen uden uddannelse eller med en erhvervsuddannelse er højere sammenlignet med de øvrige grupper. For samlivsstatus ses en lavere andel husholdninger med flere voksne med børn i lavindtagsgruppen sammenlignet med middelindtagsgruppen, mens middelindtagsgruppen har en højere andel husholdninger kategoriseret som "andet" end højindtagsgruppen. Middelindtagsgruppen har desuden en højere andel mænd og en lavere andel kvinder sammenlignet med højindtagsgruppen.

Blandt børn har lavindtagsgruppen en højere andel husholdninger med én voksen og en lavere andel husholdninger med flere voksne sammenlignet med højindtagsgruppen. Højindtagsgruppen er desuden signifikant yngre end både lav- og middelindtagsgrupperne.

Søde mælkedrikke

Blandt voksne har højindtagsgruppen en højere andel uden uddannelse eller med en erhvervsuddannelse, samt færre med en videregående uddannelse i sammenlignet med lavindtagsgruppen. Højindtagsgruppen er desuden signifikant yngre end lavindtagsgruppen og har en højere andel husholdninger med én voksen og børn sammenlignet med middelindtagsgruppen.

Totalt mejeri

For voksne er højindtagsgruppen signifikant ældre end lav- og middelindtagsgrupperne og har en højere andel kvinder samt en lavere andel mænd. Blandt børn ses en højere andel piger og en lavere andel drenge i lavindtagsgruppen sammenlignet med højindtagsgruppen. Derudover har lavindtagsgruppen en højere andel husholdninger med én voksen og en lavere andel husholdninger med flere voksne sammenlignet med højindtagsgruppen.

Tabel 7. Kropsmålinger og vægtstatus blandt børn (4-14 år) med hhv. lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter.

	Mælk			Syrnede mælkeprodukter			Ost			Madlavningsprodukter/ tilbehør		
	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt
Antal (n)	151	308	163	123	252	129	150	305	159	137	276	132
Taljemål (cm)	64	61	61	64 ^a	62 ^{a,b}	59 ^b	60	63	62	61	62	65
	(58–70)	(56–69)	(55–70)	(58–70)	(57–69)	(55–66)	(55–67)	(57–70)	(58–70)	(56–70)	(57–69)	(56–71)
BMI (kg/m²)	18	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	18
	(16–20)	(15–19)	(15–19)	(15–20)	(15–19)	(15–18)	(15–20)	(16–19)	(16–20)	(15–19)	(15–20)	(15–21)
Vægtstatus (%)												
Normalvægtig	84	83	82	82	82	87	83	83	82	85	83	76
Overvægtig	13	15	12	12	15	11	14	15	14	12	14	19
Svært overvægtig	3	2	6	6	3	2	4	2	4	3	3	5

Vægt og taljemål er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med regressionsmodeller, hvor de kategoriske variable er analyseret ved hjælp af logistisk regression og kontinuerlige variable er analyseret med lineær regression. Alle modeller er justeret for alder og køn.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme linje. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 7 (fortsat)

	Smør og blandingsprodukter			Søde mælkedrikke			Totalt mejeri		
	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt
Antal (n)	144	314	163	71	133	59	145	319	158
Taljemål (cm)	65 (58–71)	63 (57–70)	59 (55–64)	61 (57–66)	61 (56–70)	64 (59–72)	64 (58–69)	62 (56–69)	60 (55–70)
BMI (kg/m²)	18 (16–20)	17 (15–20)	16 (15–18)	17 (15–19)	17 (15–20)	18 (16–21)	18 (16–20)	17 (15–19)	17 (15–19)
Vægtstatus (%)									
Normalvægtig	82 ^{a,b}	82 ^b	86 ^a	82	84	70	86	83	81
Overvægtig	14	15	11	15	14	24	13	15	13
Svært overvægtig	4	3	3	2	2	5	1 ^b	3 ^{a,b}	6 ^a

Vægt og taljemål er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med regressionsmodeller, hvor de kategoriske variable er analyseret ved hjælp af logistisk regression og kontinuerlige variable er analyseret med lineær regression. Alle modeller er justeret for alder og køn.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme linje. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 8. Kropsmålinger og blodtryksstatus blandt voksne (15-80 år) med hhv. lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter.

	Mælk			Syrnede mælkeprodukter			Ost			Madlavningsprodukter/tilbehør		
	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt
Antal (n)	780	1599	800	608	1257	631	779	1594	782	729	1530	785
Taljemål (cm)	94 ^a (83–105)	90 ^b (79–102)	91 ^b (80–102)	94 ^a (82–104)	89 ^b (78–100)	91 ^b (81–102)	92 (80–103)	90 (80–102)	93 (80–104)	91 (81–103)	91 (79–103)	92 (80–103)
BMI (kg/m²)	27 ^a (24–31)	26 ^b (23–30)	26 ^b (23–30)	27 ^a (24–31)	25 ^b (23–29)	26 ^b (23–30)	26 ^b (23–30)	26 ^{a,b} (23–30)	26 ^a (23–31)	26 (23–30)	26 (23–30)	26 (23–31)
Vægtstatus (%)												
Undervægtig	1	1	2	0	1	2	1	1	1	1	1	1
Normalvægtig	37 ^b	43 ^{a,b}	43 ^a	35 ^b	46 ^a	41 ^a	43	42	39	43	42	39
Overvægtig	34	37	33	37	32	37	34	36	33	34	35	34
Svært overvægtig	29 ^a	20 ^b	23 ^b	27 ^a	20 ^b	20 ^b	22	22	26	22	23	25
Hypertension (%)												
Normotensive	57	64	62	62	65	57	62	63	60	60	63	63
Hypertensive	43	36	38	38	35	43	38	37	40	40	37	37

Vægt og taljemål er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med regressionsmodeller, hvor de kategoriske variable er analyseret ved hjælp af logistisk regression og kontinuerlige variable er analyseret med lineær regression. Alle modeller er justeret for alder og køn.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme linje. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 8 (fortsat)

	Smør og blandingsprodukter			Søde mælkedrikke			Totalt mejeri		
	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt
Antal (n)	784	1638	778	200	403	173	766	1622	814
Taljemål (cm)	90 ^b (80–102)	90 ^b (78–101)	96 ^a (83–108)	90 ^b (80–100)	92 ^a (78–102)	87 ^{a,b} (78–102)	93 ^a (80–104)	91 ^{a,b} (80–102)	91 ^b (80–102)
BMI (kg/m²)	26 ^b (23–30)	26 ^b (23–30)	27 ^a (23–32)	26 (23–29)	26 (23–30)	25 (22–30)	26 (23–31)	26 (23–30)	26 (23–30)
Vægtstatus (%)									
Undervægtig	1	1	1	1	0	1	0 ^b	1 ^b	2 ^a
Normalvægtig	44	43	36	44	43	48	40	42	42
Overvægtig	34	35	35	38	33	26	35	35	33
Svært overvægtig	22 ^b	21 ^b	29 ^a	18 ^b	24 ^{a,b}	25 ^a	25	22	23
Hypertension (%)									
Normotensive	65 ^a	65 ^a	53 ^b	65	67	69	62	64	58
Hypertensive	35 ^b	35 ^b	47 ^a	35	33	31	38	36	42

Vægt og taljemål er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med regressionsmodeller, hvor de kategoriske variable er analyseret ved hjælp af logistisk regression og kontinuerlige variable er analyseret med lineær regression. Alle modeller er justeret for alder og køn.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme linje. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 7 og 8 præsenterer kropsmålinger og blodtryksstatus blandt henholdsvis børn (4-14 år) og voksne (15-80 år), der har et lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter. Alle analyser er justeret for alder og køn.

Mælk

Blandt voksne ses et mere fordelagtigt vægtnønster ved højere mælkeindtag. Lavindtagsgruppen har et signifikant større taljemål end både middel- og højindtagsgruppen samt et signifikant højere BMI. Derudover har lavindtagsgruppen en større andel af personer med svær overvægt sammenlignet med middel- og højindtagsgruppen. Samtidig har lavindtagsgruppen også færre personer med normalvægt end højindtagsgruppen. Andelen med normalvægt er lavere i lavindtagsgruppen end i højindtagsgruppen, mens middelindtagsgruppen ikke adskiller sig fra grupperne.

Syrnede mælkeprodukter

Blandt voksne observeres tilsvarende mønstre for syrnede mælkeprodukter. Lavindtagsgruppen har et signifikant større taljemål og et højere BMI end både middel- og højindtagsgruppen, samt en større andel personer med svær overvægt. Lavindtagsgruppen har desuden en lavere andel normalvægtige sammenlignet med både middel- og højindtagsgruppen.

Blandt børn ses en signifikant forskel i taljemål, hvor højindtagsgruppen har et mindre taljemål end lavindtagsgruppen.

Ost

Blandt voksne har højindtagsgruppen et signifikant højere BMI sammenlignet med lavindtagsgruppen, mens middelindtagsgruppen ikke adskiller sig signifikant fra de øvrige grupper. Forskellen i BMI er dog lille og vurderes ikke at have væsentlig klinisk betydning.

Smør og blandingsprodukter

Blandt voksne er et højt indtag af smør og blandingsprodukter forbundet med højere kropsmål. Højindtagsgruppen har et signifikant større taljemål og et højere BMI end både lav- og middelindtagsgruppen. Derudover har højindtagsgruppen en større andel

med svær overvægt samt en højere forekomst af hypertension og flere med hypertension sammenlignet med lav- og middelindtagsgrupperne.

Blandt børn ses en højere andel af personer med normalvægt i højindtagsgruppen end i middelindtagsgruppen, mens lavindtagsgruppen ikke adskiller sig signifikant fra de øvrige.

Søde mælkedrikke

Blandt voksne, har lavindtagsgruppen et signifikant mindre taljemål end middelindtagsgruppen, mens højindtagsgruppen ikke adskiller sig signifikant fra de øvrige grupper. Derudover har lavindtagsgruppen en lavere andel med svær overvægt sammenlignet med højindtagsgruppen.

Totalt mejeri

For voksne ses et signifikant lavere taljemål i højindtagsgruppen sammenlignet med lavindtagsgruppen, mens middelindtagsgruppen ikke adskiller sig fra grupperne. Desuden er andelen af personer med undervægt højere i højindtagsgruppen end i både lav- og middelindtagsgruppen.

Blandt børnene ses flere med en højere andel med svær overvægt i højindtagsgruppen sammenlignet med lavindtagsgruppen, mens middelindtagsgruppen ikke adskiller sig signifikant fra de øvrige.

Table 9. Median intake of food groups and compliance of the Danish Food Agency for Food, Agriculture and Fisheries (2021) in children (4–14 years) with low, medium and high dairy intake.

Food group	Milk			Fermented milk products			Cheese			Dairy products/ingredients		
	Low	Medium	High	Low	Medium	High	Low	Medium	High	Low	Medium	High
Number (n)	150	308	164	129	262	134	151	304	159	139	273	132
Intake	47	183	454	5	27	101	14	34	65	2	10	25
(g/10 MJ)	(27–67)	(123–243)	(372–557)	(2–7)	(16–40)	(77–153)	(9–18)	(28–41)	(55–80)	(1–3)	(7–14)	(21–32)
Fruit and vegetables	307	288	336	284	310	311	292	305	310	307	305	320
(g/10 MJ)	(201–414)	(201–398)	(208–419)	(209–378)	(206–416)	(228–406)	(200–421)	(201–399)	(198–413)	(194–434)	(206–416)	(216–398)
Legumes	0 ^{a,b}	0 ^a	0 ^b	0	0	0	0	0	0	0 ^b	0 ^b	0 ^a
(g/10 MJ)	(0–1)	(0–2)	(0–0)	(0–2)	(0–0)	(0–2)	(0–0)	(0–0)	(0–2)	(0–0)	(0–0)	(0–6)
Nuts	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
(g/10 MJ)	(1–7)	(1–8)	(1–5)	(1–8)	(1–7)	(1–7)	(1–7)	(1–7)	(1–8)	(1–9)	(1–6)	(1–8)
Whole grains	49 ^c	59 ^b	79 ^a	60	64	52	74 ^a	58 ^b	53 ^b	66 ^a	63 ^a	51 ^b
(g/10 MJ)	(26–66)	(35–90)	(54–114)	(31–92)	(35–87)	(35–81)	(44–107)	(38–85)	(26–85)	(40–103)	(35–92)	(26–77)
Dairy	310 ^c	424 ^b	664 ^a	408 ^b	458 ^b	469 ^a	407 ^b	408 ^b	546 ^a	394	452	508
(g/10 MJ)	(239–396)	(334–519)	(565–766)	(279–568)	(343–577)	(361–643)	(288–521)	(303–545)	(452–677)	(291–568)	(343–582)	(343–604)
Fish	44	70	70	91	69	30	63	73	44	16 ^a	80 ^{a,b}	93 ^b
(g/10 MJ)	(0–150)	(0–202)	(0–173)	(0–178)	(0–203)	(0–153)	(0–168)	(0–206)	(0–170)	(0–140)	(0–199)	(0–218)
Meat	656	641	600	628	640	609	561	653	649	655	641	616
(g/10 MJ)	(427–887)	(463–868)	(416–753)	(421–855)	(418–834)	(413–737)	(415–776)	(487–855)	(418–880)	(489–926)	(441–834)	(388–849)
Seeds	1117 ^a	960 ^{a,b}	825 ^b	945	1034	1063	978 ^a	1012 ^a	834 ^b	898	970	1038
(fast)	(680–1391)	(658–1272)	(642–1148)	(660–1293)	(740–1340)	(718–1399)	(674–1320)	(738–1317)	(522–1144)	(613–1258)	(679–1243)	(754–1458)

(g/10 MJ)												
Råderum (flydende)	1688 ^a	1573 ^{a,b}	1139 ^b	1605	1503	1232	1472	1503	1421	1560	1457	1503
(g/10 MJ)	(593–2839)	(574–2607)	(434–2179)	(726–2747)	(558–2794)	(455–2476)	(640–2813)	(573–2593)	(564–2500)	(589–2919)	(668–2593)	(564–2794)
Total score	3,0 ^b	3,3 ^a	3,4 ^a	3,2	3,3	3,4	3,4	3,2	3,3	3,3	3,3	3,3
	(2,4-3,6)	(2,8-4,0)	(2,9-4,1)	(2,7-3,8)	(2,8-4,0)	(2,7-4,1)	(2,7-4,0)	(2,7-3,9)	(2,5-4,0)	(2,7-4,0)	(2,7-3,9)	(2,7-4,0)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi

Tabel 9 (fortsat)

	Smør og blandingsprodukter			Søde mælkedrikke			Totalt mejeri		
	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt
Antal (n)	156	310	155	66	131	66	156	310	156
Indtag (g/10 MJ)	4	10	19	1	24	72	144	303	561
	(2–4)	(7–12)	(16–22)	(1–1)	(3–34)	(60–106)	(121–167)	(244–362)	(493–660)
Frugt og grønt (g/10 MJ)	289	304	305	243 ^{a,b}	323 ^a	242 ^b	301	289	335
	(199–419)	(210–404)	(189–410)	(206–399)	(185–410)	(157–340)	(200–413)	(201–404)	(203–415)
Bælgfrugter (g/10 MJ)	0	0	0	0	0	0	0 ^{a,b}	0 ^a	0 ^b
	(0–0)	(0–0)	(0–2)	(0–2)	(0–0)	(0–1)	(0–0)	(0–2)	(0–0)
Nødder (g/10 MJ)	3	3	2	3	3	2	3	3	3
	(1–8)	(1–7)	(1–6)	(1–6)	(1–6)	(1–6)	(1–7)	(1–8)	(1–5)
Fuldkorn (g/10 MJ)	58	57	68	68 ^a	54 ^b	38 ^c	51 ^b	59 ^{a,b}	72 ^a
	(28–105)	(35–85)	(46–93)	(44–98)	(34–82)	(26–58)	(29–74)	(34–92)	(44–103)
Mejeri (g/10 MJ)	425	466	417	405	463	483	275 ^c	433 ^b	681 ^a
	(310–572)	(332–601)	(313–575)	(309–573)	(334–582)	(378–623)	(221–331)	(367–517)	(584–792)
Fisk (g/10 MJ)	38	70	74	38	63	21	71	69	57
	(0–150)	(0–196)	(0–206)	(0–150)	(0–173)	(0–157)	(0–178)	(0–195)	(0–162)
Kød (g/10 MJ)	680	618	612	641	561	640	721 ^a	631 ^b	599 ^b
	(483–957)	(440–810)	(379–831)	(427–836)	(403–763)	(505–834)	(462–978)	(427–834)	(417–736)
Råderum (fast) (g/10 MJ)	892	997	906	963	1073	1081	1003	978	899
	(615–1340)	(701–1268)	(656–1237)	(656–1227)	(791–1413)	(800–1299)	(656–1340)	(659–1284)	(657–1153)

Råderum (fly- dende) (g/10 MJ)	1743 ^a (799–2905)	1421 ^{a,b} (593–2573)	1183 ^b (390–2424)	941 ^b (405–1715)	1653 ^{a,b} (665–2682)	1971 ^a (1363– 2813)	1816 (759–2666)	1419 (564–2607)	1211 (390–2496)
Total score	3,1 ^b (2,4-3,6)	3,3 ^{a,b} (2,7-4,0)	3,4 ^b (2,8-4,1)	3,3 ^b (2,8-3,8)	3,4 ^b (2,7-4,0)	2,9 ^a (2,3-3,5)	3,0 ^b (2,4-3,6)	3,4 ^a (2,9-4,0)	3,4 ^a (2,7-4,1)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler). Alkoholindtaget er udeladt, da alle værdier var 0 (0 – 0) g/dag, og der ingen forskelle var.

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtogsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for at justere for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtogsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtogsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 10. Medianindtag af fødevarergrupper og efterlevelse af Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri kostråd 2021 hos voksne (15-80 år) med lavt, middel og højt mejeriindtag.

	Mælk			Syrnede mælkeprodukter			Ost			Madlavningsprodukter- og tilbehør		
	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt
Antal (n)	781	1598	787	640	1329	669	779	1595	787	730	1533	778
Indtag	23	115	309	2	38	187	18	44	82	3	14	33
<i>(g/10 MJ)</i>	(12–35)	(79–159)	(257–412)	(1–4)	(17–68)	(140–256)	(11–22)	(35–53)	(72–101)	(2–5)	(10–18)	(28–42)
Frugt og grønt	276	280	263	246 ^c	291 ^b	344 ^a	272	276	277	253 ^b	280 ^a	301 ^a
<i>(g/10 MJ)</i>	(166–420)	(184–402)	(175–382)	(152–367)	(189–401)	(245–498)	(167–425)	(183–394)	(177–412)	(156–382)	(187–409)	(191–431)
Bælgfrugter	0 ^a	0 ^a	0 ^b	0 ^b	0 ^a	0 ^{a,b}	0	0	0	0	0	0
<i>(g/10 MJ)</i>	(0–8)	(0–7)	(0–2)	(0–4)	(0–9)	(0–8)	(0–5)	(0–6)	(0–7)	(0–4)	(0–7)	(0–7)
Nødder	4	4	3	3 ^b	5 ^a	6 ^a	4	4	4	3	4	5
<i>(g/10 MJ)</i>	(0–12)	(1–13)	(1–12)	(0–10)	(1–14)	(1–15)	(1–13)	(1–12)	(1–11)	(0–11)	(1–12)	(1–13)
Fuldkorn	51 ^c	59 ^b	70 ^a	60 ^b	59 ^b	67 ^a	64 ^a	58 ^b	58 ^b	64 ^a	59 ^a	56 ^b
<i>(g/10 MJ)</i>	(28–78)	(38–88)	(43–103)	(37–86)	(37–86)	(44–93)	(38–98)	(36–86)	(35–83)	(36–95)	(37–88)	(32–81)
Mejeri	359 ^c	418 ^b	617 ^a	398 ^c	453 ^b	556 ^a	299 ^c	434 ^b	634 ^a	442	460	464
<i>(g/10 MJ)</i>	(236–495)	(317–533)	(500–771)	(284–521)	(337–587)	(439–727)	(203–424)	(343–548)	(517–778)	(328–583)	(327–600)	(345–612)
Fisk	169	174	170	170	187	202	207 ^a	175 ^a	138 ^b	134 ^c	175 ^b	206 ^a
<i>(g/10 MJ)</i>	(12–365)	(46–377)	(26–363)	(63–350)	(52–382)	(42–420)	(29–414)	(42–371)	(19–344)	(0–343)	(49–366)	(68–419)
Kød	733	731	669	790 ^a	678 ^b	644 ^b	741	717	679	717	721	678
<i>(g/10 MJ)</i>	(465–1055)	(461–997)	(470–942)	(525–1003)	(452–957)	(392–904)	(467–1036)	(472–995)	(450–942)	(478–1012)	(487–1001)	(410–965)
Råderum (fast)	627 ^{a,b}	674 ^a	606 ^b	638 ^b	580 ^b	580 ^b	695 ^a	656 ^a	574 ^b	570 ^c	631 ^b	738 ^a
	(351–964)	(415–975)	(349–917)	(395–931)	713 ^a	(345–962)	(411–1063)	(410–972)	(314–834)	(313–897)	(397–931)	(446–1073)

<i>(g/10 MJ)</i>					(473– 1007)							
Råderum	3008 ^a	2542 ^a	2188 ^b	3286 ^a	2267 ^b		2532	2633	2327	2675 ^a	2665 ^a	2172 ^b
(flydende)	(1276–	(1247–	(1024–	(1590–	(1143–	1709 ^c	(1138–	(1260–	(1149–	(1252–	(1318–	(1070–
<i>(g/10 MJ)</i>	5769)	4609)	4233)	5620)	4143)	(779–3636)	5269)	4682)	4598)	5172)	4805)	4089)
Score	3,1 ^b	3,3 ^a	3,3 ^a	3,1 ^c	3,4 ^b	3,6 ^a	3,2	3,3	3,2	3,2 ^b	3,3 ^{a,b}	3,4 ^a
	(2,3–3,9)	(2,6–4,0)	(2,7–4,0)	(2,4–3,8)	(2,7–4,1)	(2,9–4,3)	(2,4–3,9)	(2,6–4,0)	(2,5–3,9)	(2,4–3,9)	(2,6–3,9)	(2,6–4,2)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

* Indtaget af alkohol svarer til den mængde alkoholholdige drikkevarer, der er blevet indtaget, og ikke til mængden af ren alkohol.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 10 (fortsat)

	Smør og blandingsprodukter			Søde mælkedrikke			Totalt mejeri		
	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt	Lavt	Middel	Højt
Antal (n)	787	1632	781	199	405	172	766	1623	813
Indtag (g/10 MJ)	3	8	18	1	4	62	127	259	478
	(2–4)	(6–10)	(15–22)	(0–1)	(2–25)	(47–97)	(94–150)	(217–309)	(418–575)
Frugt og grønt	309 ^a	282 ^a	236 ^b	288 ^a	257 ^{a,b}	237 ^b	244 ^c	278 ^b	301 ^a
(g/10 MJ/dag)	(189–455)	(186–405)	(143–360)	(193–435)	(169–361)	(149–339)	(143–387)	(183–394)	(196–454)
Bælgfrugter	0 ^a	0 ^a	0 ^b	0 ^a	0 ^{a,b}	0 ^b	0	0	0
(g/10 MJ/dag)	(0–7)	(0–7)	(0–1)	(0–10)	(0–6)	(0–1)	(0–7)	(0–6)	(0–4)
Nødder	4 ^a	5 ^a	2 ^b	7 ^a	5 ^a	2 ^b	3 ^b	5 ^a	4 ^{a,b}
(g/10 MJ/dag)	(0–15)	(1–13)	(0–9)	(2–16)	(2–13)	(0–7)	(0–12)	(1–12)	(1–13)
Fuldkorn	61	58	60	58 ^a	57 ^a	44 ^b	47 ^c	62 ^b	68 ^a
(g/10 MJ/dag)	(33–96)	(35–87)	(39–86)	(41–82)	(36–85)	(26–75)	(25–75)	(39–90)	(43–95)
Mejeri	473 ^a	450 ^{a,b}	436 ^b	430 ^b	434 ^b	511 ^a	273 ^c	447 ^b	676 ^a
(g/10 MJ/dag)	(342–634)	(333–585)	(307–574)	(303–597)	(328–567)	(376–697)	(193–358)	(358–540)	(562–825)
Fisk	166	178	169	157	151	99	154	170	186
(g/10 MJ/uge)	(15–404)	(44–376)	(33–357)	(39–332)	(27–288)	(0–281)	(5–355)	(40–372)	(42–388)
Kød	689	717	734	679	690	715	800 ^a	721 ^b	626 ^c
(g/10 MJ/uge)	(409–1004)	(472–998)	(502–997)	(461–930)	(465–921)	(523–1029)	(496–1120)	(484–994)	(418–880)
Råderum (fast)	565 ^c	683 ^a	629 ^b	755	803	708	623 ^{a,b}	675 ^a	579 ^b
(g/10 MJ/uge)	(302–889)	(429–985)	(363–951)	(493–1028)	(555–1062)	(475–1016)	(379–958)	(409–970)	(342–914)
Råderum (flydende)	2619	2576	2428	2945	2515	3328	3547 ^a	2389 ^b	2021 ^c
(g/10 MJ/uge)	(1092–5186)	(1262–4682)	(1161–4553)	(1214–5062)	(1401–4737)	(1654–6093)	(1757–6277)	(1222–4433)	(845–4089)

Total score	3,3 ^a (2,6-4,1)	3,3 ^a (2,6-4,0)	3,0 ^b (2,4-3,7)	3,3 ^a (2,7-4,1)	3,2 ^a (2,5-3,8)	2,8 ^b (2,2-3,6)	2,8 ^b (2,1-3,6)	3,4 ^a (2,7-4,0)	3,4 ^a (2,7-4,1)
--------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtogsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtogsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtogsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 9 og 10 viser kostkvalitetsscoren samt de energijusterede indtag af fødevarergrupperne, der indgår i kostkvalitetsindekset blandt henholdsvis børn (4-14 år) og voksne (15-80 år) med et lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter.

Totalt mejeri (energijusteret indtag, g/10 MJ)

Blandt voksne ses et mere favorabelt kostmønster ved højere totalt mejeriindtag. Indtaget af frugt og grøntsager samt fuldkorn er højere i højindtagsgruppen sammenlignet med middel- og lavindtagsgruppen, mens indtaget af kød og flydende råderumsdrikkevarer er lavere. Samtidig indtager lavindtagsgruppen flere faste råderumsfødevarer end højindtagsgruppen. Lavindtagsgruppen har desuden en lavere kostkvalitetsscore end både middel- og højindtagsgrupperne. Der ses også statistiske forskelle for nødde- og bælgfrugtindtaget, men de absolutte indtag er meget lave og vurderes derfor at have begrænset ernæringsmæssig betydning.

Blandt børn indtager lavindtagsgruppen mindre fuldkorn end højindtagsgruppen. Derudover indtager lavindtagsgruppen mere kød end middel- og højindtagsgruppen. Lavindtagsgruppen opnår desuden en lavere kostkvalitetsscore end de to øvrige grupper. Der observeres også forskelle for bælgfrugter, men indtagene er meget små.

Mælk (energijusteret indtag, g/10 MJ)

Blandt voksne stiger indtaget af fuldkorn og samlet mejeri med et højere mælkeindtag. Højindtagsgruppen har et lavere indtag af faste råderumsdrikkevarer end lav- og middelindtagsgruppen, hvor lavindtagsgruppen har det højeste relative indtag. Samtidig scorerer middel- og højindtagsgrupperne højere i kostkvalitetsindekset end lavindtagsgruppen. Højindtagsgruppen indtager også færre bælgfrugter end de øvrige, men de absolutte indtag er meget lave.

Blandt børn ses tilsvarende, at både fuldkorn og mejeriindtaget stiger med mælkeindtaget. Samtidig har højindtagsgruppen lavere indtag af både flydende og faste råderumsfødevarer sammenlignet med lavindtagsgruppen. Dette afspejles i kostkvalitetsindekset, idét lavindtagsgruppen opnår en lavere efterlevelsesscore end middel- og højindtagsgrupperne. Der ses også signifikante, men ernæringsmæssige ubetydelige forskelle angående indtaget af bælgfrugter.

Syrnede mælkeprodukter (energijusteret indtag g/10 MJ)

Blandt voksne stiger indtaget af mejeriprodukter, frugt og grøntsager i takt med indtaget af syrnede mælkeprodukter, og kostkvalitetsscoren er højest i højindtagsgruppen. Indtaget af flydende råderumsdrikkevarer falder samtidig gradvist med stigende indtag af syrnede mælkeprodukter, hvorimod indtaget af faste råderumsfødevarer er højest i middelindtagsgruppen. Lavindtagsgruppen indtager desuden mere kød end middel- og højindtagsgruppen. Højindtagsgruppen indtager mere fuldkorn end lav- og middelindtagsgrupperne. Signifikante forskelle observeres også for indtaget af nødder og bælgrugter, men de absolutte forskelle er små.

Blandt børnene ses primært, at højindtagsgruppens har et højere mejeriindtag end lav- og middelindtagsgrupperne, mens der ikke ses signifikante forskelle for de øvrige fødevaregrupper.

Ost (energijusteret indtag g/10 MJ)

Blandt voksne har højindtagsgruppen et lavere indtag af faste råderumsfødevarer end lav- og middelindtagsgruppen. Der ses ligeledes et lavere fiskeindtag i højindtagsgruppen sammenlignet med lav- og middelindtagsgruppen. Lavindtagsgruppen har et højere fuldkornsindtag end de to øvrige grupper, mens indtaget af mejeriprodukter stiger i takt med indtaget af ost.

Blandt børn ses, at mejeriindtaget er højest i lavindtagsgruppen, som samtidig har et højere fuldkornsindtag end middel- og højindtagsgrupperne.

Madlavningsprodukter- og tilbehør (energijusteret indtag g/10 MJ)

Blandt voksne ses, at indtaget af fisk og fast råderum stiger med stigende indtag af madlavningsprodukter og -tilbehør. Desuden har lavindtagsgruppen et signifikant lavere indtag af frugt og grøntsager end middel- og højindtagsgruppen. Fuldkornsindtaget er lavere i højindtagsgruppen end i lav- og middelindtagsgruppen. Højindtagsgruppen har et lavere indtag af flydende råderumsdrikkevarer end de to øvrige grupper og en højere kostkvalitetsscore end lavindtagsgruppen.

Blandt børnene har højindtagsgruppen et lavere fuldkornsindtag end de to øvrige grupper og et højere fiskeindtag end lavindtagsgruppen. Der ses desuden en statistisk forskel for bælgfrugter, men indtagene er meget små.

Smør og blandingsprodukter (energijusteret indtag g/10 MJ)

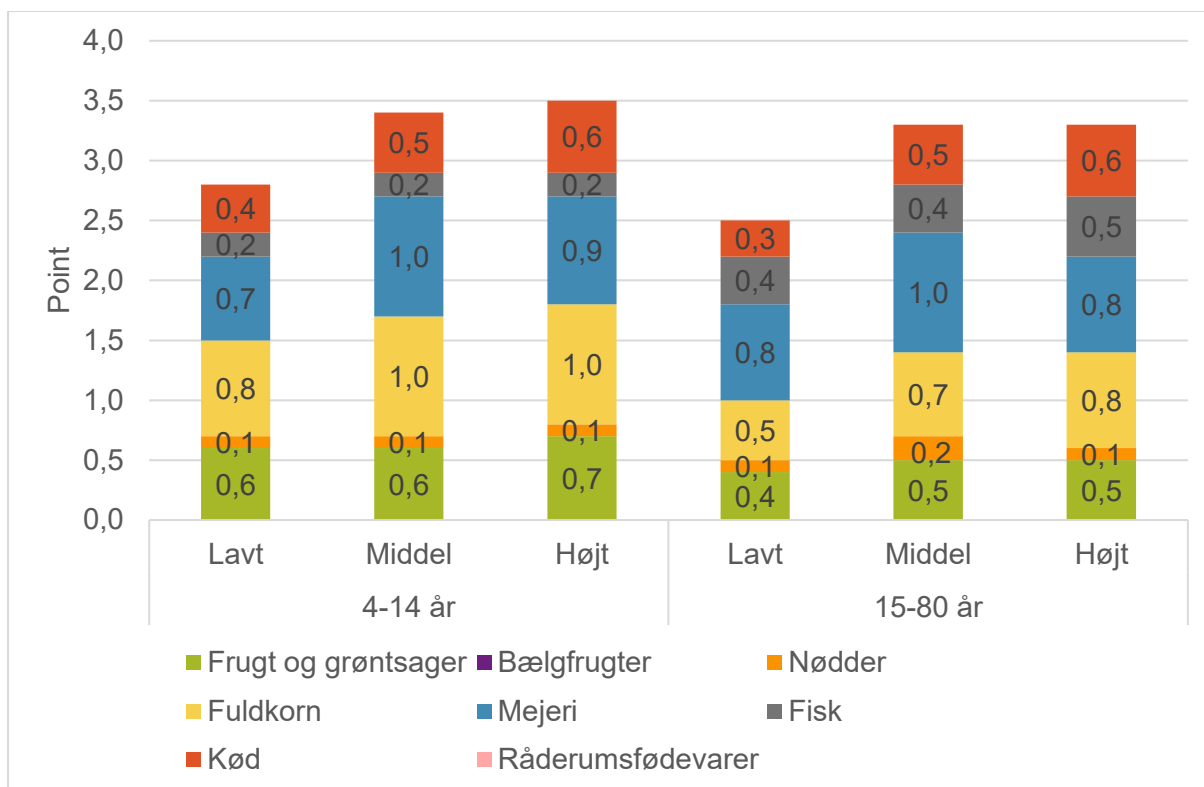
Blandt voksne har højindtagsgruppen et lavere indtag af frugt og grøntsager samt et lavere indtag af nødder og bælgfrugter end lav- og middelindtagsgrupperne. Kostkvalitetsscoren er lavere i højindtagsgruppen end i de to øvrige grupper. Derudover har middelindtagsgruppen et højere indtag af fast råderum end både lav- og højindtagsgruppen. Forskellene for bælgfrugter og nødder er små og vurderes at have begrænset ernæringsmæssig betydning.

Blandt børn ses en forskel i flydende råderum, hvor lavindtagsgruppen indtager mere end højindtagsgruppen. Kostkvalitetsscoren adskiller sig ikke entydigt mellem indtagsgrupperne.

Søde mælkedrikke (energijusteret indtag g/10 MJ)

Blandt voksne har højindtagsgruppen en lavere kostkvalitetsscore end lav- og middelindtagsgruppen, et højere mejeriindtag samt et lavere fuldkornsindtag end lav- og middelindtagsgruppen. Højindtagsgruppen indtager desuden mindre frugt og grøntsager end lavindtagsgruppen. Der ses også statistiske forskelle for nødder og bælgfrugter, men indtagene er lave.

Blandt børnene falder indtaget af fuldkorn i takt med et stigende indtag af søde mælkedrikke. Højindtagsgruppen indtager mindre frugt og grøntsager end middelindtagsgruppen og har en lavere kostkvalitetsscore end lav- og middelindtagsgruppen. Derudover indtager lavindtagsgruppen færre flydende råderumsdrikkevarer end højindtagsgruppen.



Figur 5. Median pointbidrag fra hver fødevarergruppe til den samlede kostkvalitetsscore for børn og voksne (4-80 år) med henholdsvis lavt, middel og højt indtag af samlet mejeri.

Figur 5 illustrerer det mediane pointbidrag fra de enkelte fødevarergrupper til den samlede kostkvalitetsscore blandt børn og voksne med et lavt, middel og højt indtag af mejeri. Overordnet ses relativt små forskelle mellem indtagsgrupperne, men med tydelige variationer for udvalgte fødevarergrupper.

Både blandt børn og voksne bidrager mejerikomponenten mest til kostkvalitetsscoren i middelindtagsgruppen, mens lavindtagsgruppen opnår det laveste pointbidrag. Forskellen mellem lavindtagsgruppen og middelindtagsgruppen er dog mest udtalt blandt børnene.

Børn opnår generelt et højere pointbidrag fra fuldkorn end voksne, særligt i middel- og højindtagsgrupperne. For både børn og voksne ses det, at jo højere indtaget af mejeriprodukter er, desto mere bidrager fuldkorn til scoren.

Blandt voksne bidrager frugt og grøntsager samt fisk og kød i nogenlunde samme omfang til kostkvalitetsscoren på tværs af indtagsgrupperne, mens børn i højere

grad efterlever anbefalingerne for frugt og grøntsager, men i betydelig mindre grad fiskeanbefalingerne.

Endelig ses det, at hverken børn eller voksne generelt efterlever kostrådene for bælgrugter, nødder og råderumsfødevarer, hvilket afspejles i et lavt pointbidrag fra disse fødevarergrupper i alle indtagsgrupper.

Tabel 11. Mejeriprodukters bidrag til dagligt medianindtag af udvalgte makronæringsstoffer blandt børn (4-14 år).

	Protein (%)			Kulhydrater (%)			Tilsat sukker (%)			Fedt (%)		
	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj
Mælk	1 ^c (1-1)	4 ^b (3-6)	12 ^a (10-15)	1 ^c (0-1)	2 ^b (2-3)	6 ^a (5-8)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 ^c (0-1)	1 ^b (1-2)	3 ^a (2-5)
Syrnede mælkeprodukter	0 ^c (0-0)	2 ^b (1-4)	12 ^a (7-17)	0 ^c (0-0)	1 ^b (0-1)	4 ^a (3-6)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	2 ^a (1-4)
Ost	5 ^c (3-6)	11 ^b (9-14)	21 ^a (18-25)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	1 ^a (0-1)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	4 ^c (3-5)	10 ^b (8-12)	18 ^a (15-22)
Madprodukter- og tilbehør	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	1 ^a (1-1)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-1)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	1 ^c (0-1)	3 ^b (2-5)	8 ^a (6-11)
Smør og blandingsprodukter	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	2 ^c (1-3)	6 ^b (5-8)	14 ^a (11-17)
Søde mælkedrikke	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	3 ^a (2-4)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	3 ^a (2-4)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-2)	8 ^a (4-15)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	1 ^a (0-1)
Totalt mejeri	14 ^c (10-19)	22 ^b (17-27)	31 ^a (25-37)	2 ^c (1-2)	4 ^b (3-6)	9 ^a (7-11)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)	0 ^a (0-0)	21 ^c (15-27)	25 ^b (20-31)	28 ^a (21-35)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi

Tabel 11 (fortsat)

	Mættet fedt			Enkeltumættet fedt			Flerumættet fedt		
	(%)			(%)			(%)		
	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj
Mælk	1 ^c (0–1)	2 ^b (2–4)	6 ^a (4–9)	0 ^c (0–0)	1 ^b (1–1)	2 ^a (1–3)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	1 ^a (0–1)
Syrnede mælkeprodukter	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–2)	3 ^a (1–7)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–1)	1 ^a (0–2)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–1)
Ost	7 ^c (5–9)	17 ^b (13–21)	29 ^a (24–35)	2 ^c (1–3)	6 ^b (5–7)	11 ^a (9–14)	1 ^c (0–1)	2 ^b (1–2)	3 ^a (3–4)
Madprodukter- og tilbehør	1 ^c (1–2)	6 ^b (4–8)	14 ^a (11–18)	0 ^c (0–1)	2 ^b (1–3)	5 ^a (4–7)	0 ^c (0–0)	1 ^b (0–1)	2 ^a (1–2)
Smør og blandingsprodukter	4 ^c (3–6)	10 ^b (8–13)	20 ^a (17–24)	1 ^c (1–2)	4 ^b (3–5)	10 ^a (8–13)	0 ^c (0–1)	2 ^b (1–3)	6 ^a (4–8)
Søde mælkedrikke	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	1 ^a (1–2)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–1)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–0)
Totalt mejeri	35 ^b (28–44)	42 ^a (34–50)	46 ^a (37–55)	12 ^c (8–17)	15 ^b (11–20)	17 ^a (12–23)	5 ^b (3–6)	5 ^{a,b} (4–8)	6 ^a (4–9)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 12. Mejeriprodukters bidrag til dagligt medianindtag af udvalgte makronæringsstoffer blandt voksne (15-80 år).

	Protein (%)			Kulhydrater (%)			Tilsat sukker (%)			Fedt (%)		
	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj
Mælk	1 ^c (1-1)	4 ^b (3-6)	12 ^a (10-15)	1 ^c (0-1)	2 ^b (2-3)	6 ^a (5-8)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 ^c (0-1)	1 ^b (1-2)	3 ^a (2-5)
Syrnede mælkeprodukter	0 ^c (0-0)	2 ^b (1-4)	12 ^a (7-17)	0 ^c (0-0)	1 ^b (0-1)	4 ^a (3-6)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)	0 ^a (0-0)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	2 ^a (1-4)
Ost	5 ^c (3-6)	11 ^b (9-14)	21 ^a (18-25)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	1 ^a (0-1)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	4 ^c (3-5)	10 ^b (8-12)	18 ^a (15-22)
Madlavningsprodukter og -tilbehør	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	1 ^a (1-1)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-1)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	1 ^c (0-1)	3 ^b (2-5)	8 ^a (6-11)
Smør og blandingsprodukter	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	0 (0-0)	2 ^c (1-3)	6 ^b (5-8)	14 ^a (11-17)
Søde mælkedrikke	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	3 ^a (2-4)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	3 ^a (2-4)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-2)	8 ^a (4-15)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	1 ^a (0-1)
Totalt mejeri	14 ^c (10-19)	22 ^b (17-27)	31 ^a (25-37)	2 ^c (1-2)	4 ^b (3-6)	9 ^a (7-11)	0 ^a (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^b (0-0)	21 ^c (15-27)	25 ^b (20-31)	28 ^a (21-35)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 12. (fortsat)

	Mættet fedt			Enkeltumættet fedt			Flerumættet fedt		
	(%)			(%)			(%)		
	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj
Mælk	1 ^c (0–1)	2 ^b (2–4)	6 ^a (4–9)	0 ^c (0–0)	1 ^b (1–1)	2 ^a (1–3)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	1 ^a (0–1)
Syrnede mælkeprodukter	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–2)	3 ^a (1–7)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–1)	1 ^a (0–2)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–1)
Ost	7 ^c (5–9)	17 ^b (13–21)	29 ^a (24–35)	2 ^c (1–3)	6 ^b (5–7)	11 ^a (9–14)	1 ^c (0–1)	2 ^b (1–2)	3 ^a (3–4)
Madlavningsprodukter og -tilbehør	1 ^c (1–2)	6 ^b (4–8)	14 ^a (11–18)	0 ^c (0–1)	2 ^b (1–3)	5 ^a (4–7)	0 ^c (0–0)	1 ^b (0–1)	2 ^a (1–2)
Smør og blandingsprodukter	4 ^c (3–6)	10 ^b (8–13)	20 ^a (17–24)	1 ^c (1–2)	4 ^b (3–5)	10 ^a (8–13)	0 ^c (0–1)	2 ^b (1–3)	6 ^a (4–8)
Søde mælkedrikke	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	1 ^a (1–2)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–1)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–0)
Totalt mejeri	35 ^c (28–44)	42 ^b (34–50)	46 ^a (37–55)	12 ^c (8–17)	15 ^b (11–20)	17 ^a (12–23)	5 ^b (3–6)	5 ^a (4–8)	6 ^a (4–9)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi

Tabellerne 11 og 12 viser mejeriprodukters bidrag til det daglige indtag af makronæringsstoffer hos børn og voksne med et lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter. Overordnet ses det, at bidraget med makronæringsstoffer stiger i takt med indtaget af mejeriprodukter. For de fleste makronæringsstoffer observeres der signifikante forskelle mellem indtagsgrupperne, mens dette ikke konsekvent er tilfældet for tilsat sukker.

Der er dog enkelte undtagelser for tilsat sukker. Eksempelvis ses en signifikant stigning i sukkerbidraget med øget indtag af søde mælkedrikke hos både børn og voksne. Derudover bidrager totalt mejeri med signifikant mere tilsat sukker for middel- og højindtagsgruppen end lavindtagsgruppen hos børn, mens et tilsvarende mønster ses for syrnede mælkeprodukter blandt voksne.

Der ses desuden enkelte tilfælde, hvor makronæringsstofbidraget ikke stiger gradvist mellem lav-, middel- og højindtagsgruppen. Blandt børnene ses eksempelvis ingen forskel mellem middel- og højindtagsgruppen for totalt mejeris bidrag til mættet fedt. Samtidig er det kun lav- og højindtagsgrupperne der får signifikant forskellige bidrag til flerumættet fedt. Blandt voksne observeres der derimod ingen forskel mellem middel- og højindtagsgruppen angående totalt mejeris bidrag til flerumættet fedt.

Selvom der overordnet ses signifikante forskelle mellem alle tre indtagsgrupper for makronæringsstofbidragene, er det ikke alle forskelle der er lige relevante ernæringsmæssigt. For mælk er forskellene mellem indtagsgrupperne hos børn og voksne mest udtalte for protein og i mindre grad for kulhydrater og mættet fedt. For syrnede mælkeprodukter ses ligeledes klare forskelle for proteinbidraget og i mindre omfang for kulhydrat.

Lignende mønstre observeres for ost, madprodukter- og tilbehør samt smør og blandingsprodukter. De mest relevante forskelle for ost ses for protein, fedt, mættet fedt og enkeltumættet fedt hos både børn og voksne. For madlavningsprodukter og -tilbehør samt smør og blandingsprodukter er det primært for fedt og mættet fedt samt i mindre grad for enkeltumættet fedt, at der ses tydelige variationer mellem indtagsgrupperne.

Som nævnt ovenfor ses der udelukkende signifikante forskelle mellem indtogsgrupperne for bidraget af tilsat sukker fra søde mælkedrikke blandt børn og voksne. Endelig ses de mest markante forskelle for totalt mejeri, særligt for protein, kulhydrater, fedt og mættet fedt og i mindre omfang for enkeltumættet fedt hos både børn og voksne. Forskellene vurderes dog ikke som værende ernæringsmæssigt betydelige, idet de absolutte forskelle i bidrag er relativt små.

Tabel 13. Mejeriprodukters bidrag til dagligt medianindtag af udvalgte vitaminer blandt børn (4-14 år).

	A-vitamin			Riboflavin			Folat			B ₁₂ -vitamin		
	(%)			(%)			(%)			(%)		
	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj
Mælk	1 ^c (0-1)	2 ^b (1-4)	4 ^a (2-8)	8 ^c (5-11)	24 ^b (17-30)	44 ^a (38-50)	2 ^c (1-2)	5 ^b (4-7)	11 ^a (8-16)	7 ^c (4-10)	22 ^b (14-31)	41 ^a (32-49)
Syrnede mælkeprodukter	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	2 ^a (1-3)	0 ^c (0-1)	3 ^b (2-5)	13 ^a (9-18)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	4 ^a (2-7)	0 ^c (0-0)	1 ^b (1-2)	7 ^a (4-10)
Ost	3 ^c (1-5)	8 ^b (5-12)	16 ^a (11-23)	1 ^c (1-2)	4 ^b (2-6)	8 ^a (5-11)	1 ^c (0-1)	2 ^b (2-3)	4 ^a (3-6)	1 ^c (1-2)	4 ^b (3-7)	10 ^a (7-14)
Madlavningsprodukter og tilbehør	5 ^c (3-10)	7 ^b (4-10)	7 ^a (5-11)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)
Smør og blandingsprodukter	3 ^c (2-5)	7 ^b (5-10)	11 ^a (8-17)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	1 ^a (0-1)
Søde mælkedrikke	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	1 ^a (1-2)	0 ^c (0-0)	3 ^b (0-4)	9 ^a (7-12)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	1 ^a (1-2)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	2 ^a (1-5)
Totalt mejeri	21 (13-33)	24 (15-35)	23 (15-34)	21 ^c (17-26)	38 ^b (33-42)	54 ^a (48-59)	6 ^c (5-7)	10 ^b (8-13)	18 ^a (13-22)	18 ^c (11-26)	33 ^b (25-43)	47 ^a (39-58)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtogsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for at justere for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtogsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtogsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi

Tabel 14. Mejeriprodukters bidrag til dagligt medianindtag af udvalgte mineraler blandt børn (4-14 år).

	Calcium (%)			Fosfor (%)			Jod (%)		
	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj
Mælk	8 ^c (5–11)	25 ^b (19–32)	47 ^a (42–54)	4 ^c (3–5)	13 ^b (9–17)	27 ^a (22–32)	3 ^c (2–5)	12 ^b (8–16)	27 ^a (23–32)
Syrnede mælkeprodukter	0 ^c (0–1)	3 ^b (2–5)	13 ^a (10–17)	0 ^c (0–0)	2 ^b (1–3)	7 ^a (5–10)	0 ^c (0–0)	1 ^b (1–2)	6 ^a (4–8)
Ost	10 ^c (7–13)	25 ^b (19–31)	41 ^a (35–49)	4 ^c (3–6)	11 ^b (9–14)	21 ^a (18–25)	1 ^c (1–1)	2 ^b (2–3)	5 ^a (4–6)
Madlavningsproduk- ter og tilbehør	23 ^c (14–35)	23 ^b (15–34)	28 ^a (17–37)	10 ^c (6–16)	11 ^b (7–16)	13 ^a (9–19)	2 ^c (1–3)	2 ^b (1–3)	2 ^a (2–4)
Smør og blandings- produkter	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–0)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–0)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–0)
Søde mælkedrikke	0 ^c (0–0)	3 ^b (0–4)	9 ^a (7–12)	0 ^c (0–0)	2 ^b (0–2)	5 ^a (4–7)	0 ^c (0–0)	2 ^b (0–3)	6 ^a (4–7)
Totalt mejeri	49 ^c (43-55)	60 ^b (55-66)	70 ^a (66-75)	21 ^c (17-25)	30 ^b (26-35)	41 ^a (36-46)	9 ^c (7-12)	19 ^b (15-24)	33 ^a (29-39)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi

Tabel 14. (fortsat)

	Kalium (%)			Selen (%)			Zink (%)		
	Lav	Lav	Lav	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj
Mælk	3 ^c (2–4)	11 ^b (8–14)	24 ^a (19–29)	2 ^c (1–3)	7 ^b (4–9)	15 ^a (12–19)	2 ^c (1–3)	7 ^b (5–9)	15 ^a (13–19)
Syrnede mælkeprodukter	0 ^c (0–0)	1 ^b (1–2)	6 ^a (4–8)	0 ^c (0–0)	1 ^b (1–2)	5 ^a (3–7)	0 ^c (0–0)	1 ^b (0–1)	5 ^a (3–6)
Ost	0 ^c (0–0)	1 ^b (1–1)	2 ^a (1–2)	3 ^c (2–4)	8 ^b (6–10)	15 ^a (13–18)	4 ^c (3–5)	10 ^b (8–12)	18 ^a (15–22)
Madlavningsproduk- ter og tilbehør	1 ^c (0–1)	1 ^b (1–1)	1 ^a (1–2)	7 ^c (4–11)	8 ^b (5–12)	9 ^a (5–13)	8 ^c (5–13)	10 ^b (6–13)	11 ^a (7–16)
Smør og blandings- produkter	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–0)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–1)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–0)
Søde mælkedrikke	0 ^c (0–0)	2 ^b (0–2)	5 ^a (4–7)	0 ^c (0–0)	1 ^b (0–1)	3 ^a (2–5)	0 ^c (0–0)	1 ^b (0–1)	3 ^a (2–4)
Totalt mejeri	7 ^c (5–9)	16 ^b (13–19)	28 ^a (25–33)	13 ^c (10–16)	18 ^b (15–23)	26 ^a (22–31)	14 ^c (10–18)	20 ^b (17–24)	27 ^a (23–32)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi

Tabel 15. Mejeriprodukters bidrag til dagligt medianindtag af udvalgte vitaminer blandt voksne (15-80 år).

	A-vitamin (%)			Riboflavin (%)			Folat (%)			B ₁₂ -vitamin (%)		
	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj
Mælk	0 ^c (0-1)	1 ^b (1-2)	4 ^a (2-6)	3 ^c (2-5)	14 ^b (10-19)	31 ^a (26-38)	1 ^c (0-1)	3 ^b (2-4)	8 ^a (6-11)	2 ^c (1-4)	11 ^b (7-16)	26 ^a (19-36)
Syrnede mælkeprodukter	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	2 ^a (1-4)	0 ^c (0-0)	4 ^b (2-8)	22 ^a (16-29)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	2 ^a (0-6)	0 ^c (0-0)	2 ^b (1-4)	13 ^a (8-22)
Ost	3 ^c (2-6)	10 ^b (6-14)	18 ^a (12-26)	2 ^c (1-3)	5 ^b (3-7)	10 ^a (7-14)	1 ^c (1-2)	3 ^b (2-5)	6 ^a (4-9)	2 ^c (1-3)	5 ^b (3-9)	12 ^a (7-17)
Madlavningsprodukter og tilbehør	1 ^c (0-1)	3 ^b (2-5)	8 ^a (5-13)	0 ^c (0-1)	1 ^b (1-2)	3 ^a (3-5)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-1)	1 ^a (1-2)	0 ^c (0-0)	1 ^b (1-1)	2 ^a (2-4)
Smør og blandings- produkter	2 ^c (1-3)	6 ^b (4-9)	12 ^a (8-18)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-0)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	0 ^a (0-1)
Søde mælkedrikke	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	1 ^a (0-1)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-3)	7 ^a (5-12)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	1 ^a (1-2)	0 ^c (0-0)	0 ^b (0-0)	2 ^a (1-3)
Totalt mejeri	20 ^b (12-32)	25 ^a (15-36)	25 ^a (15-37)	16 ^c (11-20)	31 ^b (26-36)	47 ^a (41-54)	5 ^c (3-7)	9 ^b (7-12)	14 ^a (10-19)	12 ^c (7-20)	25 ^b (18-35)	40 ^a (29-52)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 16. Mejeriprodukters bidrag til dagligt medianindtag af udvalgte mineraler blandt voksne (15-80 år).

	Calcium (%)			Fosfor (%)			Jod (%)		
	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj
Mælk	4 ^c (2–5)	16 ^b (11–21)	35 ^a (29–43)	2 ^c (1–2)	7 ^b (5–10)	18 ^a (15–23)	1 ^c (1–2)	6 ^b (4–9)	17 ^a (13–22)
Syrnede mælkeprodukter	0 ^c (0–1)	4 ^b (2–8)	22 ^a (16–29)	0 ^c (0–0)	2 ^b (1–5)	13 ^a (9–18)	0 ^c (0–0)	2 ^b (1–3)	9 ^a (7–13)
Ost	13 ^c (8–19)	30 ^b (23–37)	47 ^a (39–55)	5 ^c (3–7)	13 ^b (11–17)	24 ^a (20–29)	1 ^c (1–2)	3 ^b (2–4)	6 ^a (4–7)
Madlavningsproduk- ter og tilbehør	0 ^c (0–0)	1 ^b (1–2)	3 ^a (2–4)	0 ^c (0–0)	1 ^b (0–1)	1 ^a (1–2)	0 ^c (0–0)	1 ^b (0–1)	2 ^a (1–2)
Smør og blandings- produkter	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–0)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–0)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–0)
Søde mælkedrikke	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–3)	8 ^a (5–13)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–2)	4 ^a (3–6)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–2)	4 ^a (3–6)
Totalt mejeri	47 ^c (36–56)	59 ^b (51–65)	69 ^a (62–75)	19 ^c (13–24)	28 ^b (23–33)	39 ^a (33–44)	7 ^c (5–10)	15 ^b (12–18)	26 ^a (21–31)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 16. (fortsat)

	Kalium (%)			Selen (%)			Zink (%)		
	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj	Lav	Middel	Høj
Mælk	1 ^c (1–2)	6 ^b (4–8)	15 ^a (12–19)	1 ^c (0–1)	4 ^b (2–5)	10 ^a (8–12)	1 ^c (0–1)	4 ^b (3–5)	10 ^a (8–13)
Syrnede mælkeprodukter	0 ^c (0–0)	2 ^b (1–3)	8 ^a (6–11)	0 ^c (0–0)	1 ^b (1–3)	9 ^a (6–12)	0 ^c (0–0)	1 ^b (1–3)	8 ^a (5–10)
Ost	0 ^c (0–1)	1 ^b (1–1)	2 ^a (2–3)	3 ^c (2–5)	9 ^b (7–11)	17 ^a (14–21)	4 ^c (3–6)	11 ^b (9–14)	21 ^a (17–25)
Madlavningsproduk- ter og tilbehør	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–1)	1 ^a (1–1)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–1)	1 ^a (1–1)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	1 ^a (1–1)
Smør og blandings- produkter	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–0)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–1)	0 ^a (0–0)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–0)	0 ^a (0–0)
Søde mælkedrikke	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–2)	4 ^a (3–6)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–1)	2 ^a (2–3)	0 ^c (0–0)	0 ^b (0–1)	2 ^a (2–4)
Totalt mejeri	5 ^c (3–6)	11 ^b (9–14)	20 ^a (17–25)	11 ^c (7–15)	17 ^b (13–22)	24 ^a (19–29)	13 ^c (9–18)	19 ^b (15–25)	27 ^a (22–32)

Data er præsenteret som median (25-75 percentiler).

Forskelle mellem lav-, middel- og højindtagsgrupperne er testet med Kruskal-Wallis test, efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem indtagsgrupperne inden for samme mejeriprodukt. Derimod angiver identiske bogstaver, at indtagsgrupperne ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

Tabel 13 til 16 viser mejeriprodukters bidrag til det daglige medianindtag af udvalgte mikronæringsstoffer blandt børn og voksne med lavt, middel og højt indtag af mejeriprodukter. Overordnet stiger bidraget af mikronæringsstoffer i takt med indtaget af mejeriprodukter, særligt mælk, syrnede mælkeprodukter og ost.

Der observeres signifikante forskelle for de fleste mikronæringsstoffer mellem alle lav-, middel- og højindtagsgrupperne hos både børn og voksne, dog med enkelte undtagelser. For eksempel ses ingen signifikante forskelle for A-vitaminbidraget fra totalt mejeri blandt børnene, mens der blandt voksne ikke er forskel mellem middel- og højindtagsgrupperne for samme mejerikategori.

På trods af, at der er statistisk signifikante forskelle i mikronæringsstofbidrag mellem de fleste indtagsgrupper, er det ikke alle forskelle, der er lige relevante ernæringsmæssigt. Der er derfor lagt vægt på at fremhæve de væsentligste forskelle.

For mælk ses de mest relevante forskelle i bidraget til især calcium, fosfor, jod, kalium, selen, zink, riboflavin og B₁₂-vitamin – og i mindre omfang folat blandt både børn og voksne. Et andet mønster fremstår derimod for de syrnede mælkeprodukter, hvor der ses tydelige og signifikante forskelle for flere mineraler samt riboflavin og B₁₂-vitamin hos både børn og voksne mens variationerne for fosfor, jod, kalium, selen og zink er mest fremtrædende hos de voksne.

For ost ses de mest relevante forskelle i bidraget af calcium, fosfor, selen, zink, A-vitamin, riboflavin og B₁₂-vitamin hos både børn og voksne. Herudover ses mindre forskelle for jodbidraget hos børn og voksne, samt for folatbidraget hos voksne. Mikronæringsstofbidraget fra madlavningsprodukter og -tilbehør varierer derimod kun lidt mellem indtagsgrupperne, og begrænser sig primært til calcium og fosfor blandt børn samt A-vitamin hos voksne. Tilsvarende ses kun få relevante forskelle for smør og blandingsprodukter, hvor forskellene er tydeligst for A-vitamin; øvrige bidrag er lave og ændrer sig kun lidt.

For søde mælkedrikke ses de mest fremtrædende variationer i bidraget til calcium og riboflavin og derudover også til fosfor, jod og kalium, om end bidragene generelt er

mindre end for mælk og ost. Endelig viser totalt mejeri et tydeligt stigende bidrag mellem indtogsgrupperne for alle mineralerne samt riboflavin, folat og B₁₂-vitamin hos både børn og voksne, mens A-vitamin ikke varierer signifikant hos børn.

4. Diskussion

Indtag af mejeriprodukter

Den foreliggende rapport viser, at mælk udgør det primære mejeriprodukt målt som energijusteret indtag, efterfulgt af ost. Derudover indtager drenge og unge mænd i alderen 4 til 24 år mere totalt mejeri end piger og unge kvinder i samme aldersgruppe, hvorimod kvinder i alderen 25 til 80 år indtager mere mejeri - særligt syrnede mælkeprodukter og totalt mejeri - end mænd i samme aldersgruppe. En mulig forklaring på det stigende indtag af mejeriprodukter med alderen hos kvinder kan være relateret til kostvalg forbundet med øget opmærksomhed på tarm- og knoglesundhed, blandt andet forebyggelse og behandling af knogleskørhed. Derudover kan det højere indtag af syrnede mælkeprodukter blandt ældre kvinder afspejle en generel opfattelse af disse produkter som en del af et sundt kostmønster.

Andre mønstre ses i forskellige nordeuropæiske kostundersøgelser. I den seneste norske kostundersøgelse fra 2024, Norkost 4, observeres det, at mænd (18-80 år) indtager markant mere mælk og yoghurt end jævnaldrende kvinder (Myhre et al., 2024). Også i den nyeste hollandske kostundersøgelse fra 2022 indtager drenge og mænd (1-79 år) mere mejeri end piger og kvinder (Sanderman-Nawijn et al., 2024; van Rossum et al., 2023). Hollandske mænd indtager i gennemsnit 366 g/dag, hvor kvinder indtager 292 g/dag. Sammenholdt med resultaterne fra den foreliggende rapport kan dette indikere, at danske mænd indtager færre mejeriprodukter end hollandske mænd, mens forskellen for kvinder er mindre. Det er dog værd at understrege, at resultaterne i den foreliggende rapport er medianindtag, og energijusterede data, hvilket begrænser den direkte sammenlignelighed med internationale undersøgelser, der ofte rapporterer gennemsnitsindtag.

Udvikling af mejeriindtag over tid

I DANSDA 2011-2013 lå børn og unges medianindtag af mælk og mælkeprodukter mellem 252 og 523 g/10MJ, mens det for ost lå mellem 19 og 42 g/10MJ (Pedersen et al., 2015). På trods af, at mejeriproduktkategorierne var defineret anderledes end i den nuværende rapport, kan resultaterne indikere et fald i det samlede mejeriindtag siden den tidligere kostundersøgelse. Medianindtaget af totalt mejeri i den nuværende rapport ligger nemlig mellem 230 og 337 g/10MJ hos børn og voksne mænd og kvinder (tabel 2), hvilket er markant lavere end værdierne fra 2011-2013, især taget i betragtning, at totalt mejeri omfatter både mælk, mælkeprodukter og ost. Omvendt peger resultaterne også på, at medianindtaget af ost er steget siden den sidste kostundersøgelse, idét indtaget nu strækker sig fra 33 til 46 g/10MJ. Dette bekræftes også af den nyeste DANSDA-rapport, der rapporterer et signifikant fald i indtaget af mælk og mælkeprodukter samt en stigning i indtaget af ost i aldersgrupperne 4-10 år, 11-17 år og 18-75 år (Fagt & et al, 2026.).

Den Nordiske Monitorering 2025 (NORMO 2025) har blandt andet undersøgt trends i kostmønstre mellem 2014 og 2024 på tværs af de nordiske lande. Resultaterne fra denne rapport viser, at danske børn i 2024 i gennemsnit spiser ost flere gange dagligt sammenlignet med 2014. Omvendt har frekvensen for indtag af ost hos danske voksne ikke ændret sig mellem 2014 og 2024 (Fagt et al., 2025). Det har samtidig ikke været muligt i rapporten at undersøge udviklingen i indtaget af mælkeprodukter siden, idet data ikke var tilgængelig fra 2014.

Den hollandske kostundersøgelse fra 2019 til 2021, DNFCS 2019-20221, observerede et fald på 10% i indtaget af mejeriprodukter siden kostundersøgelsen fra 2007-2010. Til gengæld har indtaget ligget nogenlunde stabilt siden kostundersøgelsen i 2012-2016, med undtagelse af de 7-17-årige piger, hvis indtag er faldet markant (van Rossum et al., 2023).

I 2015 ændrede den hollandske sundhedsstyrelse kostrådene for mejeriprodukter til at anbefale at vedligeholde indtaget, hvilket kan have bidraget til at stabilisere mejeriindtaget over tid. Udviklingen i de hollandske kostundersøgelser kan pege på, at en anbefaling om at vedligeholde mejeriindtaget kan være forenelig med en stabilisering af indtaget over tid. I Danmark fremhæver kostrådene et mere planterigt kostmønster

og anbefaler magrere mejeriprodukter, hvilket kan afspejles i både valg og mængder af mejeriprodukter.

Karakteristika af personer med lavt, middel og højt mejeriindtag

Voksne med et højt indtag af totalt mejeri (478 g/10MJ) karakteriseres ved at være ældre og have en større andel kvinder end dem med lavt indtag (127 g/10MJ). Til gengæld observeres der ingen forskelle angående rygevaner, uddannelsesniveau og samlivsstatus. Den seneste NORMO-rapport har derimod observeret, at kort uddannede danske voksne indtager mindre totalt mejeri og mælk end dem med middel- og lang uddannelse (Fagt et al., 2025). Dog tager NORMO udgangspunkt i antal gange mejeriprodukter indtages dagligt, og siger dermed intet om de egentlige mængder, der indtages.

Ligeledes fremkommer der ingen forskelle i mejeriindtaget blandt børn, når forældrenes uddannelsesniveau sammenlignes i NORMO-rapporten, hvilket også er tilfældet i den nuværende mejerirapport. Blandt børnene kan der derudover konstateres modsatte tendenser end dem, der observeres blandt de voksne, idét børn i højindtagsgruppen for totalt mejeri er yngre og består af en større andel drenge sammenlignet med lavindtagsgruppen. Derudover kan det også ses for børnene, at der er en større andel børnefamilier med flere voksne blandt de børn med et middel (303 g/10MJ) og højt indtag af totalt mejeri (561 g/10MJ) sammenlignet med dem med et lavt indtag (144 g/10MJ).

Selvom der ikke forekommer forskelle i uddannelsesniveau for totalt mejeri, ses der derimod tydelige og signifikante forskelle inden for specifikke mejerikategorier. Eksempelvis ses det, at voksne med et højt indtag af ost (82 g/10MJ) har længere uddannelse end dem med et lavt indtag (18 g/10MJ). Omvendt karakteriseres voksne med et højt indtag af søde mælkedrikke (63 g/10MJ) og smør og blandingsprodukter (18 g/10MJ) ved i højere grad at være kort uddannede end personer med et lavt indtag (hhv. 1 g/10MJ og 3 g/10MJ). Norkost 4 observerede også forskelle på uddannelsesniveauer for indtag af forskelle mejeriprodukter, dog ikke sammenlignelige med resultaterne fra den nuværende rapport. Det ses blandt andet, at kvinder med en lang uddannelse indtager mere yoghurt, smør og ost end kvinder med en kort uddannelse (Myhre et al., 2024).

Kigges der på helbredsmarkører og rygevaner, fremstår der tydelige mønstre særligt for indtaget af syrnede mælkeprodukter, smør og blandingsprodukter samt søde mælkedrikke. Voksne med et højt indtag af syrnede mælkeprodukter (187 g/10MJ) karakteriseres ved lavere taljemål og BMI, en større andel personer med normalvægt og færre med svær overvægt. Derudover ses færre rygere sammenlignet med personer med et lavt indtag (g g/10MJ). Omvendt ses der blandt voksne med et højt indtag af smør og blandingsprodukter (18 g/10MJ) et større taljemål og BMI, flere personer med hypertension og svær overvægt samt en større andel tidligere rygere og færre personer, der aldrig har røget sammenlignet med dem med et lavt indtag. For søde mælkedrikke ses det ligeledes, at der blandt voksne med et højt indtag er flere rygere og personer med svær overvægt end hos dem med et lavt indtag.

Mens det ikke er muligt at drage konklusioner om kausalitet, samtidig med at de observerede sammenhænge muligvis ikke alene kan tilskrives de enkelte mejeriprodukter, tyder resultaterne på, at visse mejeriprodukter kan agere som sundhedsmarkører i denne populationsbaserede analyse. Samlet set indikerer resultaterne, at et højt indtag af syrnede mælkeprodukter muligvis fungerer som markør for sundere kostvaner og helbredsmaal, mens et højt indtag af smør og blandingsprodukter samt søde mælkedrikke i højere grad er forbundet med mindre favorable kostvaner og helbredsmaal.

Andre studier indikerer også, at voksne med et højt indtag af syrnede mælkeprodukter er mere tilbøjelige til at have bedre livsstil og sundhedsmarkører end dem med et lavt indtag. Eksempelvis observerer Feeney et al. (2017), at et højt indtag af syrnede mælkeprodukter (131,2 g/dag) er forbundet med mindre kropsfedt samt lavere taljemål og talje/hofte ratio sammenlignet med et lavt indtag (21,7 g/dag). Ligeledes ses det i studiet af Mena-Sánchez et al. (2018), at personer med et højt indtag af syrnede mælkeprodukter (176 g/dag) er mere tilbøjelige til at have lavere blodtryk, faste blodglukose og serum triglycerider samt højere HDL sammenlignet med personer med et lavt indtag (<24 g/dag). Samtidig observerer de også færre rygere blandt personer med et højt indtag.

Efterlevelse af kostråd

Resultaterne fra tabel 9 og 10 viser en tendens til, at et stigende indtag af mejeriprodukter er forbundet med bedre efterlevelse af kostrådene. Blandt voksne er det specifikt øgede indtag af mælk, syrnede mælkeprodukter og totalt mejeri, der er associeret med bedre efterlevelse. Omvendt er et stigende indtag af smør og blandingsprodukter og søde mælkedrikke associeret med dårligere efterlevelse af kostrådene. Selvom der observeres statistisk signifikante forskelle, er de absolutte forskelle i efterlevelsesscoren mellem indtagsgrupperne for mælk, smør og blandingsprodukter og søde mælkedrikke relativt små. Scorens opbygning, hvor point tildeles ud fra procentvis opfyldelse af kostrådene, medfører relativt begrænset variation i efterlevelsesscoren. En alternativ scoringsmodel med større vægtning af forskelle i indtag kunne have givet anledning til større variation i scoren og dermed større forskelle mellem indtagsgrupperne.

Hos børn ses færre forskelle mellem indtagsgrupperne, og det er særligt indtaget af mælk, smør og blandingsprodukter og totalt mejeri, der er associeret med en bedre efterlevelse af kostrådene. De største absolutte forskelle ses for mælk og totalt mejeri. Dog ses det også, at på trods af, at middel- og højindtagsgrupperne scorer signifikant højere end lavindtagsgruppen, er de absolutte forskelle i efterlevelsescorere overordnet lave og scoren er generelt lav (under 3,6 ud af 8 mulige point). Denne rapport viser, at mejeriprodukter fortsat udgør en væsentlig del af danskernes kost og bidrager betydeligt til indtaget af både makro- og mikronæringsstoffer. Mælk og ost er de dominerende mejeriprodukter, mens der ses tydelige forskelle i indtaget på tværs af alder, køn og specifikke mejeriproduktkategorier.

Et højere indtag af mælk, syrnede mælkeprodukter og totalt mejeri er overordnet associeret med bedre efterlevelse af kostrådene og et mere gunstigt næringsstofbidrag, mens et højere indtag af smør og blandingsprodukter samt søde mælkedrikke er forbundet med lavere kostkvalitet. Samtidig viser resultaterne, at unge piger har et relativt lavt indtag af mælk og mælkeprodukter, hvilket kan være relevant i relation til næringsstofindtag, særligt calcium.

Fortolkningen af resultaterne bør ske i lyset af metodiske begrænsninger, herunder svarprocent, selvrapporert kostregistrering og scorens konstruktion. På trods heraf

bidrager rapporten med ny og nuanceret viden om mejeriindtagets betydning i danskeres kost og kan danne grundlag for fremtidige analyser og målrettet ernæringskommunikation. Det gælder særligt anbefalingerne for kød, bælgfrugter, nødder og råderumsfødevarer. Det fremgår af tabel 9 og 10 samt figur 5, at der på tværs af alle indtogsgrupperne generelt indtages kød og råderumsfødevarer i meget større mængder end de anbefalede, samt at indtaget af bælgfrugter og nødder er langt fra kostrådene.

En lignende sammenhæng mellem indtag af mejeriprodukter og kostkvalitet er vist i den britiske kostundersøgelse, hvor kostkvalitetsscoren (Alternative Healthy Eating Index 2010) var signifikant højere i de kvartiler med højere mejeriproduktindtag sammenlignet med kvartilen med lavt indtag (0-96 g/dag) (Hobbs et al., 2020). Hos britiske børn var indtag af yoghurt (>60g/dag) også associeret med en højere kostkvalitet (Hobbs et al., 2019).

Andre nationale kostundersøgelser observerer også, at det er svært at følge de nationale kostråd. Eksempelvis har Norkost 4 vist, at en relativ lille andel lever op til de norske anbefalinger for frugt og grønt (40%), rødt og forarbejdet kød (henholdsvis 22% og 29%), fisk (29%), nødder (5%), mejeri (18%) og fuldkorn (19%) (Myhre et al., 2024). Særligt indtages der for lidt frugt og grøntsager, fisk, nødder og fuldkorn, samt for meget rødt og forarbejdet kød. Den hollandske kostundersøgelse fra 2019 til 2021, DNFCS 2019-20221, viste ligeledes en mindre efterlevelse af de hollandske kostråd. Omkring 27% efterlevede anbefalingerne for grøntsager og 19% for frugt, samt 10% for usaltede nødder (van Rossum et al., 2023). Resultaterne fra NORMO 2024 viser overordnet en lignende tendens. Det fremgår nemlig, at de nordiske lande ligger langt fra NNR 2023 anbefalingerne for frugt og grøntsager, bælgfrugter, fuldkorn og råderumsfødevarer, samt at de ligger inden for de anbefalede mængder mejeri eller i den lave ende af anbefalingerne (Fagt et al., 2025). Det har til gengæld ikke været muligt i rapporten at sammenligne indtaget med anbefalingerne for kød og fisk.

Resultaterne fra figur 4 viser, at særligt de 11-17-årige piger har svært ved at efterleve kostrådene for mejeriprodukter. På trods af, at denne gruppe indtager omtrent dobbelt så meget ost, indtager de kun omkring en tredjedel af de anbefalede mængder for

mælk og mælkeprodukter. Da mælk og mælkeprodukter udgør en vigtig kilde til adskillige næringsstoffer, særligt calcium, kan et så lavt indtag potentielt have betydning for unge pigers næringsstofstatus. Det skal dog understreges, at den foreliggende undersøgelse ikke har analyseret det samlede næringsstofindtag, og det kan derfor ikke vurderes, om det observerede lave indtag af mælk og mælkeprodukter har ernæringsmæssige konsekvenser. Et lignende mønster observeres blandt de hollandske og britiske kostundersøgelser (Office for Health Improvement and Disparities., 2025; van Rossum et al., 2023). I den britiske kostundersøgelse fremgår det, at de 11-18-årige piger indtager færrest mejeriprodukter, hvor det i den hollandske undersøgelse er de 12-50-årige kvinder (Office for Health Improvement and Disparities., 2025).

Mejeriprodukters næringsstofbidrag

Den foreliggende rapport viser, at mejeriprodukter er en betydelig kilde til både makro- og mikronæringsstoffer. Omkring en fjerdedel af det daglige indtag af proteiner og fedt stammer fra mejeriprodukter, herunder primært mættet fedt, som udgør cirka 40% af det samlede mættede fedtindtag, samt i mindre omfang enkeltumættet fedt, der udgør omkring 15%. Det er hovedsageligt mælk, ost, smør og blandingsprodukter samt madprodukter- og tilbehør, der er ansvarlige for makronæringsstofbidraget. Samtidig ses det, at mejeriprodukter bidrager i væsentligt omfang til en række mikronæringsstoffer, herunder især calcium (ca. 60%), fosfor (ca. 30%), jod (ca. 15%), selen (ca. 15%), zink (ca. 20%), A-vitamin (ca. 25%), riboflavin (ca. 30%) og B₁₂-vitamin (ca. 25%). Det er hovedsageligt mælk og ost, der bidrager med mikronæringsstoffer i kosten. Ydermere fremgår det af rapporten, at bidraget med makro- og mikronæringsstoffer stiger i takt med et højere indtag af mejeriprodukter. Mejeriprodukter udgør således en væsentlig kilde til flere essentielle mikronæringsstoffer i danskernes kost. Dette er særligt relevant i lyset af, at anbefalet indtag af blandt andet calcium, selen og B₁₂-vitamin blev øget i 2023 (Bloomhoff et al., 2023).

Disse resultater er i overensstemmelse med andre nordeuropæiske kostundersøgelser. Den hollandske kostundersøgelse observeres eksempelvis, at mejeriprodukter og alternativer dertil udgør 24% af det daglige proteinindtag, 20% af fedtindtaget og 34% af indtaget af mættet fedt (Sanderma-Nawijn et al., 2024). Ligeledes bidrager de med lignende mængder af en række mikronæringsstoffer, herunder riboflavin (38%), B₁₂-vitamin (39%), calcium (57%), fosfor (32%), zink (22%) og selen (16%). Sammenlignet

med den danske kost bidrager mejeri fra den hollandske kost til gengæld i større omfang til jodindtaget (28%) (Sanderman-Nawijn et al., 2024). Det er dog værd at notere, at den hollandske kostundersøgelse inkluderer plantebaserede mejerialternativer og dækker over en smallere aldersgruppe (7-69 år), hvilket begrænser sammenligningen med resultaterne fra den foreliggende rapport.

Norkost 4 har ligeledes analyseret mejeriprodukters makro- og mikronæringsstofbidrag, og observerer sammenlignende mønstre for næringsstofbidraget fra ost. I den norske kost bidrager ost nemlig med 12% protein og fedt, 8% enkeltumættet fedt og 2% flerumættet fedt. Dog får nordmændene en større andel mættet fedt (22%) fra ost sammenlignet med danskere. For mikronæringsstoffer bidrager ost ligeledes med lignende mængder A-vitamin (12%), calcium (33%), fosfor (14%) og zink (15%). Til gengæld bidrager ost i den norske kost med langt større mængder jod (13%) og B₁₂-vitamin (14%) sammenlignet med den danske kost (Myhre et al., 2024). Norkost 4 har desuden undersøgt bidraget fra andre mejeriprodukter, men forskelle i kategoriseringen sammenlignet med DANSDA gør sammenligningen vanskelig. Også hér skal det understreges, at Norkost 4 udelukkende omfatter voksne i alderen 18-80 år, hvilket yderligere begrænser sammenligningerne.

Styrker og svagheder

Dette er den første dybdegående analyse af danskernes indtag af mejeriprodukter og bidrager dermed med relevant viden på området. De tidligere kostundersøgelser har primært undersøgt indtaget af overordnede kategorier som mælk og mælkeprodukter samt ost, mens denne rapport dykker ned i mere specifikke undergrupper af mejeriprodukter. Der opnås herved et mere nuanceret billede af danskernes mejeriforbrug. Derudover bygger rapporten på de nyeste data fra DANSDA, og repræsenterer dermed den mest opdaterede viden på området. Desuden er DANSDA blandt de mest detaljerede kostdata i Danmark, blandt andet grundet brugen af en 7-dages kostdagbog. En sådan kostregistreringsmetode muliggør en mere detaljeret indsigt i danskernes kost sammenlignet med andre metoder.

En yderligere styrke er udarbejdelsen af et nyt kostkvalitetsindeks, der afspejler de nyeste kostråd. Indekset omfatter flere fødevarergrupper end tidligere, herunder kød, mejeriprodukter og råderumsfødevarer. Samtidig forholder det nuværende indeks sig

til mere specifikke råd inden for diverse fødevarergrupper. Eksempelvis opdeles fisk i fed og mager fisk for at tage højde for de differentierede anbefalinger, og kød korrigeres for tilberedningssvind. Ydermere er alle analyserne vægtet, således at de så vidt muligt er repræsentative for den danske befolkning. Dog kan vægtning ikke fuldstændig korrigere skævheden i datafordelingen.

På trods af disse styrker, er der nogle metodiske svagheder forbundet med rapporten, som bør tages i betragtning i fortolkningen af resultaterne. En central begrænsning er den lave svarprocent i DANSDA 2021-2024, som ligger på 26,3%. En lav svarprocent kan påvirke generaliserbarheden af data, idét det kan begrænse, hvorvidt resultaterne afspejler virkelige variationer i kostmønstre i den generelle befolkning. Anvendelsen af en selvadministreret kostdagbog kan desuden medføre fejlestimeringer af kosten i form af over- eller underrapportering (Ortega et al., 2015). Selvom analyserne giver et indblik i mejeriprodukters bidrag med næringsstoffer, giver de ikke mulighed for at belyse, hvorvidt anbefalingerne for de enkelte makro- og mikronæringsstoffer bliver mødt. Det er derfor essentielt, at resultaterne anses som relative bidrag og ikke som ernæringsmæssig tilstrækkelighed.

En yderligere svaghed er eksklusionen af 0-indtagere i inddelingen af deltagerne i lavt, middel og højt indtag af de forskellige typer af mejeriprodukter. Disse deltagere kan bidrage med vigtige informationer og give et mere nuanceret billede af sammenhængen mellem indtaget af mejeriprodukter og karakteristika, helbredsmarkører og kostkvalitet. Det kunne derfor være interessant at inkludere disse i fremtidige analyser og rapporter. Dog var antallet af 0-indtagere relativt lavt, men fremtidige analyser kan med fordel inkludere en fjerde gruppe med dem, der ikke indtager de specifikke mejeriprodukter. Alle deltagere var inkluderet i "totalt mejeri" produktgruppen. Derudover er mejeriprodukters bidrag til det daglige sukkerindtag muligvis underestimeret. Dette skyldes, at drikkeyoghurt ikke er inkluderet i analysen, da det ikke findes som en selvstændig fødevarer i fødevaredatabanken. Drikkeyoghurt er derimod en opskrift bestående af mælk, sukker og bær. Sukkerindholdet er derfor ikke medtaget i analysen og kan medføre en underestimering af mejeriprodukters sukkerbidrag.

Det nye kostkvalitetsindeks indebærer ligeledes nogle begrænsninger. Først og fremmest repræsenterer det en meget bogstavelig fortolkning af kostrådene, og tager dermed ikke højde for, at det stadig er muligt at opnå et sundt kostmønster på trods af, at enkelte anbefalinger ikke opfyldes præcist. Derudover inkluderer kostkvalitetsindekset ikke visse fødevarer, såsom frø, æg og fedtstoffer, hvilket enten skyldes at kostrådene ikke er kvantificerbare eller, at det af praktiske årsager ikke har været muligt at estimere indtaget ud fra de tilgængelige data. Endvidere har det ikke været muligt at tage højde for tilberedningsvind for fiskeindtaget, og det er derfor muligt, at fiskeindtaget er overestimeret. Endeligt kan den endelige efterlevelsesscore for børnene enten være over- eller underestimeret. Dette skyldes, at de fleste kostråd for børn gives i form af et interval, da anbefalingerne afhænger af børnenes alder. Derfor er en gennemsnitsværdi for intervallerne blevet anvendt i stedet for.

5. Konklusion

Denne rapport giver en samlet og opdateret analyse af danskernes indtag af mælk og mejeriprodukter baseret på data fra DANSDA 2021–2024. Resultaterne viser, at mejeriprodukter fortsat udgør en væsentlig del af kosten og bidrager betydeligt til indtaget af både makro- og mikronæringsstoffer, især calcium, men også protein, fedt – særligt mættet fedt -, fosfor, jod, riboflavin og vitamin B₁₂. Mælk og ost er de dominerende mejeriprodukter i danskernes kost. Der ses tydelige forskelle i indtaget på tværs af alder, køn, hvor drenge (4–14 år) har det højeste indtag af mælk og totalt mejeri blandt mænd, mens kvinders mejeriindtag, særligt syrnede mælkeprodukter, stiger fra 15-årsalderen og er højest blandt ældre kvinder (51–80 år).

Et højere indtag af mælk, syrnede mælkeprodukter og totalt mejeri er overordnet associeret med bedre kostkvalitet og et mere gunstigt næringsstofbidrag. Omvendt er et højere indtag af smør og blandingsprodukter samt søde mælkedrikke forbundet med lavere kostkvalitet. Samtidig viser resultaterne, at unge piger (11-17 år) har et relativt lavt indtag af mælk og mælkeprodukter, hvilket kan være relevant i relation til næringsstofindtag, særligt calcium.

Resultaterne bør fortolkes i lyset af metodiske begrænsninger, herunder svarprocent, selvrapporteret kostregistrering og konstruktion af kostkvalitetsindekset. Da analyserne er tværsnitsbaserede, kan der ikke drages kausale konklusioner om sammenhænge mellem mejeriindtag, livsstil og helbredsmarkører. På trods af disse begrænsninger bidrager rapporten med ny og nuanceret viden om mejeriindtagets betydning i danskernes kost og kan danne grundlag for fremtidige analyser og målrettet ernæringskommunikation.

Referencer

- Bloomhoff, R., Andersen, R., Arnesen, E. K., Christensen, J. J., Eneroth, H., Erkkola, M., Gudaviciene, I., Halldorsson, T. I., Høyer-Lund, A., Lemming, E. W., Meltzer, H. M., Pitsi, T., Schwab, U., Siksna, I., Thorsdottir, I., & Trolle, E. (2023). *Nordic Nutrition Recommendations 2023*. <https://nap.nationalacademies.org/catalog/11537/dietary-reference-intakes-the-essential-guide-to-nutrient-requirements>
- Cifelli, C. J., Houchins, J. A., Demmer, E., & Fulgoni, V. L. (2016). Increasing plant based foods or dairy foods differentially affects nutrient intakes: Dietary scenarios using NHANES 2007–2010. *Nutrients*, 8(7). <https://doi.org/10.3390/nu8070422>
- Cole, T. J., & Lobstein, T. (2012). Extended international (IOTF) body mass index cut-offs for thinness, overweight and obesity. *Pediatric Obesity*, 7(4), 284–294. <https://doi.org/10.1111/j.2047-6310.2012.00064.x>
- Fagt, S., & et al. (2026). *Danskernes Kostvaner 2021-2024: Hovedresultater*. Retrieved January 13, 2026, from Under publicering
- Fagt, S., Frost Andersen, L., Enghardt Barbieri, H., Helldan, A., Matthiessen, J., McClure, S. T., Raulio, S., Rosenlund Sørensen, M., Thorgeirsdottir, H., & Trolle, E. (2025). *NORMO 2025 – Nordic Monitoring 2014–2024: Status and development of diet, physical activity, use of nicotine products, alcohol and overweight*. <https://doi.org/10.6027/NORD2025-026>
- Feeney, E. L., O'Sullivan, A., Nugent, A. P., McNulty, B., Walton, J., Flynn, A., & Gibney, E. R. (2017). Patterns of dairy food intake, body composition and markers of metabolic health in Ireland: results from the National Adult Nutrition Survey. *Nutrition & Diabetes*, 7(2), e243–e243. <https://doi.org/10.1038/nutd.2016.54>
- Filippou, C. D., Tsioufis, C. P., Thomopoulos, C. G., Mihas, C. C., Dimitriadis, K. S., Sotiropoulou, L. I., Chrysochoou, C. A., Nihoyannopoulos, P. I., & Tousoulis, D. M. (2020). Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) Diet and Blood Pressure Reduction in Adults with and without Hypertension: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Advances in Nutrition*, 11(5), 1150–1160. <https://doi.org/10.1093/advances/nmaa041>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations. (2010). *Dietary guidelines and sustainability | Dietary guidelines*. <https://www.fao.org/nutrition/education/dietary-guidelines/background/sustainable-dietary-guidelines/en/>
- Hannibal, L., Lederer, A. K., Storz, M. A., Huber, R., & Jacobsen, D. W. (2024). Vitamin B12 Status and Supplementation in Plant-Based Diets. *Food and Nutrition Bulletin*, 45(1_suppl), S58–S66. <https://doi.org/10.1177/03795721241227233>
- Hobbs, D. A., Durrant, C., Elliott, J., Givens, D. I., & Lovegrove, J. A. (2020). Diets containing the highest levels of dairy products are associated with greater eutrophication potential but higher nutrient intakes and lower financial cost in the United Kingdom. *European Journal of Nutrition*, 59(3), 895–908. <https://doi.org/10.1007/s00394-019-01949-y>
- Hobbs, D. A., Givens, D. I., & Lovegrove, J. A. (2019). Yogurt consumption is associated with higher nutrient intake, diet quality and favourable metabolic profile in children: a cross-sectional analysis using data from years 1–4 of the National diet and Nutrition Survey, UK. *European Journal of Nutrition*, 58(1), 409–422. <https://doi.org/10.1007/s00394-017-1605-x>
- Lassen, A. D., Christensen, L. M., Fagt, S., & Trolle, E. (2020). *Råd om bæredygtig sund kost - fagligt grundlag for et supplement til De officielle kostråd*.
- Lumley, T. (2020). *survey: analysis of complex survey samples*. [Internet]. R package. Available from: <https://CRAN.R-project.org/package=survey>

- Magkos, F., Tetens, I., Bügel, S. G., Felby, C., Schacht, S. R., Hill, J. O., Ravussin, E., & Astrup, A. (2020). A Perspective on the Transition to Plant-Based Diets: A Diet Change May Attenuate Climate Change, but Can It Also Attenuate Obesity and Chronic Disease Risk. *Advances in Nutrition*, *11*(1), 1–9. <https://doi.org/10.1093/advances/nmz090>
- Mena-Sánchez, G., Babio, N., Martínez-González, M., Corella, D., Schröder, H., Vioque, J., Romaguera, D., Martínez, J. A., Lopez-Miranda, J., Estruch, R., Wärnberg, J., Bueno-Cavanillas, A., Serra-Majem, L., Tur, J. A., Arós, F., Tinahones, F. J., Sánchez, V. M., Lapetra, J., Pintó, X., ... Salas-Salvadó, J. (2018). Fermented dairy products, diet quality, and cardio-metabolic profile of a Mediterranean cohort at high cardiovascular risk. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, *28*(10), 1002–1011. <https://doi.org/10.1016/j.numecd.2018.05.006>
- Myhre, J. B., Andersen Brodin, M. M., & Andersen, L. F. (2024). *Norkost 4*. www.helsedirektora-tet.no/rapporter/norkost-4
- Nicol, K., Nugent, A. P., Woodside, J. V., Hart, K. H., & Bath, S. C. (2024). Iodine and plant-based diets: a narrative review and calculation of iodine content. *The British Journal of Nutrition*, *131*(2), 265–275. <https://doi.org/10.1017/S0007114523001873>
- Nordman, M., Lassen, A. D., Mogensen, L., & Trolle, E. (2022). *Carbon footprints of different dietary patterns in Denmark*. www.food.dtu.dk
- Office for Health Improvement and Disparities. (2025). National Diet and Nutrition Survey 2019 to 2023: report. In *GOV.UK*. <https://www.gov.uk/government/statistics/national-diet-and-nutrition-survey-2019-to-2023>
- O’Neil, C. E., Nicklas, T. A., Liu, Y., & Franklin, F. A. (2009). The impact of dairy product consumption on nutrient adequacy and weight of head start mothers. *Public Health Nutrition*, *12*(10), 1693–1701. <https://doi.org/10.1017/S1368980008003911>
- Ortega, R. M., Perez-Rodrigo, C., & Lopez-Sobaler, A. M. (2015). Dietary assessment methods: dietary records. *Nutricion Hospitalaria*, *31*, 38–45. <https://doi.org/10.3305/nh.2015.31.sup3.8749>
- Pedersen, A. N., Christensen, T., Matthiessen, J., Knudsen, V. K., Sørensen, M. R., Biloft-Jensen, Anja Pia; Hirsch, H.-J., Ygil, K. H., Kørup, K., & Saxholt, E. (2015). *Danskernes kostvaner 2011-2013. Hovedresultater. (Dietary Habits in Denmark 2011–2013. Main results)*. <https://findit.dtu.dk/en/catalog/2398046824>
- Salomé, M., Huneau, J. F., Le Baron, C., Kesse-Guyot, E., Fouillet, H., & Mariotti, F. (2021). Substituting Meat or Dairy Products with Plant-Based Substitutes Has Small and Heterogeneous Effects on Diet Quality and Nutrient Security: A Simulation Study in French Adults (INCA3). *Journal of Nutrition*, *151*(8), 2435–2445. <https://doi.org/10.1093/jn/nxab146>
- Sanderman-Nawijn, E. L., Brants, H. A. M., Dinnissen, C. S., Ocké, M. C., & van Rossum, C. T. M. (2024). *Energy and nutrient intake in the Netherlands: Results of the Dutch National Food Consumption Survey 2019-2021*. <https://doi.org/DOI10.21945/RIVM-2024-0071>
- Styrelsen for Fødevarer Landbrug og Fiskeri. (2025). *De officielle kostråd*. <https://foedevarestyrelsen.dk/kost-og-foedevarer/alt-om-mad/de-officielle-kostraad>
- Temme, E. H. M., Bakker, H. M. E., Seves, S. M., Verkaik-Kloosterman, J., Dekkers, A. L., Van Raaij, J. M. A., & Ocké, M. C. (2015). How may a shift towards a more sustainable food consumption pattern affect nutrient intakes of Dutch children? *Public Health Nutrition*, *18*(13), 2468–2478. <https://doi.org/10.1017/S1368980015002426>
- van Rossum, C. T. M., Sanderman-Nawijn, E. L., Brants, H. A. M., Dinnissen, C. S., Jansen-van der Vliet, M., Beukers, M. H., & Ocké, M. C. (2023). *The diet of the Dutch (dietary guidelines)*. <https://doi.org/10.21945/RIVM-2022-0190>
- WHO. (2026). *Body mass index (BMI)*. Retrieved January 13, 2026, from https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/topic-details/GHO/body-mass-index?intro-Page=intro_3.html

- World Cancer Reserch Fund/American Institute for Cancer Research. (2018). *Continuous Update Project Expert Report 2018. Recommendations and public health and policy implications*. die-tandcancerreport.org
- Zeng, W. F., Kang, Y. Y., Liu, M., Li, Y., & Wang, J. G. (2013a). Validation of the A&D UA-1020 upper-arm blood pressure monitor for home blood pressure monitoring according to the British Hypertension Society Protocol. *Blood Pressure Monitoring, 18*(3), 177–181.
<https://doi.org/10.1097/MBP.0B013E32836141CA>
- Zeng, W. F., Kang, Y. Y., Liu, M., Li, Y., & Wang, J. G. (2013b). Validation of the A&D UA-1020 upper-arm blood pressure monitor with six different-shaped or different-sized cuffs according to the British Hypertension Society protocol. *Blood Pressure Monitoring, 18*(5), 272–277.
<https://doi.org/10.1097/MBP.0B013E32836464A3>

Bilag A Grupperinger af mejeriprodukter

Kategori	Produktnavn	Produktkode
Mælk	Letmælk, konventionel (ikke-økologisk)	33
	Letmælk, økologisk	1154
	Minimælk, 0.5 % fedt	1066
	Skummetmælk	1049
	Skummetmælkspulver	158
	Skummetmælk, økologisk	1048
	Sødmælk, konventionel (ikke-økologisk)	6
	Sødmælk, økologisk	1266
	Vallepulver, tørret	977
Syrnede mælkeprodukter	A38, acidophilus tykmælk af letmælk, 1,5% fedt	1766
	A38, acidophilus tykmælk af minimælk, 0,5% fedt	1767
	A38, acidophilus tykmælk af sødmælk, 3,5% fedt	1291
	Flødeyoghurt naturel, 2% fedt (Græsk og Tyrkisk stil)	1765
	Flødeyoghurt naturel, 10% fedt (Græsk og Tyrkisk stil)	1764
	Kærnemælk	32
	Kvark, 5+	307
	Kvark, 45+	874
	Kærnemælk med citronsaft	1068
	Letmælkskefir	1153
	Skyr, 0.2 % fedt	1693
	Ylette naturel	95
	Ymer naturel	170
	Yoghurt naturel, 0.1 % fedt	1598
	Yoghurt naturel, 1.5 % fedt	1597
	Yoghurt naturel, sødmælk	12
	Yoghurt, sødmælk, med frugt	1286
Ost	Brie, 60+	139
	Cheddar, 50+	321
	Danablu 60+	183
	Danbo, 45+	109
	Emmentaler, 45+	261
	Feta, 40+	73
	Feta, 50+	1243
	Flødeost, 60+	1215
	Flødeost, 70+	1304
	Gedeost, blød, 45-55+	1775
	Gedeost. Fast, 45+	1777
	Havarti, 60+	291
	Hytteost, 5+	1679
	Hytteost, 20+	517
	Mozzarella, 45+	97
	Myseost, 33+	340

	Ost, fast, 20+, alle typer	1211
	Ost, fast, 30+, alle typer	1274
	Ost, fast, 45+, alle typer	148
	Ost, fast, 45+, Dansk	1779
	Parmesan, 32+	309
	Parmesan, revet	721
	Pizza topping (Revet ost, Mozzarella)	1768
	Roquefort, 50+	136
	Rygeost, 1 % fedt	333
	Rygeost, 10 % fedt	637
	Smelteost, 20+	1202
	Smelteost, 30+	1227
	Smelteost, 45+	98
Madlavningsprodukter- og tilbehør	Syrnet fløde 9 % (Fraiche 9%)	300
	Creme fraiche 18 %	671
	Creme fraiche 38 %	1181
	Fløde 9 %	303
	Fløde 13 %	483
	Fløde 38 %, piskefløde	1174
Smør og blandingsprodukter	Smør, saltet	1052
	Smør, usaltet	1015
	Smørbart blandingsprodukt, 75% fedt	1684
	Smørbart blandingsprodukt, 80% fedt	986
	Smørbart blandingsprodukt, let, 57% fedt	1685
Søde mælkedrikke	Cacaomælk	1205
	Cacaoskummetmælk	1107
	Milkshake	1683

Bilag B. Beregning af kostkvalitetsindeks

Kostråd	Alder	Anbefalet mængde	Beregning	Point
Frugt og grønt ^a	4-10 år	300-500 g/dag	indtag (g) / 400 g ^b	0-1
	≥11 år	600 g/dag	indtag (g) / 600 g	
Nødder	4-10 år	20 g/dag	indtag (g) / 20 g	0-1
		Maks. 7 g saltede nødder		
	≥11 år	30 g/dag	indtag (g) / 30 g	0-1
		Maks. 10 g saltede nødder		
Bælgfrugter ^c	4-10 år	50-75 g/dag	indtag (g) / 62,5 g ^b	0-1
	≥11 år	100 g/dag	indtag (g) / 100 g	
Fisk ^d	4-10 år	100-150 g/uge fed fisk	(indtag (g) / 125 g) / 2 ^b	0-0,5
		75-125 g/uge mager fisk	(indtag (g) / 100 g) / 2 ^b	0-0,5
	≥11 år	200 g/uge fed fisk	(indtag (g) / 200 g) / 2	0-0,5
		150 g/uge mager fisk	(indtag (g) / 150 g) / 2	0-0,5
Fuldkorn ^e	4-10 år	40-70 g/dag	indtag (g) / 55 g ^b	0-1

	≥11 år	90 g/dag	indtag (g) / 90 g		
Mejeri^f	4-10 år	350 ml mælk el. mælkeprodukter per dag	≤600 ^g	indtag (g) / 350 g	0-1
			>600 ^g	1-(indtag (g) – 600 g) / 500 g)	
	11-17 år	400-450 ml mælk el. mælkeprodukter per dag	≤600 ^g	indtag (g) / 425 g	0-1
			>600 ^g	1-(indtag (g) – 600 g) / 500 g)	
	≥18 år	350 ml mælk el. mælkeprodukter per dag	≤600 ^g	indtag (g) / 350 g	0-1
			>600 ^g	1-(indtag (g) – 500 g) / 600 g)	
Kød	4-10 år	175-275 g/uge	≤400 ^h	indtag (g) / 225 g ^b	0-1
			>400 ^h	1-(indtag (g) – 400 g) / 400 g)	
	≥11 år	350 g/uge	≤500 ^h	indtag (g) / 350 g ^b	0-1
			>500 ^h	1-(indtag (g) – 500 g) / 500 g)	
Råderum	Personer der ikke indtager flydende råderumsfødevarer				
	4-6 år	95 g/uge	1-(indtag (g) – 95 g) / 95 g)		0-1
	7-10 år	120 g/uge	1-(indtag (g) – 120 g) / 120 g)		0-1
	11-14 år (piger)	145 g/uge	1-(indtag (g) – 145 g) / 145 g)		0-1

11-14 år (dreng)	160 g/uge	$1 - (\text{indtag (g)} - 160 \text{ g}) / 160 \text{ g}$	0-1
15-70 år (kvinder)	145 g/uge	$1 - (\text{indtag (g)} - 145 \text{ g}) / 145 \text{ g}$	0-1
15-70 år (mænd)	175 g/uge	$1 - (\text{indtag (g)} - 175 \text{ g}) / 175 \text{ g}$	0-1
≥70 år (kvinder)	120 g/uge	$1 - (\text{indtag (g)} - 120 \text{ g}) / 120 \text{ g}$	0-1
≥70 år (mænd)	150 g/uge	$1 - (\text{indtag (g)} - 150 \text{ g}) / 150 \text{ g}$	0-1
Personer der indtager flydende råderumsfødevarerⁱ			
4-6 år	250 g/uge (søde drikke)	$(1 - (\text{indtag (g)} - 250 \text{ g}) / 250 \text{ g}) / 2$	0-0,5
	76 g/uge (fast form)	$(1 - (\text{indtag (g)} - 76 \text{ g}) / 76 \text{ g}) / 2$	0-0,5
7-10 år	330 g/uge	$(1 - (\text{indtag (g)} - 330 \text{ g}) / 330 \text{ g}) / 2$	0-0,5
	96 g/uge (fast form)	$(1 - (\text{indtag (g)} - 96 \text{ g}) / 96 \text{ g}) / 2$	0-0,5
11-14 år (piger)	500 g/uge	$(1 - (\text{indtag (g)} - 500 \text{ g}) / 500 \text{ g}) / 2$	0-0,5
	116 g/uge (fast form)	$(1 - (\text{indtag (g)} - 116 \text{ g}) / 116 \text{ g}) / 2$	0-0,5
11-14 år (dreng)	500 g/uge	$(1 - (\text{indtag (g)} - 500 \text{ g}) / 500 \text{ g}) / 2$	0-0,5
	128 g/uge (fast form)	$(1 - (\text{indtag (g)} - 128 \text{ g}) / 128 \text{ g}) / 2$	0-0,5
15-70 år (kvinder)	500 g/uge	$(1 - (\text{indtag (g)} - 500 \text{ g}) / 500 \text{ g}) / 2$	0-0,5
	116 g/uge (fast form)	$(1 - (\text{indtag (g)} - 116 \text{ g}) / 116 \text{ g}) / 2$	0-0,5
15-70 år (mænd)	500 g/uge	$(1 - (\text{indtag (g)} - 500 \text{ g}) / 500 \text{ g}) / 2$	0-0,5
	140 g/uge (fast form)	$(1 - (\text{indtag (g)} - 140 \text{ g}) / 140 \text{ g}) / 2$	0-0,5

	≥70 år (kvinder)	500 g/uge 96 g/uge (fast form)	$(1 - (\text{indtag (g)} - 500 \text{ g}) / 500 \text{ g}) / 2$	0-0,5
			$(1 - (\text{indtag (g)} - 96 \text{ g}) / 96 \text{ g}) / 2$	0-0,5
	≥70 år (mænd)	500 g/uge 120 g/uge (fast form)	$(1 - (\text{indtag (g)} - 500 \text{ g}) / 500 \text{ g}) / 2$	0-0,5
			$(1 - (\text{indtag (g)} - 120 \text{ g}) / 120 \text{ g}) / 2$	0-0,5

^a Gælder ikke for bælgfrugter, kartofler, nødder, tørret frugt, svampe og oliven. På trods af, at kostrådene ikke inkluderer frugt på konserves, er disse blevet medtaget i indekset, da det vurderes, at de bidrager med essentielle næringsstoffer. Maks. 100 ml juice per dag tæller med som 100 g frugt og grøntsager. Indekset har ikke taget højde for tilfælde, hvor mere end 100 ml frugtjuice er blevet indtaget.

^b Da Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri anbefaling for børn i alderen 4-11 år er i form af et interval, er der af praktiske årsager valgt et gennemsnit af intervallet til beregningerne.

^c Gælder for tilberedte bælgfrugter; forarbejdede bælgfrugter eller plantebaserede produkter tæller ikke. Grønne bønner og grønne ærter tæller heller ikke, men betragtes derimod som grøntsager.

^d Gælder også for skaldyr, muslinger og rogn. Fisk betragtes som værende fed, hvis fedtindholdet er 4 g/100 g eller derover.

^e Gælder ikke for solsikkekerner, græskarkerner, sesamfrø, boghvede, amarant, quinoa og vilde ris. Gælder for hvede, spelt, rug, byg, havre, tørret majs, hirse, ris, durra og sorghum.

^f Indekset differentierer ikke mellem ost og mælk/mælkeprodukter. Styrelsen for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri rettesnor for indtag af mælk, mælkeprodukter og ost er blevet omregnet, således at 20 g ost omregnes til 100 ml mælk/mælkeprodukter. Smør medtages ikke, da det indgår i kostrådene for fedtstoffer.

^g Den øvre grænse for mejeriindtag er baseret på anbefalingerne for kræftforebyggelse fra World Cancer Research Fund i samarbejde med American Institute for Cancer Research (World Cancer Reserch Fund/American Institute for Cancer Research, 2018).

^h Den øvre grænse for kødindtag er baseret på anbefalingerne for kræftforebyggelse fra World Cancer Research Fund i samarbejde med American Institute for Cancer Research (World Cancer Reserch Fund/American Institute for Cancer Research, 2018).

ⁱ Anbefalingen for råderumsmad i fast form, når der også er indtaget råderumsdrikkevarer, svarer til 4 portioner, da en drikkevarer tæller som én portion. Indtaget af alkohol svarer til den mængde alkoholholdige drikkevarer, der er blevet indtaget, og ikke til mængden af ren alkohol.

Bilag C. Grupperinger af fødevarergrupper i kostkvalitetsindekset

Fødevarergruppe	Produktnavn	Produktkode
Frukt og grøntsager	Abrikos, rå	1851
	Agurk, rå	388
	Agurk, syltet	404
	Agurk, syltet, uden tilsat sukker	317
	Ananas, konserveres	423
	Ananas, rå	1855
	Ananaskirsebær, rå	636
	Appelsin, rå	70
	Artiskok, rå	57
	Asier, syltede	542
	Asparges, grønne, rå	64
	Asparges, hvide, rå	878
	Asparges, konserveres	649
	Asparges, uspec., rå	753
	Aubergine, rå	69
	Avocado, rå	616
	Babyspinat, rå	1741
	Bambusskud, konserveres, saltet	868
	Banan, rå	3
	Bladselleri, rå	13
	Blomkål, dansk, rå	799
	Blomkål, uspecificeret, rå	14
	Blomme, rå	1852
	Blåbær, dybfrost	1817
	Blåbær, rå	1848
	Broccoli, rå	17
	Brombær, dybfrost, usukrede	703
	Brombær, rå	1849
	Brøndkarse, rå	685
	Bønnespirer, uspec., rå	978
	Citron, rå	21
	Citronsaft, friskpresset	268
	Citronskal, rå	756
Dild, rå	22	

	Fennikel, knold, rå	65
	Fersken, konserver	434
	Fersken, rå	1853
	Figen, rå	578
	Forårsløg, rå	740
	Granatæble, rå	632
	Grapefrugt, rå	1856
	Græskar, butternut squash, rå	1745
	Græskar, hokkaido, dansk, rå	1744
	Græskar, konserver	422
	Græskar, rå	366
	Grønne bønner, rå	764
	Grønne bønner (haricots verts), dybfrost	1822
	Grønne ærter, rå	55
	Grønkål, dansk, rå	1391
	Grønkål, frossent	888
	Gulerødder, dansk, uden skræl, rå	1761
	Gulerødder, importeret, uden skræl, rå	1760
	Havtorn, rå	1708
	Hindbær, dybfrost	1818
	Hindbær, rå	1850
	Hvidkål, rå	26
	Hvidløg, rå	205
	Ingefær, rod, rå	62
	Jordbær, rå	1
	Jordbær, dybfrost	1819
	Jordskok, rå	950
	Julesalat, rå	544
	Kakifrugt (Sharon), rå	593
	Karse, frisk	969
	Kinakål, rå	573
	Kinaradise, japanræddike, rå	368
	Kirsebær, syltede	726
	Kirsebær, rå	1854
	Kiwi, rå	1858
	Knudekål, glaskål, rå	683
	Koriander, blade, friske	867
	Kørvel, rå	1160
	Kålrabi (kålroe), rå	519
	Lime, rå	464
Frukt og grøntsager		

Frugt og grøntsager

Linsespirer, rå	285
Litchi, rå	630
Lucernespirer, rå	1111
Løg, rå	716
Majroe, rå	381
Majs, dybfrost	1820
Majs, kerner, konserver	1164
Majskolbe, rå	31
Mandarin, konserver	452
Mandarin, rå	560
Mango, rå	1859
Mælkebøtte, blade, rå	1095
Nektarin, rå	610
Netmelon, rå	447
Papaya, rå	510
Passionsfrugt, rå	1055
Pastinak, dansk, rå	1752
Pastinak, importeret, rå	1762
Peber, chili, rå	808
Peberfrugt, grøn, rå	37
Peberfrugt, gul, rå	1721
Peberfrugt, rød, rå	38
Peberrod, rå	496
Persille, rå	8
Persillerod, rå	976
Porrer, dybfrost	1833
Porre, rå	824
Purløg, rå	930
Pære, rå	9
Pære, konserver	380
Rabarber, dybfrost	538
Rabarber, rå	10
Radise, rå	39
Ribs, rå	40
Rosenkål, dybfrost	1825
Rosenkål, uspec., rå	41
Rucola, rå	1492
Rødbede, dansk, rå	1390
Rødbede, konserver	621
Rødkål, dansk, rå	1750

	Rødkål, konserveres	629
	Salat, egeløv, rå	591
	Salat, endivie, bredbladet (escarole), rå	585
	Salat, endivie, kruset (frisee), rå	599
	Salat, hjerte, rå	1743
	Salat, hovedsalat, rå	627
	Salat, Iceberg, dansk, rå	1394
	Salat, Iceberg, importeret, rå	1413
	Salat, Romaine, romersk, rå	600
	Savoykål, rå	752
	Selleri, blade, rå	767
	Selleri, rod, dansk, rå	1485
	Selleri, rod, importeret, rå	1763
	Skorzonerrod, rå	1089
	Solbær, rå	11
	Spidskål, dansk, rå	1751
	Spinat, hakket, dybfrost	843
	Spinat, helbladet, dybfrost	1749
	Spinat, rå	50
	Stikkelsbær, rå	51
	Squash, rå	56
	Sukkerært (mangetout), rå	1061
	Tang, agar, tørret	372
	Tang, kombu, tørret	1204
	Tomat, soltørret	169
	Tomat, uspec., rå	52
	Tomat, flået, konserveres	596
	Tomatpure	1246
	Tomatpure, koncentreret	1216
Frugt og grøntsager	Tranebær, rå	350
	Tyttebær, rå	769
	Vandmelon, rå	36
	Vindrue, rå	54
	Æble, uspec., rå	2
	Ærter, grønne, dybfrost	1821
Frugt og grøntsager (juice og lign.)	Ananasjuice	1862
	Appelsinjuice	1863
	Æblejuice	1866
	Æblemost, uspec.	194
	Blandet grøntsagsjuice	1870

	Frugt og grøntsag smoothie	1872
	Grapefrugtjuice	1864
	Gulerodsjuice	1868
	Tomatjuice	1869
Nødder (usaltede)	Cashewnød, tørristet	815
	Hasselnød, tørret	302
	Jordnød, tørret	150
	Jordnøddesmør	1162
	Kastanje, ægte, rå	116
	Mandel, rå	35
	Pecannød, tørret	515
	Pistacienød, tørret	328
	Valnød, tørret	647
Nødder (saltede)	Peanuts, (jordnød, ristet og saltet)	864
	Pistacienød, tørristet med salt	757
Bælgfrugter	Baked beans (hvide bønner i tomatsauce) ^a	1808
	Brune linser, tørrede, rå	622
	Bønner, hvide, tørrede, rå	1801
	Bønner, røde kidney, tørrede, rå	1802
	Gule ærter (flækærter), rå	592
	Kikærter, tørrede, rå	1803
	Linser, røde, tørrede, rå	1799
	Linser, tørrede, rå	681
	Mungbønner, tørrede, rå	58
Sojabønner, tørrede, rå	1217	
Fisk (fed)	Ansjos, marineret, konserver	1034
	Hellefisk, gravad	896
	Hellefisk, røget	1002
	Hellefisk, rå	897
	Kaviar, uægte (stenbiderrogn)	589
	Kippers i olie, konserver	1150
	Kongeål (pighaj), rå	902
	Laks, atlantisk, opdræt, rå	1658
	Laks, atlantisk, opdræt, gravad	1655
	Laks, atlantisk, opdræt, koldrøget	1552
	Laks, atlantisk, opdræt, varmrøget	1553
	Makrel, rå	34
	Makrel i tomat, konserver	960
	Makrel, filet, naturel, konserver	1105

Fisk (fed)	Makrel, røget	1220
	Sardin, i olie, konserver	1121
	Sild, rå	48
	Sild, marineret	47
	Sild, marineret, i karrysauce	1078
	Sild, røget	1026
	Sildepostej	1238
	Torsk, lever, konserver	335
	Torsk, lever, røget	607
	Torsk, rogn, røget	981
	Ørred, regnbue-, rå	774
	Ål, rå	1248
	Ål, røget	1302
	Fisk (mager)	Blæksprutte, rå
Blåmusling, kogt		1661
Bækforel, rå		694
Hajmalle, rå, dybfrost		1660
Havkat, rå		564
Helleflynder, rå		711
Hornfisk, rå		25
Hummer, kogt		625
Hummer, konserver		626
Hummer, rå		654
Jomfruhummer, rå		655
Klipfisk, rå		948
Krabbe, kogt		800
Krabbekløer, konserver		784
Krabbekløer, rå		783
Krebs, rå		408
Kulmule, rå		475
Musling, konserver		635
Musling, rå		387
Pighvarre, rå		581
Reje, dybvands-, kogt, dybfrost		518
Reje, dybvands-, konserver		527
Reje, dybvands, kogt, i lage		1654
Rødfisk, rå		603
Rødspætte, rå		45
Rødtunge, rå		541
Sandart, rå		601

Fisk (mager)	Sej, filet, dybfrost	661	
	Skrubbe, rå	584	
	Tigerreje, opdræt, rå, dybfrost	1548	
	Torsk, filet, kogt	562	
	Torsk, filet, rå	72	
	Torsk, rogn, konserveres	525	
	Torsk, rogn, rå	778	
	Tun, rå	904	
	Tun i olie, konserveres	1088	
	Tun i tomat, konserveres	751	
	Tun i vand, konserveres	825	
	Vinbjergssnegle, rå	501	
	Østers, rå	163	
	Kød	And, brystkød, rå	738
		And, kød og skind, rå	101
And, kød, rå		728	
Due, vildt, kød og skind, rå		1200	
Due, vildt, kød, rå		860	
Fasan, kød og skind, rå		995	
Fasan, kød, rå		844	
Grisekød, hakket, 15-20% fedt, råt		1076	
Grisekød, kam uden svær, ca. 3 mm spæk, rå		1003	
Grisekød, kogestykke af bryst med svær, rå		1124	
Grisekød, mørbrad, afpudset, rå		771	
Grisekød, nakkefilet, helt afpudset (Nakkekotelet), rå		949	
Grisekød, nakkekam med svær, rå		74	
Grisekød, skinkemignon af lårtunge, helt afpudset, rå		734	
Grisekød, stegestykke af bryst med svær, rå		1249	
Grisekød, stegestykke af bryst, uden svær, ca. 2 mm spæk, rå		1201	
Grisekød, uspec., fedt, råt		1269	
Grisekød, uspec., magert, råt		777	
Gås, kød og skind, rå		87	
Gås, kød, rå		955	
Harekød, uspec., råt		773	
Hjerte, gris, råt		644	
Hjerte, høne (kylling), råt		776	
Hjerte, kalv, råt		566	
Høne, kød, rå		708	
Kaninkød, uspec., råt		807	

Kød	Kalkun, kød og skind, rå	785
	Kalkun, kød, rå	732
	Kalvekød, culotte, rå	1712
	Kalvekød, cuvette, rå	1753
	Kalvekød, fedt, rå	1171
	Kalvekød, tykstegsfilet, rå	1755
	Kalvekød, tyndstegsfilet, rå	1756
	Kylling, kød og skind, friturestegt	1236
	Kylling, grillstegt, fastfood	1644
	Kylling, kød og skind, rå	959
	Kylling, kød, rå	795
	Kylling, vinge, kød og skind, rå	990
	Kråse, kylling, rå	682
	Lammekød, bov, rå	994
	Lammekød, kølle, afpudset, rå	796
	Lammekød, kølle, uspec., rå	71
	Lammekød, uspec., rå	1234
	Lever, ande, rå	747
	Lever, gris, rå	781
	Lever, gåse, rå	673
	Lever, kalv, rå	698
	Lever, kylling, rå	712
	Nyre, gris, rå	574
	Nyre, kalv, rå	547
	Oksekød, culotte, rå	1064
	Oksekød, hakket, 8-12% fedt, rå	1739
	Oksekød, hakket, 15-20% fedt, rå	1067
	Oksekød, højrebsfilet med kappe, rå	1109
	Oksekød, højrebsfilet, afpudset, rå	871
	Oksekød, inderlår uden kappe, rå	770
	Oksekød, mellemskært, rå	944
	Oksekød, mørbrad, afpudset, rå	831
Oksekød, skank (osso buco), rå	870	
Oksekød, spidsbryst, rå	1040	
Oksekød, tykstegsfilet med kappe, rå	966	
Oksekød, tykstegsfilet uden kappe, rå	805	
Oksekød, tyndbov + mellembov, rå	1042	
Kød	Oksekød, tyndbryst, rå	1233
	Oksekød, tyndstegsfilet med fedtkant, rå	1082
	Oksekød, uspec., fedt, rå	1232

Kød	Oksekød, yderlår, rå	879
	Bacon, stegestykke, rå	216
	Blodpølse, kogt	1184
	Medisterpølse, røget	1136
	Medisterpølse, rå	982
	Skinke, kogt, konserver	666
	Skinke, kogt, skiveskåret	693
	Skinke, røget, kogt	1021
	Wienerpølse, kogt, fastfood	1093
	Wienerpølse, konserver	900
	Grisefilet, røget, pålæg	743
	Hamburgerryg, kogt	750
	Kalkun, bryst (filet), kogt/røget, pålæg	729
	Kogt oksebryst, pålæg	1221
	Kylling, bryst (filet), kogt, pålæg	754
	Kyllingepølse, pålæg	925
	Kødpølse, pålæg	1101
	Leverpostej	1010
	Leverpostej, fedtreduceret	583
	Leverpølse, pålæg	144
	Paté, pålæg	1099
	Pølse, tepølse	301
	Roastbeef, pålæg	828
	Rullepølse, lammekød, pålæg	110
	Rullepølse, pålæg	1158
	Salami	489
	Salt kød, pålæg	674
	Spegepølse	358
	Spegepølse, oksekød	287
	Sylte	989
Tørret skinke, Serrano	1918	
Mejeri	A38, acidophilus tykmælk af letmælk, 1,5% fedt	1766
	A38, acidophilus tykmælk af minimælk, 0,5% fedt	1767
	A38, acidophilus tykmælk af sødmælk, 3,5% fedt	1291
	Brie, 60+	139
	Cacaomælk	1205
	Cacaoskummetmælk	1107
	Cheddar, 50+	321
	Creme fraiche 18 %	671
Creme fraiche 38 %	1181	

Danablu 60+	183
Danbo, 45+	109
Emmentaler, 45+	261
Feta, 40+	73
Feta, 50+	1243
Fløde 9 %	303
Fløde 13 %	483
Fløde 38 %, piskefløde	1174
Flødeost, 60+	1215
Flødeost, 70+	1304
Flødeyoghurt naturel, 2% fedt (Græsk og Tyrkisk stil)	1765
Flødeyoghurt naturel, 10% fedt (Græsk og Tyrkisk stil)	1764
Gedeost, blød, 45-55+	1775
Gedeost, fast, 45+	1777
Havarti, 60+	291
Hytteost, 5+	1679
Kvark, 5+	307
Kvark, 45+	874
Kærnemælk	32
Kærnemælk med citronsaft	1068
Hytteost, 20+	517
Letmælk, konventionel (ikke-økologisk)	33
Letmælk, økologisk	1154
Letmælkskefir	1153
Minimælk, 0.5 % fedt	1066
Mozzarella, 45+	97
Myseost, 33+	340
Ost, fast, 20+, alle typer	1211
Ost, fast, 30+, alle typer	1274
Ost, fast, 45+, alle typer	148
Ost, fast, 45+, Dansk	1779
Parmesan, 32+	309
Parmesan, revet	721
Pizza topping (Revet ost, Mozzarella)	1768
Roquefort, 50+	136
Rygeost, 1 % fedt	333
Rygeost, 10 % fedt	637
Skyr, 0.2 % fedt	1693
Smelteost, 20+	1202
Smelteost, 30+	1227

	Smelteost, 45+	98
	Skummetmælk	1049
	Skummetmælkspulver	158
	Skummetmælk, økologisk	1048
	Syrnet fløde 9% (Fraiche 9%)	300
	Sødmælk, konventionel (ikke-økologisk)	6
	Sødmælk, økologisk	1266
	Vallepulver, tørret	977
	Ylette naturel	95
	Ymer naturel	170
	Yoghurt naturel, 0.1 % fedt	1598
	Yoghurt naturel, 1.5 % fedt	1597
	Yoghurt naturel, sødmælk	12
	Yoghurt, sødmælk, med frugt	1286
Råderum (flydende)	Milkshake	1635
	Limonade	1637
	Saftevand	1638
	Limonade, light	1639
	Saftevand, light	1640
	Coca Cola	1641
	Cola	1642
	Fanta	1643
	Faxe Kondi	1644
	Pepsi Cola	1645
	Sodavand	1646
	Sprite	1647
	Coca Cola, light	1648
	Coca Cola, zero	1649
	Faxe Kondi Free	1650
	Coca Cola, Life med stevia	1651
	Pepsi Max	1652
	Sodavand, light	1653
	Sprite, zero	1654
	Ice tea	1671
	Bubble tea	1672
	Kombucha	1681
	Iceblend	1691
	Iskaffe	1692
Glögg, uden alkohol	1721	
Champagne, børne	1723	

Burn, energidrik	1757
Cult, energidrik	1758
Energidrik	1759
Faxe Kondi Booster	1760
Monster, energidrik	1761
Red Bull, energidrik	1762
Rockstar Energy	1763
X-ray, energidrik	1764
State, energidrik	1765
Energidrik, light	1766
Cult Cola sukkerfri	1767
Red Bull Zero	1768
Red Bull Sugarfree	1769
Slushice	3041
Måltidserstatning, drikkeklar	3164
Måltidserstatning, pulver	3165
Maxim, sportsdrik, drikkeklar	3168
Powerade, sportsdrik	3169
Maxim sportsdrik, pulver	3170
Sportpulver, elektrolyt	3171
Sportsdrik, drikkeklar elektrolyt	3307
Proteindrik, drikkeklar	3173
Proteinpulver	3174
BCAA, pulver	3178
Pre-workout, drikkeklar	3180
Pre-workout, pulver	3181
Cider 0,4%	1669
Cider 4,7%	1670
Øl, almindelig pilsner	1707
Øl, hvede	1708
Øl, special	1709
Øl, stærk	1710
Øl, hvidtøl, mørk	1712
Øl, lys	1713
Vin, hvid	1717
Vin, mousserende	1718
Vin, rosé	1719
Vin, rød	1720
Gløgg	1722
Champagne	1724

	Irsk kaffe	1725
	Breezer m.m.	1726
	Cult Shaker	1727
	Drink med alkohol og sodavand	1728
	Rom og cola	1729
	Drink med alkohol og danskvand	1730
	Drink med alkohol og energidrik	1731
	Drink med alkohol og kaffe - uden fløde	1732
	Hedvin, fx portvin, sherry, vermouth	1733
	Portvin	1734
	Sherry	1735
	Vermouth, fx Martini	1736
	Bailey	1737
	Likør	1738
	Cognac	1739
	Gin	1740
	Grappa	1741
	Rom	1742
	Tequila	1743
	Vodka	1744
	Whisky	1745
	Bitter	1746
	Snaps	1747
	Shot med alkohol	1748
	Mojito	1771
	Piña Colada	1772
	Strawberry daquiri	1773
Råderum (fast)	Energigel	1770
	Riskiks, chokolade	1942
	Cream Crackers	1944
	Digestive	1945
	Kiks	3219
	Marie Kiks	3220
	Ostekiks	3221
	Tuc saltkiks	1946
	Altieen kiks	1947
	Digestive, fuldkorn	1948
	Fuldkornskiks	1949
	Havrekiks	1950
Glutenfri kiks	3223	

Choco Marie	1951
Chokoladekiks	1952
Chokoladekiks, mini	1953
Digestive med chokolade	1954
Havrekiks med chokolade	1955
Kiks med chokoladefyld/overtræk	1956
Kiks med cremefyld	1957
Prince Kakao	1958
Frugtkiks	1960
Brunsviger	3224
Fastelavnsbolle uden flødeskum	1961
Julekage	3225
Kanelgiffel	1962
Kanelsnegl	1963
Kanelstang	3226
Kringle	1964
Spandauer	1965
Wienerbrød	1966
Croissant	3227
Frøsnapper	3228
Croissant med chokolade	1967
Tebirkes	1968
Doughnut med syltetøj	1969
Chokolade smørepålæg	2118
Nutella	2119
Pålægschokolade	2120
Pålægschokolade, lys	2121
Pålægschokolade, mørk	2122
Banankage	3289
Brownies	2983
Chokoladekage	2984
Citronmåne	2985
Drømmekage	3290
Gulerodskage	3291
Honningkage	2986
Krydderkage	2987
Muffin, chokolade	2988
Muffin, frugt	2989
Mazarinkage	3292
Muffin	2990

Sandkage	3293
Æblekage, crumble - uden flødeskum	2991
Pandekager	2992
Æbleskiver	3294
Vafler	3295
Klatkager	3296
Arme riddere	2993
Brune kager	2994
Chocolatechip cookies	2995
Klejner	2996
Pebernødder	2997
Småkage	2998
Vanillekranse	2999
Vafler til is	3000
Småkage, sukkerfri	3001
Kammerjunkere	3002
Romkugler	3003
Havregrynskugler	3297
Snøfler	3004
Fastelavnsbolle med flødeskum	3005
Flødeskumskage	3006
Gåsebryst, kage	3007
Kage med creme	3008
Kartoffelkage	3009
Lagkage	3298
Medalje	3010
Marengslagkage/flødekage	3011
Cheesecake	3012
Kransekage	3013
Kokosmakroner	3014
Tørkage	3015
Linse, kage	3299
Napoleonshat	3016
Hindbærsknitte	3017
Makron	3018
Marengs	3019
Ladyfingers	3020
Franske vafler	3021
Frugttærte	3022
Roulade, kage	3023

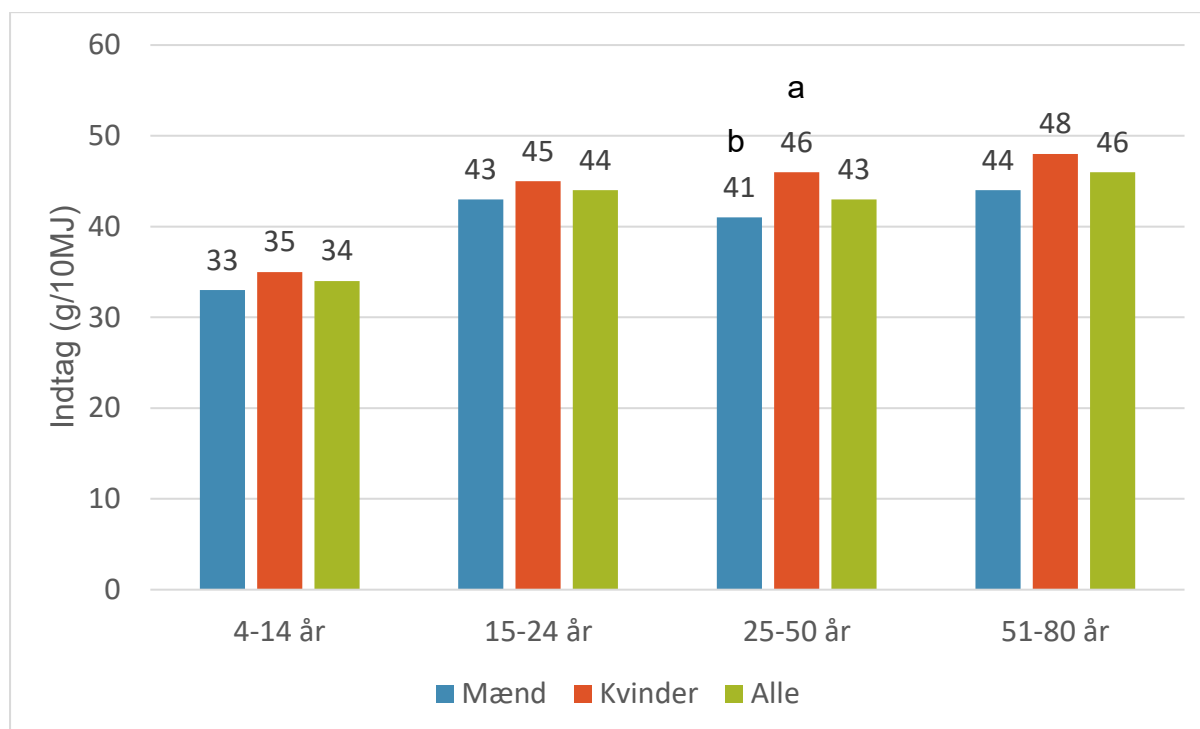
Æblekage, gammeldags	3024
Æbletærte	3025
Nøddetærte	3026
Tærte med marengslåg	3027
Fromage	3028
Budding	3029
Chokolademousse	3030
Mousse	3031
Ris à l'amande	3032
Ris à l'amande med kirsebær sovs	3033
Risdessert	3034
Risdessert med frugtsovs	3035
Risifrutti	3036
Fløderand	3037
Karamelrand	3300
Tiramisu	3038
Trifli	3039
Skub op is	3040
Sodavandsis	3042
Sodavandsis, mini	3043
Sorbet	3044
Chokoladeispind	3045
Flødeis	3046
Flødeispind	3047
Islagkage	3048
Isvaffel, mini	3049
Københavnerstang	3050
Flødeis med chokoladestykker	3051
Flødeis med nougat	3052
Parfait is	3053
Magnum	3054
Magnum, mini	3055
Isvaffel, softice	3056
Sundae	3057
Yoghurtis	3058
Fedtfattig is	3059
Sukkerfri is	3060
Isvaffel	3061
Isvaffel, gammeldags	3062
Vegansk is	3063

Chokoladesovs	3064
Frugtsovs	3065
Kirsebærsovs	3066
Karamelsovs	3067
Creamesovs	3068
Creme brulé	3069
Dessertsovs, uspec.	3301
Æggesnaps	3070
Guf til is	3071
Råcreme	3072
Lakrids	3073
Lakridskonfekt	3074
Matador mix	3075
Marshmallows	3076
Skumfiduser	3077
Skumbanan	3078
Vingummi	3079
Ama'r stang	3080
Chocofant	3081
Flyers	3082
Karameller	3083
Karameller, fløde	3084
Blandet slik	3085
Lakrids, sukkerfri	3086
Slik, sukkerfri	3087
Vingummi, sukkerfri	3088
Bolcher	3089
Slikkepind	3090
Bounty	3091
Bounty, lys	3092
Bounty, mørk	3093
Daim	3094
Guld karamel bar	3095
Chokolade, Kit Kat	3096
Knoppers	3097
Chokolade, Lion bar	3098
Chokolade, Holly bar	3099
Chokolade, Mars bar	3100
Chokolade, Milky Way	3101
Chokolade, Raider	3102

Chokolade, Snickers	3103
Chokolade, Twix	3104
Chokolade, Yankie bar	3105
Marcipanbrød	3106
Frugt- og nøddebar	3107
Nøddebar	3108
Flødebolle	3109
Flødebolle, mini	3110
Flødebolle, bøf	3111
Tyggegummi	3302
Tyggegummi, sukkerfri	3112
Mælkesnitte	3113
Myslibar	3114
Candy floss	3115
Brændte mandler	3116
Mandler med chokolade	3117
Nødder, honningristede, usaltede	3118
Chokolade	3303
Chokolade, mælke, fløde	3119
Chokolade, mørk	3120
Chokolade, mørk, over 60%	3121
Chokolade, mørk med nødder	3122
Chokolade, lys med nødder	3123
Chokolade, hvid	3124
Chokolade med lakrids	3304
Chokolade med tørret frugt	3305
Chokolade, sukkerfri	3125
Chokoladefrø	3126
Chokoladeskildpadde	3127
Fyldt chokolade	3128
Konfekt	3129
Nougat	3130
Nougat, fransk	3131
Marcipan	3306
Smarties	3132
M&M	3133
Chokoladekrymmel	3134
Chokoladeæg, kugler	3135
Kinderæg	3136
Chips	3137

Kartoffelchips	3138
Nachos, chips	3139
Nachos med ost	3140
Kartoffelchips, light	3141
Popcorn	3142
Popcorn med smør	3143
Bugles	3144
Osterejer	3145
Tortillachips	3146
Majssnacks	3147
Grøntsagschips	3148
Flæskesvær	3149
Saltstænger	3161
Måltidserstatning, bar	3166
Sportgel	3172
Proteinbar	3175
Energibar	3182
Toffifee	3197
Bananpandekager	3311
Proteinpandekager	8656
flødeskumskage, jordbærkage	3345
Jordbærtærte	12126
Kage, uspec. (120 g)	12133

Bilag D. Sammenligning af kostens indhold af mejeriprodukter mellem mænd og kvinder

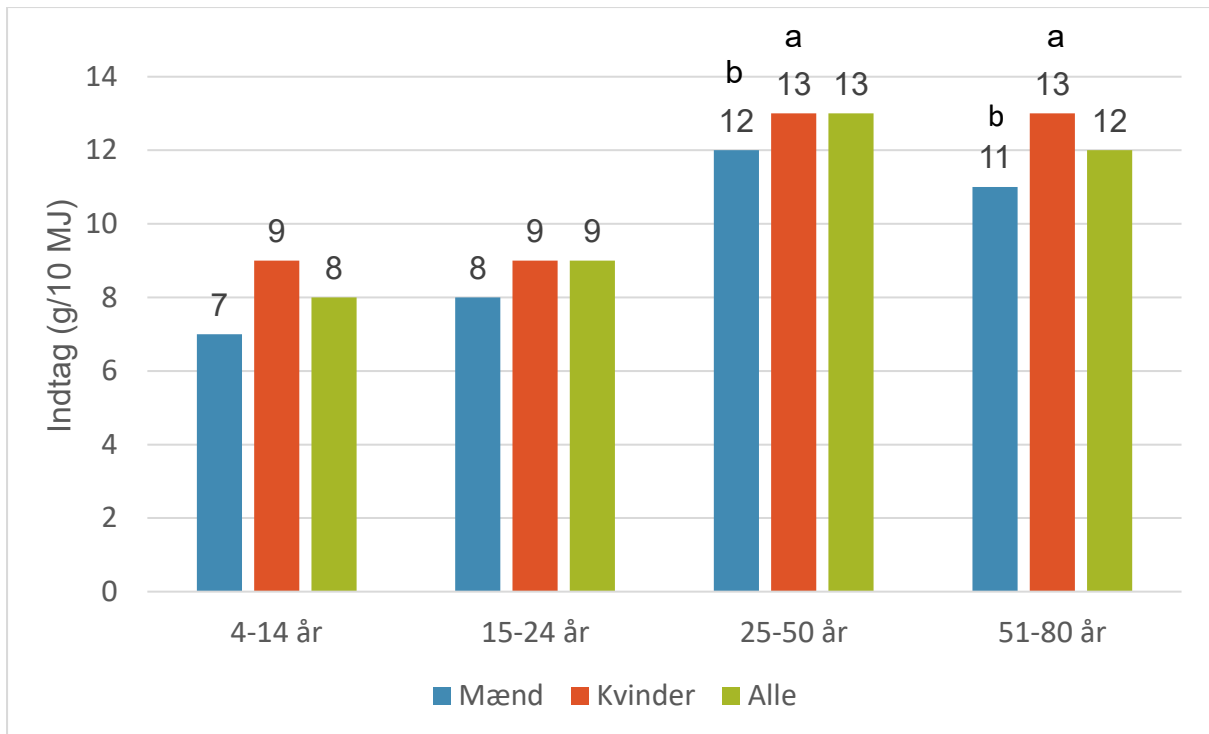


Figur A. Sammenligning af det energijusterede indtag af ost mellem mænd og kvinder (4-80 år) fordelt på aldersgrupper.

Data er præsenteret som medianer.

Forskelle mellem mænd og kvinder er testet med Kruskal-Wallis test efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem mænd og kvinder inden for hver aldersgruppe. Derimod angiver identiske bogstaver, at kønnene ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.

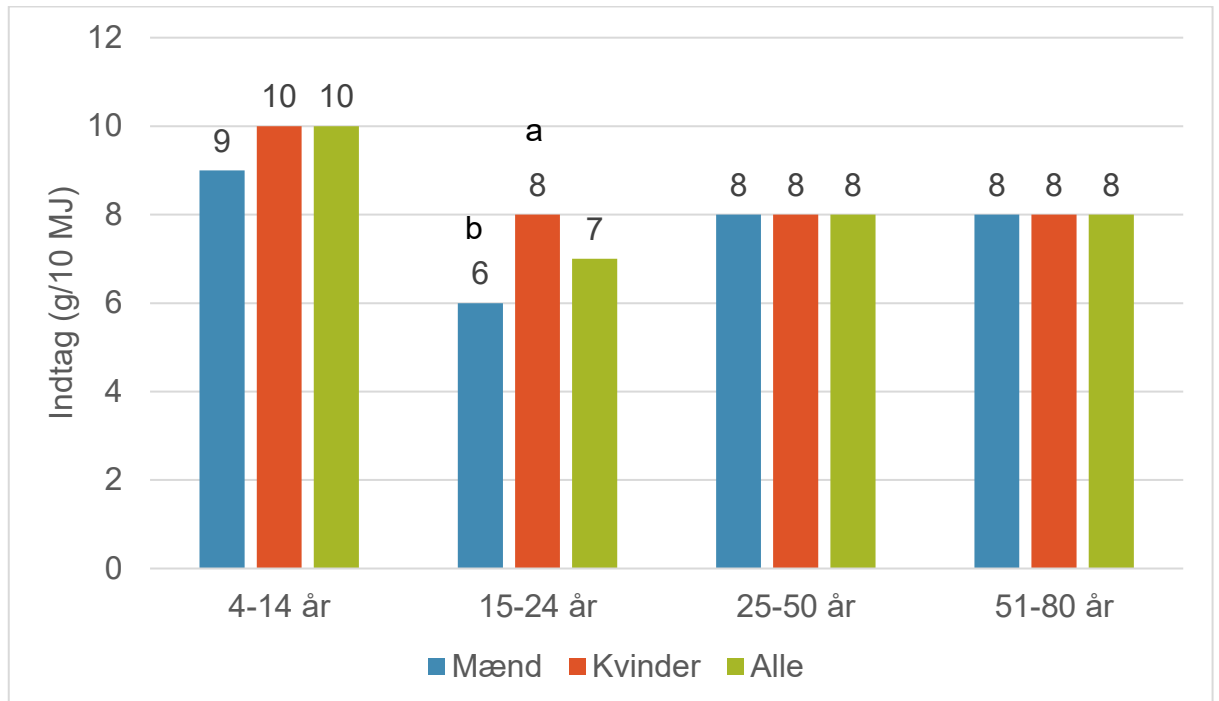


Figur B. Sammenligning af det energijusterede indtag af madprodukter og tilbehør mellem mænd og kvinder (4-80 år) fordelt på aldersgrupper.

Data er præsenteret som medianer.

Forskelle mellem mænd og kvinder er testet med Kruskal-Wallis test efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem mænd og kvinder inden for hver aldersgruppe. Derimod angiver identiske bogstaver, at kønnene ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.



Figur C. Sammenligning af det energijusterede indtag af smør og blandingsprodukter mellem mænd og kvinder (4-80 år) fordelt på aldersgrupper.

Data er præsenteret som medianer.

Forskelle mellem mænd og kvinder er testet med Kruskal-Wallis test efterfulgt af parvise post-hoc analyser med Bonferroni-korrektion for multiple sammenligninger.

^{a,b,c} Forskellige bogstaver indikerer en statistisk signifikant forskel ($p < 0,05$) mellem mænd og kvinder inden for hver aldersgruppe. Derimod angiver identiske bogstaver, at kønnene ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. a angiver den højeste værdi.



DTU Fødevareinstituttet
DTU National Food Institute

Henrik Dams Allé
2800 Kgs Lyngby

+45 35 88 70 00

food.dtu.dk