

# Kantinemåltider

Ernæringsmæssig kvalitet



# Kantinemåltider

- Ernæringsmæssig kvalitet

Anne Dahl Lassen  
Fødevareinstituttet DTU

Kirsten Skovmand Hansen  
Fødevareregion Nord

Ellen Trolle  
Fødevareinstituttet DTU



**Fødevareinstituttet DTU**  
Afdeling for Ernæring

## **Kantinemåltider - Ernæringsmæssig kvalitet**

1. udgave, oktober 2007

Copyright: Fødevareinstituttet DTU

ISBN: 978-87-92158-09-3

Billeder af kantinefrokoster: Fødevareregion Nord

Rapporten findes elektronisk på adressen:

[www.food.dtu.dk](http://www.food.dtu.dk)

Fødevareinstituttet

Danmarks Tekniske Universitet

Mørkhøj Bygade 19

DK-2860 Søborg

Tlf. +45 72 34 70 00

Fax +45 72 34 70 01

# Forord

En stor del af den danske befolkning spiser dagligt deres frokostmåltid i en af landets arbejdspladskantiner. Hvad der rent faktisk serveres i kantinerne, har vi kun ringe viden om. I første del af projekt Kantinemåltider blev udbud og sortiment beskrevet for i alt 20 tilfældigt valgte danske virksomhedskantiner (Hansen og Lassen, 2004). I denne anden del af projektet analyseres den ernæringsmæssige værdi af maden fra 15 virksomhedskantiner ved udtagning af prøver, der er magen til udvalgte kunders frokoster (dobbeltportioner) samt ved udtagning af prøver af udvalgte menudele (enkeltkomponenter) fra kantinernes udbud.

Afdeling for Ernæring i Fødevareinstituttet, DTU, ved cand. brom. Anne Dahl Lassen har haft den overordnede ledelse af projektet. På Fødevareregion Nord har cand. pharm. Kirsten S. Hansen været projektleder. Der er endvidere udført arbejde af laboranterne Alice Andersen, Mette Bisgaard, Janni V. S. Clausen, Sanne Frederiksen, Eva Groth, AnneLise Kallin Jensen, Lis Kristensen, Anne Krustrup, Anette Rasmussen, Grete Timmann, samt af cand. scient. Bolette Okholm og Aase Mikkelsen, samt ingeniør Susanne Rasmussen Molboe og ph.d. Laust Østergaard. Tak til Anja Bilstoft-Jensen fra Fødevareinstituttet for diskussion af resultaterne, gennemlæsning og kommentarer til rapporten. Tak også til projektgruppen, der yderligere har inkluderet Anne Vibeke Thorsen, Gudrun Hilbert og Pia Knuthsen fra Fødevareinstituttet samt Marianne Myrup og Susanne Walter Johannessen fra Fødevarestyrelsen.

Fødevareinstituttet, DTU, Afdeling for Ernæring, oktober 2007

Inge Tetens  
Forskningschef, Afdeling for Ernæring

# Indhold

1 Projektets formål.....	6
2 Beskrivelse af projektet.....	6
3 Prøvemateriale .....	9
4 Undersøgte stoffer samt analyse- og beregningsmetoder .....	9
5 Kvalitetssikring .....	10
6 Resultater.....	10
7 Diskussion og konklusion.....	23
 Referencer .....	 27
 Bilag 1 Prøveudtagningsplan .....	  29
 Bilag 2 Spørgsmål til kunder .....	  35
 Bilag 3 Billeder af portioner .....	  37
 Bilag 4 Analysemetoder .....	  38
 Bilag 5 Kvalitetssikring .....	  40
 Bilag 6 Næringsstofindhold i kantinemåltider .....	  42
 Bilag 7 Mineralindhold i kantinemåltider .....	  70
 Bilag 8 Fedtsyreindhold i kantinemåltider.....	  83
 Bilag 9 Gennemsnit og percentiler for næringsstof- og mineralindhold i kantinemåltider.....	  88
 Bilag 10 Frukt og grønt i kantinemåltider. Gennemsnit og percentiler .....	  99
 Bilag 11 Næringsstofindhold og natrium i enkeltkomponenter .....	  101
 Bilag 12 Forslag til yderligere analyse af talmaterialet .....	  128

# Resume

Når man gerne vil spise sundt, er det især hverdagsmaden, der tæller. De daglige måltider, herunder kantinemaden, bør være gode oplevelser med sund og lækker mad. Denne undersøgelse sætter fokus på kantine madens ernæringsmæssige sammensætning. I alt 180 kunders frokostindtag fra 15 tilfældigt valgte kantiner er blevet analyseret. Dertil kommer 289 forskellige dele af kantinerens udbud, fortrinsvis smørrebrød/sandwich og varme retter.

Overordnet viser undersøgelsen, at danske kantiner har et varieret udbud, og at det i de fleste tilfælde er muligt at sammensætte et sundt måltid. Målet bør imidlertid være, at det sunde valg er det naturlige valg, forstået på den måde, at det ikke blot er *muligt* at sammensætte et sundt måltid, men at hele udbudet som udgangspunkt er sundt og velmagende. Til dette mål er nået, er der stadig et stykke vej. Fokus bør være på at mindske energitætheden af måltiderne, motivere kunderne til at spise mere frugt, grønt og fisk samt mindske indholdet af især mættet fedt uden at gå på kompromis med udseende og smag. Rapporten peger på følgende problemstillinger:

- Kantine maden indeholder i mange tilfælde store mængder fedt. Undersøgelsen viser, at to tredjedele af kantine kunderne får et frokostmåltid med mere end 30 E% fra fedt. For mændenes vedkommende er den gennemsnitlige fedt E% 37. Der bør generelt sættes fokus på at mindske mængden af mættet fedt til fordel for det umættede.
- Kantinerne bør arbejde på at øge mængden af frugt og grønt i alle de forskellige dele af udbudet. Samtidig viser undersøgelsen, at serveringssystemet, herunder prisstrukturen, kan være med til at understøtte et højere forbrug af frugt og grønt. Buffetservering blev vist at give et højere *gennemsnitligt* indtag af frugt og grønt, idet kunderne – både mænd og kvinder – i højere grad tilskyndes til at kombinere forskellige tilbud inklusiv salat, snackgrønt, frugt mm. Det er dog vigtigt at pointere, at en buffetordning ikke nødvendigvis sikrer et højt frugt og grønt indtag hos kunderne, ligesom kantiner med diskservering også har mulighed for at sammensætte deres udbud og prisstruktur, så kunderne tilskyndes til at spise frugt og grønt.
- På smørrebrødssiden er der behov for at sætte fokus på fornyelse. Mens smørrebrød bidrager med gode kostfibre fra rugbrødet, bidrager det samtidig med meget fedt og kun lidt grønt. Sandwich indeholder typisk relativt mindre fedt, men indholdet af energi i sandwich kan alligevel være forholdsmæssigt højt, gennemsnitlig svarende til lidt under 3½ stk. smørrebrød.
- Med hensyn til de varme retter ses store variationer i fedtindhold, hvor nogle indeholder meget fedt og andre mindre. Der er i mange tilfælde tale om 'skjult' fedt, dvs. at det er kantinepersonalet, der for en stor del bestemmer på kundernes vegne.
- Saltindholdet er generelt højt; i gennemsnit 3,4 g per måltid (eksklusiv det salt som kunderne selv drysser på ved bordene). Dette skal ses i relation til, at der i De Nordiske Næringsstof anbefalinger anbefales en reduktion til 6 g salt for voksne kvinder og til 7 g salt for voksne mænd per dag.
- Kantinerne bør generelt være opmærksomme på både energitæthed og de serverede portionsstørrelser, som er to faktorer, der er fundet at være tæt associeret med det samlede energiindtag.

# 1 Projektets formål

Formålet med projektet er at give et bredt billede af den ernæringsmæssige kvalitet af kantine-mad, herunder den individuelle variation af kundernes måltider. Oplysningerne skal give viden om praktiske handleanvisninger, der kan være med til at forbedre kantinemåltiderne ernæringsmæssigt og være med til at tilvejebringe den fornødne baggrundsviden til formulering af kantinemålsætninger og materiale målrettet arbejdspladskantiner og cateringoperatører.

Undersøgelsen er begrænset til frokostmåltiderne på arbejdspladskantiner (raske unge og voksne) og til. Prøverne er udtaget i 2004 (januar-april og august-november). Denne rapport giver et overblik over det meget omfattende analysemateriale. I alt 180 dobbeltportioner er analyseret og 289 enkeltkomponenter. Rapporten skal ses som et teknisk værktøj i den videre formidling, og er således rettet mod interesseorganisationer, formidlere af sund mad, myndigheder med flere. Materialet giver mulighed for at gå yderligere i dybden på flere områder, som angivet i bilag 12.

## 2 Beskrivelse af projektet

### 2.1 Undersøgellesdesign

I alt 15 tilfældigt valgte kantiner fra Århus og omegn har indgået i undersøgelsen (betegnet 'Århus kantiner'). Vedrørende udvælgelse af kantinerne henvises til afsn. 2.2. Prøveudtagningen fandt sted fordelt på året med 7 kantiner i januar - april og 8 kantiner i august - november 2004. Fra hver af kantinerne er der udtaget prøver på 2 forskellige ugedage, således at ugedagene (mandag til torsdag) samlet set er jævnt repræsenterede. Kantinens kunder blev orienteret ved et opslag i kantinen i ugen op til prøveudtagningen. Alle prøver er indsamlet af uddannet personale.

På hver prøveudtagningsdag er der indsamlet dobbeltportioner fra 6 tilfældigt valgte kantinekunder (dog under hensyntagen til en rimelig kønsfordeling), dvs. 12 dobbeltportioner per kantine svarende til i alt 180 dobbeltportioner for de 15 kantiner. Ved dobbeltportioner menes, at der udtages prøver, som er magen til dem, som de udvalgte kunder tager. Kunderne blev efter endt spisning bedt om at returnere eventuelle levninger. Der blev desuden udtaget 289 prøver af udvalgte menudele f.eks. smørrebrød, den varme ret o.l., her kaldt enkeltkomponenter. Såvel kantineudbud, enkeltkomponenter, kundernes tallerkener som dobbeltportioner er fotograferet. Endelig blev kantinerne bedt om så vidt muligt at oplyse opskrifter og produktkarakteristika for sammensatte produkter samt at samle fakturaer for ca. 3 måneder eller alternativt at levere en samlet opgørelse over, hvor mange kroner der blev brugt til frugt/grønt, kød/fisk og kolonial pr. måned.

I denne rapport indgår også enkeltkomponenter (smørrebrød, sandwich, varm ret, kage m.m.) fra 6 kantiner, som deltog i projekt 'Mad på Arbejde', der er et fællesprojekt udarbejdet af 3F,

Fødevarestyrelsen og Danmarks Fødevareresforskning<sup>1</sup> (Lassen, 2005)<sup>2</sup>. Proceduren for prøveudtagningen var identisk i begge projekter. En af kantinerne indgik ved et tilfælde i begge projekter. Hovedtrækkene i prøveudtagningen er beskrevet i afsnit 2.3-2.4, mens bilag 1 giver en mere detaljeret vejledning til prøveudtagning og prøveforberedelse.

## 2.2 Udvalgelse af kantiner

I alt er 15 kantiner udvalgt på baggrund af projektet 'Kantine Måltider – Undersøgelse af udbud og sortiment i 20 danske arbejdspladskantiner'. Udvælgelsen af de 20 kantiner er beskrevet grundigt i en tidligere rapport (Hansen og Lassen, 2004). Kort beskrevet var første trin at lave et udtræk af relevante kantiner fra Scanjour (virksomhedsgrupper stammende fra Det Centrale Virksomhedsregister). Herefter blev kantinerne i Århus og omegn, afgrænset af Skanderborg, Silkeborg, Randers og Grenå inddelt i 3 grupper, hhv. storby, provinsby og landområde, og der blev udvalgt tilfældige numre indenfor hver gruppe. Kantinerne blev kontaktet i den rækkefølge, de blev udtrukket. Ved første kontakt til kantinerne blev der indsamlet oplysninger om antal frokostmåltider, virksomhedstype m.h.t. fysisk arbejde, kønsfordeling, serveringsform og udlicitering. Ved valg af de endelige kantiner blev det tilstræbt at opnå omtrentlig nedenstående fordeling/kriterier med henblik på at ligne landsgennemsnittet<sup>3</sup> så meget som muligt:

<i>Antal frokostmåltider</i>	ca. halvdelen < 100 frokostmåltider ca. halvdelen > 100 frokostmåltider
<i>Virksomhedstype</i>	ca. 25 % overvejende fysisk krævende arbejde ca. 75 % blandet eller overvejende stillesiddende ikke fysisk krævende arbejde
<i>Kønsfordeling</i>	Blandede såvel som køns specifikke virksomhedstyper
<i>Serveringsform</i>	min. 50 % buffet
<i>Udlicitering</i>	ca. 20 % udliciteret

Ud af de 20 kantiner der deltog i projektet 'Kantine Måltider – Undersøgelse af udbud og sortiment i 20 danske arbejdspladskantiner', afslog 5 kantiner at deltage i nærværende projekt med følgende begrundelser: 1) køkkenlederen synes, at de er underbemandet og har for travlt, 2) køkkenlederen mener ikke, at kunderne i kantinen vil deltage, 3) køkkenlederens chef mener, at det er et forkert signal at sende, at køkkenpersonalet har tid til at deltage i projektet, 4) medarbejdernes frokostpause må ikke bruges til dette formål og 5) man ønsker ikke, at det bliver observeret, hvad personalet spiser. Yderligere blev én kantine udelukket og én ny valgt for at overholde de oprindeligt opstillede kriterier for sammensætning af kantinerne.

---

<sup>1</sup> Danmarks Fødevareresforskning er nu en del af Danmarks Tekniske Universitet (DTU): Fødevarerinstitutionen, Veterinærinstitutionen og Dianova

<sup>2</sup> 4 af kantinerne er beliggende på Sjælland og 2 i Jylland (4 i produktionsvirksomheder, 1 renovationsvirksomhed og 1 zoologisk have). Kantinerne blev i alt besøgt 3\*2 dage (4 kantiner) og 4\*2 dage (2 kantiner) hver gang med et halvt års mellemrum (forår/efterår) i perioden fra foråret 2004 til efteråret 2005. De 6 kantiner er fordelt på 4 interventionskantiner, hvor der blev givet hjælp til forbedringer mellem 1. og 2. prøveudtagning, samt 2 kontrolkantiner, som først blev tilbudt hjælp mellem 2. og 3. prøveudtagning..

<sup>3</sup> Landsfordelingen er skønnet på baggrund af en spørgeskemaundersøgelse gennemført i efteråret 2003 i forbindelse med projektet *Catering i Øresundsregionen - en analyse af behovet for sundhed, kvalitet og nemhed ved udespisning i Øresundsregionen indenfor cateringsektoren* (Mikkelsen et al, 2004).



Af tabel 1 fremgår det, at de 15 kantiner i store træk opfylder de opstillede kriterier med hensyn til frokostmåltider, virksomhedstype i forhold til fysisk aktivitet, kønsfordeling, serveringsform og udlicitering.

Tabel 1. Fordeling af 15 kantiner med hensyn til antal frokostmåltider, virksomhedstype i forhold til fysisk aktivitet, kønsfordeling, serveringsform og udlicitering.

	<i>Storby</i>	<i>Provinsby</i>	<i>Landområde</i>	<i>I alt</i>
<i>Udlicitering</i>				
Ikke udliciteret	7	2	3	12 (75 %)
Udliciteret	0	1	2	3 (25 %)
<i>Andel af mænd</i>				
0 – 25 %	1	0	1	2 (13 %)
25 – 75 %	5	2	2	9 (60 %)
75 – 100 %	1	1	2	4 (27 %)
<i>Hovedsageligt stillesiddende arbejde</i>				
0 – 25 %	1	0	2	3 (20 %)
25 – 75 %	0	2	0	2 (13 %)
75 – 100 %	6	1	3	10 (67 %)
<i>Antal måltider</i>				
< 100	3	2	4	9 (60 %)
> 100	4	1	1	6 (40 %)
<i>Servering</i>				
Buffet	3	2	3	8 (53 %)
Disk*	4	1	2	7 (47 %)

\* I 3 kantiner var der salatbar. I 1 kantine under 'disk' var der også mulighed for at betale en samlet buffetpris.

## 2.3 Udtagning af dobbeltportioner fra kantinekunder

Dobbeltportionerne blev indsamlet på tredelte-tallerkener af hensyn til den senere vejning af portionernes sammensætning. I forbindelse med prøveudtagningen blev kunderne bedt om at udfylde et spørgeskema (vedlagt i bilag 2) blandt andet vedrørende tilfredshed med kantinemaden, indstilling til sund kost, uddannelse/beskæftigelse, vægt og højde.

De enkelte dele af dobbeltportionerne blev registreret og vejnet, f.eks. pålæg, smør og brød hver for sig. Dog er grøntsager herunder salater vejnet samlet, ligesom frugter blev vejnet samlet. Eventuelle levninger på kundernes tallerkener blev fratrukket dobbeltportionerne inden registrering og vejning. Frisk frugt og grøntsagssnack indgik i prøverne, hvis det blev spist i forbindelse med frokostmåltidet. Drikkevarer blev registreret, men indgik ikke i dobbeltportionerne. Dobbeltportionerne udgjorde hver 1 prøve. I bilag 3 er vist et eksempel på en kundes tallerken og dobbeltportionen.

## 2.4 Udtagning af enkeltkomponenter (udvalgte menudele)

På hver prøveudtagningsdag blev der udtaget 1-2 forskellige slags smurt smørrebrød/sandwich eller ved buffet 1-2 forskellige typer pålæg samt tilhørende tilbehør og brød. Derudover blev der udtaget enkeltdele fra den varme ret, dog ikke ren ris, pasta, kartofler osv. Der blev i visse tilfælde også udtaget blandet salat samt i enkelte tilfælde kage.

Udvælgelsen af smørrebrød, pålægstyper fra buffet og sandwich skete ud fra en prioriteret liste, som blev udformet på baggrund af en undersøgelse gennemført i 2003 af udbud og sortiment i 20 virksomhedskantiner (Hansen og Lassen, 2004). Ifølge undersøgelsen er de mest almindelige typer pålæg til smørrebrød og sandwich: flæskesteg, roastbeef, rullepølse, skinke og æg, samt leverpostej og spegepølse kun til smørrebrød og kalkun med bacon kun til sandwich.

## 3 Prøvemateriale

I alt er der indsamlet 180 dobbeltportioner og 109 enkeltkomponenter i dette projekt ('Århus-kantiner'), hertil kommer 180 enkeltkomponenter fra projekt 'Mad på Arbejde' ('3F-kantiner'). Enkeltkomponenterne fordeler sig således for 'Århus-kantinerne'/'3F-kantinerne': 51/83 enkeltkomponenter i varme retter, 4/2 kolde retter, 0/1 dessert, 3/5 kage, 21/43 smurt smørrebrød, 17/20 smørrebrød fra buffet og 13/26 sandwich.

Prøveforberedelse er beskrevet i prøveudtagningsplanen (bilag 1). Efter homogenisering er prøverne opbevaret på frost (-18 °C) til senere analyse. Prøvemateriale fra kantiner i foråret blev frysetørret inden analyse, mens prøvemateriale fra kantinerne i efteråret ikke blev frysetørret inden analyse.

## 4 Undersøgte stoffer samt analyse- og beregningsmetoder

Prøverne er analyseret for:

*Dobbeltportioner* Protein (nitrogen), fedt/fedtsyrer, tørstof, aske, chlorid, natrium, kalium, calcium, magnesium, jern, kobber, zink, mangan, phosphor.

*Enkeltkomponenter* Protein (nitrogen), fedt, tørstof, aske, chlorid, natrium.

Alle analyser er udført som enkeltbestemmelser i serier med sædvanlig kvalitetssikring, jf. kap. 5.

Analyse af protein, fedt og aske er gennemført i overensstemmelse med forskrifter fra Nordisk Metodik Komite for Levnedsmiddelanalyser. Tørstof-indhold blev bestemt ved tørring i en vakuumovn ved 70°C til konstant vægt. Kulhydrat og energiindhold blev beregnet ud fra indhold

af tørstof, protein, fedt og aske (Saxholt, 1996). De anvendte analysemetoder er beskrevet nærmere i bilag 4.

Frugt- og grøntsagsindholdet i de enkelte dobbeltportioner blev beregnet ud fra registreringer og vejninger af enkeltdelene i portionerne. For sammensatte produkter blev så vidt muligt indhentet opskrifter. Ud fra disse opskrifter og billedokumentation blev frugt og grøntmængden i hvert enkelt tilfælde beregnet.

Vedrørende de statistiske analyser henvises til en videnskabelig artikel skrevet på baggrund af nærværende resultater (Lassen et al, 2007).

## 5 Kvalitetssikring

Kvalitetssikringen af analysearbejdet har omfattet løbende analyse af referenceprøver, genfindelsesforsøg samt gentagelser (dobbelbestemmelser).

I bilag 5 er kvalitetssikring og metodeparametre kort beskrevet. Den udførte kvalitetssikring er nærmere beskrevet i kvalitetssikringsrapporterne (Fødevareregion Århus, 2004 og Fødevareregion Nord, 2006). Den gennemførte kvalitetssikring viser, at analysearbejdet er forløbet tilfredsstillende.

## 6 Resultater

### 6.1 Beskrivelse af kantiner og kundegrupper

De udvalgte arbejdspladskantiner varierer indenfor serveringsformer (disk kontra buffet), udlicitering, antal frokostmåltider, den procentvise andel af mænd/kvinder og graden af stille-siddende arbejde. Yderligere indgår både private og offentlige virksomheder samt forskellige typer af erhverv (f.eks. advokat, bank, konsulent, lager, produktion). I tabel 2 er kantiner og kundegrupper beskrevet for de 15 arbejdspladskantiner.

I tabel 3 er forskellige baggrundsvARIABLE samt tilfredshed med kantinemaden samlet for de mænd og kvinder, der indgik i undersøgelsen, og har spist i kantiner med henholdsvis buffet og hovedsagelig diskservering. Den gennemsnitlige tilfredshed med kantinemaden er 4,2 vurderet ud fra en skala fra 1 til 5, hvor 5 er meget tilfreds. Tilfredsheden er stort set den samme for brugere af kantiner med henholdsvis buffet og diskservering og for henholdsvis mænd og kvinder. Kvinderne er derimod generelt mere sundhedsbevidste end mændene, idet i alt 80 % af de adspurgte kvinder mod kun 48 % af mændene svarede bekræftende på, at de bestræber sig på dagligt at spise sundt. Mændene i undersøgelsen har desuden et gennemsnitlig lidt højere BMI end kvinderne. Der er ikke fundet forskel imellem dem, der spiser i kantiner med buffet eller diskservering for hverken alder, beskæftigelse, sundhedsbevidsthed eller tilfredshed med kantinemaden.

Tabel 2. Beskrivelse af 15 arbejdspladskantiner i Århus-området.

nr.	Arbejdsområde	Serve- rings- form	Antal frokost måltider	Procentisk andel af mænd	Stille- siddende arbejde	Udliciteret	Personale fuldtid	Personalets uddannelse
<i>Århus</i>								
1	Advokatkontor	Buffet	80	25-50 %	75-100 %	nej	1,75	1 Smørrebrødsjomfrue 1 Anden faglært
4	Speditionsfirma	Buffet	60	50-75 %	75-100 %	nej	1½	1 Smørreb. Jomfru 1 Køkkenassistent
8	Kontor	Disk+ salatbar	350	50-75 %	75-100 %	nej	9	2 Kokke 5 Ikke faglærte
14	Administration, privat virksomhed	Buffet	120	25-50 %	75-100 %	nej	1,5	1 Kok 1 Anden faglært
16	Journalister + kontor	Disk	60	50-75 %	75-100 %	nej	1,75	1 kantineleder 1 anden faglært
17	Lager + kontor, privat virksomhed	Disk + salatbar	180	75-100 %	0-25 %	nej	1*	1 Køkkenassistent
22	Bank	Disk	120	25-50 %	75-100 %	nej	4	1 kantineleder 1 kok 1 anden faglært 1 ikke faglært
<i>Landområde</i>								
101	Produktions- virksomhed	Buffet	95	50-75 %	75-100 %	ja	2	1 Kantineleder 1 Køkkenassistent
102	Offentlig virksomhed	Buffet	45	0-25 %	75-100 %	nej	1,5	2 Anden faglært
103	Transport- firma	Disk	50	75-100 %	0-25 %	ja		
106	Produktions- virksomhed	Buffet + morgenmad	130	50-75 %	75-100 %	nej	4,5	1 Anden faglært 1 Økonoma 1 Cateringelev 1½ ikke faglært
110	Produktions- virksomhed	Disk + (buffet)	36	75-100 %	0-25 %	nej	1	1 Ikke faglært
<i>Provinsby</i>								
203	Rådhus	Disk+ salatbar	200	50%	75-100 %	nej	5	2 Økonomaer 1 smørrebr. jomfru 4 anden/ikke faglærte
206	Produktions- virksomhed	Buffet	55	50-75 %	25-50%	nej	2	1 kantineleder 1 ikke faglært
209	Grossist	Buffet + morgenmad	55	75-100 %	50-75 %	ja	1	

\* Et køkken med 9 ansatte producerer mad til virksomhedens 2 kantiner (180 og 650 medarbejdere) i kantine 17 er der ansat 1 person til servering.

Tabel 3. Udvalgte baggrundsvARIABLE i henhold til køn og type af serveringssystem, hhv. buffet og hovedsagelig diskservering. n= antal medarbejdere, hvis frokost er blevet analyseret, SD= standardafvigelsen, som er et mål for spredningen omkring middel-værdien.

	Mænd		Kvinder		Alle (n=180)
	Buffet* (n=56)	Disk † (n=53)	Buffet * (n=40)	Disk † (n=31)	
Alder (år) [Middel ± SD]	39 ± 9	40 ± 10	40 ± 8	40 ± 12	40 ± 9
Funktionærer (%)	61	51	65	81	62
Body mass index [Middel ± SD]	25 ± 3	25 ± 4	23 ± 4	24 ± 4	25 ± 4
Bestræber du dig dagligt på at spise sundt? (% meget ofte/altid eller ofte)	52	43	78	84	61
Tilfredshed med kantinemaden ‡ [Middel ± SD]	4.4 ± 0.8	4.1 ± 0.9	4.3 ± 0.7	4.1 ± 0.9	4.2 ± 0.8

\* Kunderne kan vælge mellem en række tilbud til en samlet fast pris; † Salg af enkeltdele;

‡ Vurderet ud fra en 5-point skala fra 1 = "meget utilfreds" til 5 = "meget tilfreds"

## 6.2 Den ernæringsmæssige kvalitet af kantinemaden – vurderet ud fra dobbeltportioner fra kantinekunder

Analyseresultater for energigivende næringsstoffer, fedtsyrefordeling, salt og mineraler, samt portionsstørrelser i 180 dobbeltportioner er vist i bilagene 6 og 7. I bilag 6.1 og 7.1 er næringsstofferne beregnet pr. 100 g og i bilag 6.2 og 7.2 er de beregnet pr. portion. I bilag 8 er vist fedtsyremønster i g/100 g for samtlige portioner. For energigivende næringsstoffer, salt og mineraler er der i bilag 9.1 og 9.2 vist middelværdi ± SD, median samt 25 %, 75 % og 95 % percentiler beregnet for dels alle måltider, dels for mænd og kvinder hver for sig. Tilsvarende beregninger men pr. kantine ses i bilag 9.3 og 9.4.

Tabel 4 viser en oversigt over indholdet af de enkelte næringsstoffer for frokostmåltidet udtrykt ved hhv. median og middel ± SD for alle og opdelt for mænd og kvinder. Det gennemsnitlige energiindhold pr. måltid for alle kunder er på ca. 2390 kJ (ekskl. drikkevarer). I gennemsnit er energiindholdet i mændenes portioner ca. 30 % større end energiindholdet i kvindernes portioner hhv. ca. 2660 kJ og 1980 kJ. Denne forskel skyldes dels, at mændenes måltid i gennemsnit er ca. 20 % større end kvindernes (hhv. ca. 390 og 320 g), dels at energitætheden<sup>4</sup> i mændenes portioner er ca. 10 % større end i kvindernes (hhv. ca. 720 og 640 kJ pr 100 g). Som det fremgår af tabel 4 er variationerne for både energiindhold og portionsstørrelser meget store mellem de enkelte kunder. Også mellem de forskellige kantiner er forskellene store; idet kunderne fra én af kantinerne i gennemsnit får ca. 1700 kJ (5 mænd og 7 kvinder) til frokostmåltidet, mens kunderne i en anden kantine i gennemsnit får ca. 3400 kJ (7 mænd og 5 kvinder) (bilag 9.1). Denne forskel skyldes fortrinsvis en stor forskel i energitæthed (491 vs. 827 kJ per 100 g i gennemsnit) og i mindre grad også forskelle i de gennemsnitlige portionsstørrelser (351 vs. 421 g pr portion).

<sup>4</sup> Energitætheden er et mål for energi i forhold til vægt. Fedtrige og vandfattede produkter har en meget høj energitæthed. I den anden ende af spektret er de fedtfattige vandholdige fødevarer (mange frugter og grøntsager).

Tabel 4. Frokostindtag for mænd og kvinder der spiser på arbejdspladskantiner, n= antal medarbejdere, hvis frokost er analyseret.

	<i>Mænd (n=109)</i>		<i>Kvinder (n=71)</i>		<i>Alle (n=180)</i>	
	Median	Middel ± SD	Median	Middel ± SD	Median	Middel ± SD
Energi (kJ/måltid)	2590	2661 ± 1073	1980	1979 ± 693	2185	2392 ± 997
Portionsstr. (g/måltid)	387	387 ± 136	297	318 ± 92	343	360 ± 125
Energitæthed (kJ/100g)	670	719 ± 249	610	640 ± 184	640	688 ± 228
Kulhydrat (E%)	43	44 ± 13	45	47 ± 12	43	45 ± 13
Protein (E%)	19	20 ± 7,1	19	20 ± 7,6	19	20 ± 7,2
Fedt (E%)	40	37 ± 12	34	33 ± 12	37	35 ± 12
Fedt (g/måltid)	25	27 ± 16	16	18 ± 11	20	23 ± 15
Mættede fedtsyrer*						
- (E%)	11	11 ± 5,1	8,2	8,9 ± 4,5	9,3	10 ± 4,9
- (g/måltid)	7,1	8,0 ± 5,2	3,9	5,0 ± 4,0	5,8	6,8 ± 4,9
Trans fedtsyrer						
- (E%)	0,00	0,21 ± 0,28	0,09	0,21 ± 0,27	0,04	0,21 ± 0,28
- (g/måltid)	0,00	0,13 ± 0,18	0,05	0,12 ± 0,17	0,02	0,13 ± 0,18
Monoumættede fedtsyrer*						
- (E%)	14	14 ± 5,5	13	12 ± 5,4	13	13 ± 5,5
- (g/måltid)	8,8	10 ± 6,8	6,4	6,7 ± 3,8	7,4	8,9 ± 6,1
Polyumættede fedtsyrer*						
- (E%)	5,8	6,9 ± 3,5	6,4	7,2 ± 3,5	6,2	7,0 ± 3,5
- (g/måltid)	4,5	5,0 ± 3,4	3,4	3,8 ± 2,4	3,7	4,5 ± 3,1
Salt† (g/måltid)	3,4	3,8 ± 1,8	2,7	2,8 ± 1,2	3,1	3,4 ± 1,6
Salt† (g/10 MJ)	14	15 ± 5,1	13	14 ± 6,2	14	14 ± 5,6
Na (g/måltid)	1,3	1,4 ± 0,7	1,0	1,0 ± 0,5	1,1	1,3 ± 0,6
Na (g/10 MJ)	5,2	5,6 ± 2,1	4,8	5,3 ± 2,4	5,1	5,5 ± 2,2
K (mg/måltid)	785	874 ± 381	689	726 ± 251	746	815 ± 343
Ca (mg/måltid)	104	124 ± 81	93	105 ± 61	97	116 ± 74
Mg (mg/måltid)	73	77 ± 27	61	64 ± 19	67	72 ± 25
P (mg/måltid)	389	394 ± 129	317	308 ± 92	344	360 ± 123
Fe (mg/måltid)	2,5	2,9 ± 1,7	2,1	2,3 ± 1,1	2,3	2,6 ± 1,5
Cu (mg/måltid)	0,31	0,33 ± 0,15	0,24	0,27 ± 0,16	0,28	0,31 ± 0,16
Zn (mg/måltid)	3,0	3,2 ± 1,6	2,1	2,3 ± 1,3	2,5	2,9 ± 1,5
Mn (mg/måltid)	0,84	0,96 ± 0,56	0,80	0,89 ± 0,66	0,82	0,93 ± 0,60
Grønt‡ og frugt (g/måltid)	76	105 ± 93	140	143 ± 91	104	120 ± 94
- Grønt‡ (g/måltid)	70	89 ± 73	108	119 ± 75	96	101 ± 75
- Frugt (g/måltid)	0	16 ± 35	0	24 ± 40	0	19 ± 37
Grønt‡ og frugt‡ (g/10MJ)	329	478 ± 499	742	797 ± 540	466	604 ± 537
- Grønt‡ (g/10 MJ)	285	411 ± 425	609	672 ± 477	384	514 ± 463
- Frugt (g/10 MJ)	0	67 ± 150	0	125 ± 216	0	90 ± 180

\*Andre fedtsyrer indgår med 1/3 i hver af grupperne mættede, monoumættede og polyumættede fedtsyrer

† Salt er beregnet ud fra chlorid ‡ Grønt = grøntsager - Eksklusiv kartofler

De Nordiske Næringsstofanbefalinger (NNR) er vist i tabel 5. NNR anbefaler en energifordeling på 10-20 E% protein, 50-60 E% kulhydrat og 25-35 E% fedt, med en målsætning på befolkningsniveau på hhv. 15 E%, 55 E% og 30 E%. Beregnet for alle frokostmåltider er den gennemsnitlige energifordeling ca. 20 E% protein, 45 E% kulhydrat og 35 E% fedt. Fordelt på mænd og kvinder viser det sig, at kvindernes måltider er nærmere NNR's anbefaling på befolkningsniveau med hensyn til energifordeling af kulhydrat og fedt (hhv. ca. 47 E% og 33 E%) end mændenes (hhv. ca. 44 E% og 37 E%), mens der ikke er forskel på protein E% (ca. 20 E%).

I alt indeholdt to tredjedele af alle de måltider, der blev analyseret i denne undersøgelse, en fedtenergiprocent på over 30. I forhold til fedtsyresammensætningen opfylder kvindernes måltider i gennemsnit NNA's anbefalinger for mættede fedtsyrer inkl. transfedtsyrer, enkeltumættede og flerumættede fedtsyrer (hhv. ca. 9-12-7 E%), mens mændene i gennemsnit får for meget af de mættede fedtsyrer (hhv. ca. 11-14-7 E%).

Tabel 5. Nordiske Næringsstofanbefalinger (NNR, 2004) til kosten som helhed.

	<i>Anbefalet indhold i kosten</i>	
Protein	10-20 E%, målsætning er 15 E%	
Kulhydrat	50-60 E%, målsætning er 55 E%	
Fedt	25-35 E%, målsætning er 30 E%	
Mættede fedtsyrer inkl. Transfedtsyrer	Max. 10 E%	
Enkeltumættede fedtsyrer	10-15 E%	
Flerumættede fedtsyrer	5-10 E%	
	<i>Mænd*</i>	<i>Kvinder*</i>
Referenceværdier for energiindtag		
NaCl (indtaget af Na som NaCl) gradvis reduktion til	11,8 MJ/dag	9,2 MJ/dag
	7 g/dag	6 g/dag
Natrium, gradvis reduktion til	2,8 g/dag	2,3 g/dag
Kalium	3,5 g/dag	3,1 g/dag
Calcium	800 mg/dag	800 mg/dag
Magnesium	350 mg/dag	280 mg/dag
Phosphor	600 mg/dag	600 mg/dag
Jern	9 mg/dag	15/9 mg/dag†
Kobber	0,9 mg/dag	0,9 mg/dag
Zink	9 mg/dag	7 mg/dag

\* Moderat aktivitetsniveau og alder 31-60 år †15 mg/dag til kvinder i den fertile alder og 9 mg/dag til øvrige

Saltindholdet<sup>5</sup>, beregnet ud fra chlorid, er i gennemsnit 3,4 g/måltid svarende til ca. 14 g salt/10 MJ. Dette skal ses i relation til den af NNR anbefalede reduktion til 6 g/dag for voksne kvinder og 7 g/dag for voksne mænd. Et højt saltindhold i maden ses især blandt de kunder, der kun

<sup>5</sup> Salt (natriumchlorid) i maden er for det meste tilsat salt. Det måles ikke direkte, da salt er opløst i sine komponenter, ionerne Na<sup>+</sup> og Cl<sup>-</sup>, som kan analyseres hver for sig. Her vil Cl<sup>-</sup> ofte give det bedste mål for mængden af tilsat salt, da Cl<sup>-</sup> for det meste kommer fra tilsat salt, mens Na<sup>+</sup> kan komme fra andre kilder, hvad enten de er tilsatte eller iboende. Epidemiologiske undersøgelser og dyreforsøg tyder på, at der kan være en sammenhæng mellem højt indtag af natrium og udviklingen af forhøjet blodtryk hos disponerede personer (Lyhne og Kirkegaard, 2006).

spiser varm mad til frokost (4,3 g i gennemsnit per måltid) og også blandt dem, der kun spiser smørrebrød/sandwich (3,1 g i gennemsnit per måltid). Måltider der kun indeholder salat og eventuelt brød ligger lavest i saltindhold (1,9 g i gennemsnit per måltid). Et højt indtag ses naturligvis også for natrium, hvis gennemsnit for alle portioner er på 1,3 g/måltid (5,5 g/10 MJ).

Med undtagelse af mangan er der ikke forskel i mineralindholdet i mænd og kvinders frokostmåltider, når forskelle i portionsstørrelser tages i betragtning. For mangan er det gennemsnitlige indhold kun ca. 8 % større i mændenes måltider (ca. 0,96 g/måltid) end i kvindernes (0,89 g/måltid), skønt portionerne var ca. 30 % større. Frokostmåltidernes indhold af calcium er i gennemsnit ca. 480 mg/10 MJ (ca. 120 mg/måltid). Dette er lavt i forhold til anbefalingerne fra NNR (jf. tabel 5) på 800 mg/dag. Drikkevarer indgik ikke i det analyserede måltid, drikkes der derfor mælk til måltidet eller på et andet tidspunkt af dagen, vil det opveje det lave calciumindhold i maden. Jernindtaget er i gennemsnit 32 % af det daglige anbefalede indtag for mændenes vedkommende, mens jernindtaget i gennemsnit kun er 15% af det daglige anbefalede indtag for fertile kvinders vedkommende.

Mængden af frugt og grønt er i gennemsnit 120 g/måltid, hvor kvinderne i gennemsnit fik 143 g og mændene 105 g pr. måltid, selv om mændene spiste lidt over 20 % større portioner end kvinderne. Pr. 10 MJ fik kvinderne således ca. 40 % mere frugt og grønt end mændene. Det gennemsnitlige indtag af frugt og grønt dækker over store variationer, idet nogle kunder spiser store mængder, f.eks. en stor skål salat, mens andre får ganske små mængder. Således er 25 og 75 % percentilerne hhv. 43 og 173 g, dvs. at en fjerdedel af kunderne får mindre end 43 g frugt og grønt til frokost. Indtaget af frugt og grøntsager er yderligere omtalt i afsnit 6.3. Antallet af kunder, der har spist fisk er blevet talt op. I denne undersøgelse indgik fisk i 48 ud af de 180 analyserede frokostmåltider.

### **6.3 Buffet kontra diskservering**

I danske arbejdspladskantiner benyttes hovedsagelig to forskellige selvbetjeningssystemer til frokost: Buffetservering, hvor medarbejderne kan vælge mellem en række forskellige tilbud til en fast pris og diskservering, hvor medarbejderne vælger og betaler for hver enkelt del separat. Tabel 6 viser det gennemsnitlige energiindtag, kostens energifordeling, portionsstørrelse, energitæthed og indhold af frugt og grønt i relation til køn og serveringssystem. Der blev ikke fundet nogen sammenhæng mellem hverken energiindtag eller kostens energifordeling og typen af serveringssystem. Blandt kvinderne var portionsstørrelsen derimod gennemsnitlig større ved buffetservering i forhold til diskservering. Samtidig var energitætheden lavere, således at det samlede energiindtag ikke var forskelligt mellem de to typer af serveringssystemer. For mændenes vedkommende var frokostens energitæthed også lavere blandt dem, der spiste i kantiner med buffetservering.

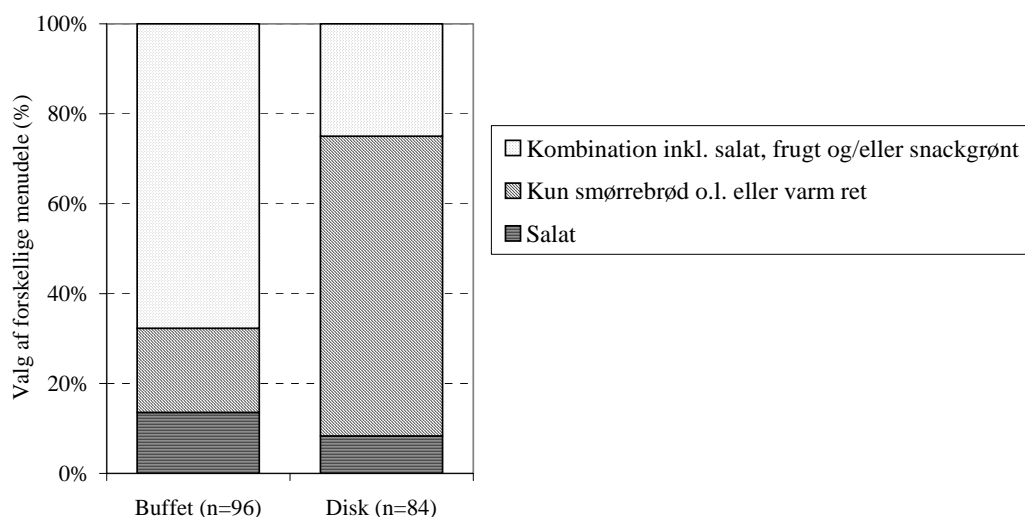
For begge køn betød det at spise i en kantine med buffetordning, at de i gennemsnit spiste mere frugt og grønt i forhold til de medarbejdere, der spiste i kantiner, der benytter diskservering. I gennemsnit spiste mændene og kvinderne henholdsvis 143 og 174 g frugt og grønt til frokost, når de havde adgang til en buffet, hvilket svarer til gennemsnitlig henholdsvis 78 og 71 g mere end de mænd og kvinder, der havde adgang til en kantine med diskservering. Som det fremgår af figur 1 skyldtes det sandsynligvis, at flere af de medarbejdere der spiste i en kantine med



buffetservering valgte at kombinere forskellige tilbud inklusiv salat, snackgrønt og frugt, fordi det indgår i buffetprisen i forhold til de medarbejdere, der spiste i kantine med diskservering. Faktisk ser kantinens serveringsform ud til at have større betydning for, hvor meget frugt og grønt der spises end kønnet og dermed indirekte den sundhedsbevidsthed, som kunderne har. Således spiste mændene med adgang til buffetordning i gennemsnit 143 g frugt og grønt, mens kvinderne med adgang til diskservering tilsvarende kun fik 103 g i gennemsnit.

Ved opdeling af resultaterne i relation til kundernes menuvalg ses, at de kunder der kun spiste varm mad (i alt 42 personer) i gennemsnit fik 52 g frugt og grønt, og de kunder der kun spiste smørrebrød og/eller sandwich fik 42 g i gennemsnit (32 personer). Dem der valgte at kombinere den varme mad eller smørrebrød/sandwich med de 'grønne' tilbud (salat, frugt og/eller snackgrønt) fik i gennemsnit 154 g frugt og grønt (86 personer). Højest lå de kunder, der kun spiser salat evt. med brød til (i gennemsnit 241 g for 20 personer).

I bilag 10 er vist middelværdi  $\pm$  SD, median, samt 25 %, 75 % og 95 % percentiler for frugt- og grøntindholdet beregnet for alle måltider, for mænd og for kvinder.



Figur 1. Medarbejdernes valg af forskellige menudele, hhv. kun salat, smørrebrød o.l. og varme retter eller kombinationer af forskellige muligheder inklusiv salat, snackgrønt og/eller frugt.

Tabel 6. Frokostindtag for mænd og kvinder der spiser på arbejdspladskantiner med henholdsvis buffet og hovedsagelig diskservering (middel±SD), n= antal medarbejdere, hvis frokost er blevet analyseret.

	Mænd		Kvinder	
	Buffet * (n=56)	Disk † (n=53)	Buffet * (n=40)	Disk † (n=31)
Energy (KJ/måltid)	2482 ± 837	2851 ± 1259	1909 ± 557	2065 ± 840
Portionsstørrelse (g/måltid)	388 ± 116	386 ± 155	345 ± 95	283 ± 77
Energitæthed (KJ/100 g)	654 ± 176	787 ± 295	568 ± 155	732 ± 179
Kulhydrat (E%)	43 ± 14	44 ± 11	47 ± 12	47 ± 12
Protein (E%)	21 ± 8	18 ± 5	20 ± 8	20 ± 7
Fedt (E%)	36 ± 12	38 ± 12	33 ± 12	33 ± 13
Fedt (g/meal)	25 ± 14	29 ± 17	17 ± 8	19 ± 13
Grønt og frugt (g/måltid) ‡	143 ± 101	65 ± 63	174 ± 98	103 ± 61
- Grønt ‡ (g/måltid)	118 ± 76	59 ± 56	143 ± 77	88 ± 58
- Frugt (g/måltid)	25 ± 41	7 ± 23	31 ± 45	15 ± 29
Grønt og frugt ‡ (g/10 MJ)	655 ± 552	291 ± 355	971 ± 577	572 ± 393
- Grønt ‡ (g/10 MJ)	553 ± 470	261 ± 312	812 ± 497	491 ± 387
- Frugt (g/10 MJ)	102 ± 170	30 ± 115	159 ± 234	81 ± 183

\* Kunderne kan vælge mellem en række tilbud til en samlet fast pris

† Salg af enkeltdele hovedsagelig

‡ Grønt = grøntsager - eksklusiv kartofler

## 6.4 Smørrebrød og sandwich

I alt er der analyseret 140 stykker smørrebrød og sandwich fordelt på typerne:

- Buffet smørrebrød : 17 fra Århus kantiner og 20 fra 3F-kantiner
- Smurt smørrebrød : 21 fra Århus kantiner og 43 fra 3F -kantiner
- Sandwich : 13 fra Århus kantiner og 26 fra 3F -kantiner

Med buffet smørrebrød menes, at smørrebrødet sammensættes af kunden selv ud fra forskellige muligheder på buffeten (brød, pålæg og pynt/tilbehør), mens det (færdig)smurte smørrebrød typisk ses ved diskservering.

Analyseresultater (g/100 g) for energigivende næringsstoffer, salt og natrium er vist i bilag 11.1, grupperet dels efter pålægstype dels i buffet smørrebrød, smurt smørrebrød og sandwich. For hver gruppe er beregnet middel  $\pm$  SD, median, samt 25 %, 75 % og 95 % percentiler for hver analyseparameter. I tabel 7 er vist energiindhold (kJ/stk.), energitæthed (kJ/100 g), energifordeling og det aktuelle fedtindhold i smørrebrød fra buffet, færdigsmurt smørrebrød dels hver for sig dels samlet, samt for sandwich. For hver parameter er vist median og middel  $\pm$  SD.

Generelt er energitætheden (kJ/100 g), som er et udtryk for mængden af energi per vægtenhed, størst i buffet smørrebrød i forhold til smurt smørrebrød (se tabel 7), mens energiindholdet per stk. generelt er lavere. Energifordelingen viser hovedsagelig kun mindre forskelle. Energitætheden i sandwich skifter imellem at være højest (flæskesteg, skinke og æg) eller lig den laveste af de tilsvarende smørrebrødstyper (roastbeef og rullepølse). Det samlede energiindhold i sandwich er i gennemsnit knap 2.1 MJ, svarende til lidt under 3½ stk. smørrebrød i gennemsnit.

Fedtenergiprocenten er høj i alle typer af smørrebrød med et typisk gennemsnit på 40 – 50 E%, mens 4 (roastbeef, rullepølse, skinke med ost og kalkun/bacon) ud af 6 sandwich har en gennemsnitlig fedtenergiprocent lig med eller under 30 E%. Den gennemsnitlige energifordeling i disse 5 sandwich er også i overensstemmelse med NNR's anbefalinger på 10-20 E% protein, 50-60 E% kulhydrat, 25-35 E% fedt for et gennemsnit af kosten (se tabel 5). For ingen typer smurt smørrebrød og for kun 1 type buffet smørrebrød (skinke) stemte energifordelingen overens med anbefalingerne for et gennemsnit af kosten.

Fedtindholdet varierer en del indenfor flere af de 2 smørrebrødstyper og sandwich. F.eks. for roastbeef varierer fedtindholdet i sandwich fra ca. 1 – 12 g fedt/100 g, i smurt smørrebrød fra ca. 3 – 19 g fedt/100 g og i buffet smørrebrød fra ca. 7 – 15 g fedt/100 g. I alt er kun 7 stykker smørrebrød ud af i alt 90 undersøgte (buffet såvel som færdigsmurt) fundet at have en fedtenergiprocent på under 30. Dette på trods af, at der i undersøgelsen også indgår smørrebrød, som ifølge kantineernes oplysninger er fremstillet med henblik på at minimere fedtindholdet, f.eks. uden eller med begrænset brug af smør og mayonnaise eller andre tiltag.

Generelt er der flere forskellige slags pynt på smurt smørrebrød og i sandwich i forhold til buffet smørrebrød, i den efterfølgende gennemgang af typisk pynt vil det derfor fortrinsvis være de første 2-3 slags pynt, der indgår i både buffet og smurt smørrebrød. Typisk er der et salatblad på rugbrødet ved smurt smørrebrød, dette ses ikke ved buffet smørrebrød.

Tabel 7. Næringsindhold i 7 pålægstyper brugt til buffet og smurt smørrebrød, samt 8 pålægstyper brugt til sandwich.

	Antal	Energi (kJ/stk)		Energi (kJ/100 g)		Kulhydrat (E%)		Protein (E%)		Fedt (E%)		Fedt (g/100g)	
		Median	Middel ± SD	Median	Middel ± SD	Median	Middel ± SD	Median	Middel ± SD	Median	Middel ± SD	Median	Middel ± SD
<i>Flæskesteg</i>													
Buffet smørrebrød	3	980	873 ± 248	1030	977 ± 129	25	30 ± 14	25	30 ± 10	40	40 ± 12	11	11 ± 4,3
Smurt smørrebrød	5	690	676 ± 88	880	878 ± 130	40	42 ± 5	18	17 ± 3	40	40 ± 5	8,2	9,4 ± 2,4
Buffet+smurt smørrebrød	8	720	750 ± 180	925	915 ± 130	40	38 ± 11	20	22 ± 9	40	40 ± 7	9,5	9,8 ± 3,0
Sandwich	4	2285	2265 ± 685	1250	1110 ± 260	44	50 ± 13	14	14 ± 3	44	36 ± 15	15	11 ± 6,3
<i>Leverpostej</i>													
Buffet smørrebrød	6	525	502 ± 149	890	873 ± 101	46	48 ± 8	12	13 ± 2	41	39 ± 7	9,7	9,0 ± 2,2
Smurt smørrebrød	10	680	742 ± 161	885	857 ± 98	40	41 ± 9	14	13 ± 2	47	46 ± 7	11	11 ± 2,7
Buffet+smurt smørrebrød	16	655	652 ± 193	885	863 ± 96	45	43 ± 9	13	13 ± 2	43	43 ± 8	10	10 ± 2,6
<i>Roastbeef</i>													
Buffet smørrebrød	5	560	560 ± 31	1020	994 ± 115	42	38 ± 8	20	20 ± 5	43	42 ± 7	12	11 ± 2,9
Smurt smørrebrød	10	740	713 ± 185	895	918 ± 163	39	41 ± 8	21	21 ± 7	43	38 ± 13	10	9,7 ± 4,7
Buffet+smurt smørrebrød	15	630	662 ± 167	950	943 ± 149	39	40 ± 8	20	21 ± 6	43	40 ± 11	10	10 ± 4,1
Sandwich	10	2080	2157 ± 439	905	927 ± 112	57	56 ± 10	17	18 ± 4	23	26 ± 13	5,4	6,6 ± 3,8
<i>Rullepølse</i>													
Buffet smørrebrød	5	560	546 ± 124	1000	1026 ± 58	33	34 ± 6	16	16 ± 3	51	50 ± 6	13	14 ± 2,2
Smurt smørrebrød	9	490	581 ± 136	870	852 ± 118	39	38 ± 8	17	18 ± 3	44	44 ± 7	9,5	10 ± 3,0
Buffet+smurt smørrebrød	14	525	569 ± 128	930	914 ± 131	39	37 ± 7	16	17 ± 3	46	46 ± 7	11	11 ± 3,1
Sandwich	4	2255	2205 ± 285	885	885 ± 95	56	54 ± 9	18	16 ± 4	30	30 ± 10	7,1	7,1 ± 3,0
<i>Skinke</i>													
Buffet smørrebrød	5	390	466 ± 240	830	838 ± 82	50	50 ± 6	24	22 ± 7	26	27 ± 10	6,0	6,2 ± 2,7
Smurt smørrebrød	7	600	561 ± 125	750	773 ± 91	38	38 ± 8	18	19 ± 5	48	43 ± 10	10	9,0 ± 2,8
Buffet+smurt smørrebrød	12	505	522 ± 179	795	800 ± 90	44	43 ± 10	20	20 ± 6	39	37 ± 13	8,6	7,8 ± 3,0
Sandwich (med ost)	9	1900	1818 ± 378	930	914 ± 103	52	51 ± 2	19	19 ± 2	29	30 ± 4	6,9	7,4 ± 1,7
<i>Kalkun/kylling og bacon</i>													
Sandwich	7	1590	1669 ± 760	800	839 ± 131	59	56 ± 11	20	21 ± 4	25	23 ± 10	5,2	5,2 ± 2,9
<i>Spegepølse</i>													
Buffet smørrebrød	7	580	574 ± 145	1230	1247 ± 150	38	38 ± 10	13	13 ± 2	52	49 ± 11	18	16 ± 5,2
Smurt smørrebrød	7	710	710 ± 141	1110	1073 ± 310	37	40 ± 12	10	13 ± 7	49	47 ± 18	14	14 ± 8,0
Buffet+smurt smørrebrød	14	640	642 ± 154	1145	1160 ± 251	37	39 ± 11	13	13 ± 5	50	48 ± 14	15	15 ± 6,6
<i>Æg evt. med rejer, tomat, grønt</i>													
Buffet smørrebrød	6	590	580 ± 98	700	730 ± 120	35	37 ± 7	21	21 ± 5	41	41 ± 10	7,6	8,2 ± 3,3
Smurt smørrebrød	16	575	574 ± 167	680	712 ± 139	38	38 ± 6	21	21 ± 4	40	41 ± 8	6,9	8,0 ± 3,2
Buffet+smurt smørrebrød	22	580	598 ± 234	700	717 ± 128	37	38 ± 6	21	21 ± 4	41	41 ± 9	7,0	8,0 ± 3,1
Sandwich	5	2260	2574 ± 749	870	908 ± 265	47	50 ± 11	15	17 ± 6	27	33 ± 15	6,2	8,6 ± 6,5

Tabel 8. Næringsstofindhold i det varme måltid, samt salat og kage.

	Antal	Energi (kJ/100g)		Kulhydrat (E%)		Protein (E%)		Fedt (E%)		Fedt (g/100g)	
		Median	Middel ± SD	Median	Middel ± SD	Median	Middel ± SD	Median	Middel ± SD	Median	Middel ± SD
<i>Kød</i>											
Retter med hakket kød	10	935	878±244	9,9	14±14	33	35±12	56	52±17	14	13±6,2
Kød, magert helt - f.eks. hamburgerryg, skinke, oksesteg	8	770	779±197	1,3	1,8±1,8	58	60±11	38	39±10	7,7	8,3±3,9
Kød og indmad, stegte stykker – f.eks. kotelet, schnitzel, lever, flæsk	6	950	1147±569	19	18±12	35	37±9	38	45±15	9,8	15±14
<i>Tilbehør</i>											
Kartofler, tilbehør til den varme ret	18	395	444±159	69	67±14	7,3	8,3±3,5	24	25±15	2,5	3,2±2,8
Grøntsager, tilbehør til den varme ret	7	350	374±194	49	48±16	8,2	9,3±6,0	41	42±17	3,6	4,5±3,9
Salat tilbehør til den varme ret, evt. på buffet	7	450	387±123	55	56±24	6,8	8,1±4,8	32	36±25	3,4	4,1±2,8
Sovs	18	370	367±164	45	44±17	9,4	11±6,3	47	45±21	4,3	5,0±3,9
<i>Retter</i>											
Suppe	5	180	224±103	81	64±30	13	13±6	0	24±33	0	2,1±3,0
Gryderet/sammenkogt ret med kød	16	490	541±190	18	20±11	36	39±11	42	41±15	5,8	6,4±4,4
Gryderet/sammenkogt ret med fjerkræ	6	455	430±72	20	20±4	47	48±14	32	32±12	3,9	3,7±1,6
Fiskeretter	9	600	742±361	21	19±16	37	43±24	38	38±15	6,0	8,5±6,7
Kartoffel-, ris- og pastaretter	8	510	530±104	46	45±14	24	28±12	31	27±13	3,6	2,2±3,8
<i>Øvrigt</i>											
Kage	8	1605	1485±414	50	53±11	5,2	4,8±1,2	44	42±10	17	17±7,1

Typisk pynt afhængig af pålægstype, idet salatblad under pålægget og salat i sandwich ikke nævnes:

<i>Flæskesteg</i>	rødkål, agurkesalat, asie/syltet agurk, appelsin
<i>Leverpostej</i>	bacon, sky, syltet rødbede, agurkesalat, asie/syltet agurk, champignon
<i>Roastbeef</i>	remoulade, ristede løg, revet peberrod, agurkesalat, tomat, asie/syltet agurk, karse, samt i sandwich yderligere diverse salat, diverse spirer, peberfrugt
<i>Rullepølse</i>	sky, rå løg, tomat, karse, samt i sandwich lucernespirer
<i>Skinke</i>	italiensk salat, røræg, diverse grønt
<i>Spegepølse</i>	sky, remoulade, ristede løg, rå løg, peberfrugt, karse
<i>Æg</i>	rejer, kaviar, tomat, agurk, karse, purløg, dild, samt i sandwich lucernespirer
<i>Kalkun/kylling og bacon sandwich</i>	agurk, tomat, agurkesalat, peberfrugt
<i>Skinke og ost sandwich</i>	agurk, tomat, peberfrugt, lucernespirer

De anvendte grøntsager ser hovedsagligt ud til at være traditionelt bestemt. Kun i begrænset omfang eksperimenteres med anderledes grønt, herunder brug af de 'tungere' grøntsagstyper.

Til smørrebrød anvendes smør, plantemargarine, minarine eller intet fedtstof på brødet, mens der til sandwich typisk anvendes salatmayonnaise, sandwichcreme, miracle wip, yoghurt dressing eller intet fedtstof på brødet.

## 6.5 Varme retter samt diverse kolde retter, kage og dessert

I alt er der analyseret 149 enkeltkomponenter indenfor kategorien af hovedsagelig varme retter; herunder køddel, tilbehør f.eks. kartofler, grøntsager samt sovs. Yderligere indgår også nogen få kolde retter, kage og lignende. De 59 enkeltkomponenter er udtaget fra kantinerne i Århus området, mens 90 enkeltkomponenter er udtaget fra kantinerne i 'Mad på Arbejde' projektet omtalt under afsnit 2.1.

### *Varme retter*

Analyseresultater (g/100 g) for energigivende næringsstoffer, salt og natrium i 134 enkeltkomponenter indenfor de varme retter er vist i bilag 11.2. I bilaget er enkeltkomponenterne grupperet, og for hver gruppe er der beregnet gennemsnit  $\pm$  SD, median, samt 25 %, 75 % og 95 % percentiler for hver af de analyserede næringsstoffer. Enkeltkomponenterne inden for varme retter er inddelt i 12 forskellige grupper:

#### Kød:

- Hakket kød (farsretter, hakkebøffer, pølser o.l)
- Kød, magert, helt – f.eks. hamburgerryg, skinke, oksesteg
- Kød og indmad, stegte stykker – f.eks. kotelet, schnitzel, lever, flæsk

#### 'Tilbehør':

- Kartofler, tilbehør
- Grøntsager, tilbehør
- Salater, tilbehør
- Sova

#### Retter:

- Suppe
- Gryderet/sammenkogt med kød

- Gryderet/sammenkogt med fjerkræ
- Fiskeretter
- Kartoffel-, ris-, pastaretter

I tabel 8 er vist en oversigt for de 12 grupper/typer af enkeltkomponenter, som det varme måltid er inddelt i. For hver type er vist energitæthed (kJ/100 g), energifordeling (E%) og fedtindhold (g/100 g) med angivelse af median og gennemsnit  $\pm$  SD. Ikke alle retter passede ind i de nævnte grupper, disse fremgår kun af bilag 8, hvor retterne er placeret umiddelbart efter den gruppe, de matcher bedst eller i en diverse gruppe:

- ribbenssteg (1 stk.) er placeret efter gruppen kød, magert, helt
- tilberedte kyllingestykker (2 stk.) er placeret efter gryderet/sammenkogt ret med fjerkræ
- andre tilbehør (6 stk.) f.eks. pommes frites, tortilla, ris o.s.v. er placeret efter kartofler som tilbehør
- diverse lune retter (9 stk.) er placeret sidst i bilaget

Indenfor alle grupper af enkeltkomponenter ses store variationer i fedtindholdet. For kød-, fjerkræ- og fiskegrupperne ses de største gennemsnitlige fedtindhold for 'hakket kød' og 'kød og indmad, stegte stykker' på hhv. ca. 13 g/100 g (52 E%) og 15 g/100g (45 E%), mens det laveste fedtindhold ses i gryderetter med fjerkræ eller kød på hhv. ca. 4 g/100 g (32 E%) og 6 g/100 g (41 E%). Ca. halvdelen af kødkomponenterne (11 ud af 24) havde et fedtindhold på under 10 g/100 g, svarende til den anbefalede grænse for kød og pålæg i 'Forslag til retningslinier for sund mad i skoler og institutioner' (Biltoft-Jensen A. et al, 2005). Fiskeretterne har i gennemsnit et fedtindhold på ca. 9 g/100 g (38 E%) med en variation på ca. 2-19 g /100 g.

Kartoffel-, ris- og pastaretter har generelt et lavt fedtindhold og indeholder i gennemsnit ca. 2 g fedt/100 g (27 E%). Kartoffler, grøntsager og salat som tilbehør til den varme ret har også et generelt lavt fedtindhold i gennemsnit hhv. ca. 3, 4 og 4 g fedt/100 g. Til sammenligning havde 2 prøver pommes frites (se bilag 8, Andre tilbehør) et fedtindhold på i gennemsnit ca. 14 g/100 g (40 E%). Supperne var generelt fedtfattige, idet 3 ud af 5 supper havde et fedtindhold på under 0,5 g fedt/100 g, for de sidste 2 var fedtindholdet henholdsvis ca. 4 og 7 g/100 g. Sovs har i gennemsnit et fedtindhold på ca. 5 g/100 g, svarende til den grænse som sættes af Hjerte-foreningens indkøbsguide for dressinger, saucer og færdigretter (Levnedsmiddelstyrelsen, 1996).

### ***Diverse kolde retter, kage og dessert***

I undersøgelsen indgik kun 1 dessert, 6 kolde retter og 8 kager.

I bilag 11.3 er vist analyseresultater for diverse kolde retter, dessert og kage. Kun for kage er der i bilaget beregnet gennemsnit  $\pm$  SD, median, samt 25 %, 75 % og 95 % percentiler for samtlige analyseparametre. Energiindhold (kJ/100 g), energifordeling (E%) og fedtindhold (g/100 g) med angivelse af median og gennemsnit  $\pm$  SD er vist i tabel 8.

Kagerne har i gennemsnit et fedtindhold på ca. 17 g/100 g (42 E%) og et energiindhold på ca. 1600 kJ/100 g. Også indenfor denne gruppe er der store variationer, f.eks. æblekage med et gennemsnitligt fedtindhold på ca. 4 g/100 g (23 E%) og trøffel med ca. 27 g fedt/100 g (53 E%).

## 7 Diskussion og konklusion

Antallet af overvægtige er steget gennem de seneste årtier. Yderligere menes livsstilsfaktorer at være årsag til ca. 40% af al sygdom, og WHO har beregnet, at dette tal i 2020 vil være 70%. Årsagerne er bl.a. dårlig kost, inaktivitet, rygning og alkohol. For at vende denne udvikling er det nødvendigt at sætte bredt ind på en række områder. Den traditionelle 'viden-holdning-adfærds'-model bør således suppleres med andre indsats, som kan påvirke adfærden direkte gennem øget tilgængelighed og strukturelle forandringer (Matthiessen et al, 2003). Der er i dag en stigende opmærksomhed på, at ikke mindst arbejdspladskantinerne spiller en væsentlig rolle i at sikre, at den mad som vi spiser i hverdagen på arbejdspladsen er gode oplevelser med sund og lækker mad.

Formålet med nærværende undersøgelse har været at give et bredt billede af den ernæringsmæssige kvalitet af kantinemaden på danske arbejdsplader. Der er indgået i alt 180 frokostmåltider udtaget i 15 tilfældigt valgte kantiner i Århus og omegn. Kantinerne repræsenterer forskellige typer indenfor: antal frokostmåltider, virksomhedstype, serveringsform, kønsfordeling og udlicitering. Frokostmåltiderne er fordelt på 109 mænd og 71 kvinder. Sideløbende med frokostmåltiderne er der analyseret 140 stykker smørrebrød og sandwich, samt 149 øvrige enkelte dele indenfor især de varme retter udtaget fra i alt: 20 kantiner (15 fra Århus og omegn samt yderligere 5 kantiner fra hele landet, der deltog i projekt Mad på Arbejde (Lassen, 2005)).

Danske arbejdspladskantiner benytter sig hovedsagelig af to forskellige selvbetjeningssystemer til frokost: buffetservering, hvor medarbejderne kan vælge mellem en række forskellige tilbud til en fast pris og diskservering, hvor medarbejderne vælger og betaler for hver enkelt del separat. I 1994 viste en spørgeskemaundersøgelse, at langt størstedelen af kantinerne havde diskbetjening (Bech, 1996). En undersøgelse i 2003 (Mikkelsen et al, 2004) viste, at der i dag er sket en markant udvikling mod brug af buffet, ta' selv borde o.l. Det er derfor relevant også at undersøge, hvilken indflydelse denne udvikling har i ernæringsmæssig henseende.

### *Frukt og grønt*

Undersøgelsen viste, at halvdelen af kunderne får henholdsvis mere og mindre end cirka 100 g frugt og grønt per frokostmåltid (medianen). Det gennemsnitlige frugt- og grøntsagsindtag er på 120 g per kunde. Der ses meget store forskelle i indtag afhængig af såvel køn, serveringsform og menusammensætning. De kunder der kun spiste varm mad i undersøgelsen fik i gennemsnit 52 g frugt og grønt, hvilket blot er lidt højere end de kunder, der kun spiste smørrebrød og/eller sandwich (42 g i gennemsnit). Dette på trods af, at varm mad giver rig mulighed for gode kulinariske oplevelser med mange grøntsager. De kunder der valgte at kombinere den varme mad eller smørrebrød/sandwich med 'grønne' tilbud som salat, frugt og/eller snackgrønt fik i gennemsnit 154 g frugt og grønt, og højst lå de kunder, der kun spiste salat evt. med brød til (i gennemsnit 241 g). For at tilgodese alle kundetyper er det vigtigt, at kantinerne tænker på, hvordan frugt og grønt kan indgå i alle de forskellige menutyper.

Denne undersøgelse viste – på samme måde som ved den nationale landsdækkende kostundersøgelse (Lyhne et al, 2005) – at der er forskel i indtag af frugt og grønt mellem kønnene og



forskel på, i hvor høj grad de giver udtryk for at forsøge at spise sundt. Undersøgelsen peger dog samtidig på, at kantinens serveringsform, herunder prisstruktur, kan have en endnu større betydning for, hvor meget frugt og grønt der spises. Denne undersøgelse viste, at buffetordninger kan være med til at fremme indtaget af frugt og grønt. I gennemsnit spiste medarbejderne i kantiner med buffetordning 76 gram mere frugt og grønt til frokost i forhold til medarbejderne i kantiner med diskservering. Forskellen i indtag mellem serveringssystemerne skyldes for en stor del, at medarbejderne ved buffet i højere grad tilskyndes til at kombinere forskellige valgmuligheder og flere dermed spiser salat, snackgrønt og frugt i forbindelse med frokostmåltidet. Det er dog vigtigt at være opmærksom på, at der findes kantiner både med buffetservering og med diskservering, der henholdsvis serverer meget og lidt frugt og grønt. Det er derfor nødvendigt at alle typer kantiner til stadighed arbejder på at fremme frugt og grøntindtaget såvel blandt salatspisere som blandt dem, der f.eks. kun ønsker den varme ret eller smørrebrød. Kantiner med diskservering kan overveje muligheden af f.eks. at sælge salat eller snackgrønt sammen med smørrebrød eller varm ret til en samlet favorabel pris.

Det fundne indtag kan sammenlignes med det indtag, der blev registreret per kunde i projekt Mad på Arbejde, hvor det gennemsnitlige frugt- og grøntindtag var ca. 110 g ved projektets start for i alt 72 kunder (6 kantiner). Det fundne indtag kan yderligere sammenlignes med en undersøgelse foretaget i 5 kantiner under projekt 6 om dagen i storkøkkener. Her var det gennemsnitlige forbrug per kunde ligeledes omkring 110 g ved starten af projektet. Ved en opfølgende måling efter projektets afslutning var det lykkedes at øge dette indtag med i gennemsnit knap 100 g per kunde (Lassen et al, 2004), dvs. til mere end 200 g per kunde i gennemsnit.

#### *Fisk og fiskeprodukter*

Der anbefales et indtag på 200-300 g fisk om ugen, hvilket svarer til et gennemsnit på 30-40 g/dag for store børn og voksne. Imidlertid viser den nationale landsdækkende kostundersøgelse, at det kun er 15% af voksne danskere, der spiser mere en 30 g fisk om dagen og knap 8% der spiser mere end 40 g (Fagt et al, 2004). Det anbefales, at man spiser fisk 1-2 gange om ugen og fiskepålæg bør spises flere gange om ugen. I denne undersøgelse indgik fisk i 48 ud af de 180 analyserede frokostmåltider, svarende til at 27% fik fisk til frokost. Kundegrupper, der sjældent eller aldrig får fisk, vil typisk være dem der spiser sandwich (Hansen og Lassen, 2004), eller dem der kun spiser salat eventuelt med brød. En landsdækkende spørgeskemaundersøgelse fra 2003 viste, at en stor del af landets kantiner tilbyder fiskepålæg de fleste ugedage og serverer varme retter med fisk mindst en gang ugentlig (upublicerede data fra projekt Øresund Food Network; Mikkelsen et al, 2004). Når der alligevel ikke er flere kunder, der spiser fisk til frokost, kan det skyldes, at udbudet af fiskepålæg i visse tilfælde er begrænset f.eks. til hovedsageligt at bestå af sild. Hvis forskellige smags- og kvalitetspræferencer ikke tilgodeses er det sandsynligt, at mange af kunderne fravælger fisk. Det er vigtigt at fiskeindtaget varieres, både mellem fede og magre fisk, men også mellem forskellige slags fede fisk og forskellige slags magre fisk, da de forskellige fiskearter indeholder forskellige mængder af de sunde næringsstoffer (Biltoft-Jensen, 2005).

### *Fedtindhold*

De Nordiske Næringsstofanbefalinger (NNR, 2004) anbefaler, at fedt bidrager med 25-35 E%, og målsætningen på befolkningsniveau er 30 E% fra fedt. I denne undersøgelse udgjorde fedtet i gennemsnit 35 E% af alle frokostmåltider; i gennemsnit 37 E% for mændenes vedkommende og 33 E% for kvindernes vedkommende. Der blev ikke fundet forskel i fedt E% mellem de to typer af serveringssystemer. For fedtsyresammensætningen anbefaler NNR, at det samlede indtag af mættede fedtsyrer og transfedtsyrer begrænses til ca. 10 E%, monoumættede fedtsyrer bidrager med 10-15 E% og flerumættede fedtsyrer med 5-10 E%. Kvindernes måltider (hhv. ca. 9-12-7 E%) opfylder i gennemsnit disse anbefalinger, mens mændene i gennemsnit får for meget af de mættede fedtsyrer (hhv. ca. 11-14-7 E%). Der bør således generelt sættes fokus på at mindske mængden af mættet fedt til fordel for det umættede.

På smørrebrødssiden er der behov for at sætte fokus på fornyelse. Mens smørrebrød bidrager med gode kostfibre fra rugbrødet (rugbrød er en af de mest fiberrige fødevarer i danskernes kost, Biloft Jensen et al 2005), viser denne undersøgelse, at det samtidig bidrager med meget fedt og kun lidt grønt. I alt er undersøgt 140 stykker smørrebrød og sandwich, som fordeler sig med 37 stykker buffetsmørrebrød, 64 stykker smurt smørrebrød og 39 sandwich. Pålægstyperne flæskesteg, roastbeef, rullepølse, skinke og æg er udtaget både som smørrebrød og sandwich, mens leverpostej og spegepølse kun er udtaget som smørrebrød og kalkun med bacon kun som sandwich. Fedtindholdet for smørrebrødet var typisk på 40-50 E% – uanset om det var færdigsmurt fra kantinen eller blev sammensat af kunden fra buffeten. I alt havde kun 7 stykker smørrebrød ud af i alt 90 undersøgte en fedtenergiprocent på under 30. Dette på trods af, at der i undersøgelsen også indgik smørrebrød, som ifølge kantinernes oplysninger var fremstillet med henblik på at minimere fedtindholdet, f.eks. uden eller med begrænset brug af smør og mayonnaise eller andre tiltag. Sandwich indeholdt typisk relativt mindre fedt. Således havde 4 typer sandwich (roastbeef, rullepølse, skinke/ost og kalkun/bacon) ud af 6 sandwich en gennemsnitlig fedtenergiprocent lig med eller under 30 E%.

I alt blev der undersøgt 134 enkeltkomponenter indenfor de varme retter. Disse kunne inddeles i 12 grupper f.eks. suppe, retter med hakket kød, gryderet/sammenkogt ret, kartoffelretter, kartofler som tilbehør, grøntsager og så videre. Indenfor alle grupper sås store variationer i fedtindholdet. Det laveste fedtindhold blev fundet for gruppen 'kartoffel-, ris- og pastaretter' med i gennemsnit ca. 2,2 g fedt/100 g, mens det højeste gennemsnitlige fedtindhold blev fundet for grupperne 'Retter med hakket kød' og 'Kød og indmad, stegte stykker' på hhv. 13 og 15 g fedt/100 g. Fedtindholdet i sovsene (18 stk.) var generelt lavt, idet 11 ud af 18 sovs indeholdt mindre end 5 g/100 g. I gennemsnit havde alle 18 sovs et fedtindhold på ca. 5 g/100 g.

Resultaterne for frokostmåltidernes gennemsnitlige fedtenergiprocent kan sammenlignes med, hvad der blev fundet blandt 6 kantiner i projekt Mad på Arbejde ved starten af projektet (4 intervention og 2 kontrol; i alt 72 kunders frokost blev analyseret). Her udgjorde fedtet i gennemsnit 39 E%. Målinger ved projektets slutning viste, at der nu var sket et markant fald i fedtindholdet; til ca. 30 E% blandt interventionskantine (Lassen, 2005).

### *Energitæthed og portionsstørrelser*

Der er fundet store forskelle i de gennemsnitlige energiindtag per kunde mellem de forskellige kantiner. Denne forskel skyldes fortrinsvis en stor forskel i energitæthed og i mindre grad også

forskelle i de gennemsnitlige portionsstørrelser. Energitætheden er et udtryk for energiindholdet set i forhold til fødevarens vægt. Det afhænger af såvel fedt- som vandindholdet. Det viste sig, at sandwich typisk er lige så eller endog lidt mere energitætte i gennemsnit i forhold til smørrebrød på trods af et relativt lavere fedtindhold. Det er derfor også for sandwich vigtigt at være opmærksom på portionsstørrelsen, og at der suppleres med frugt og grønt. I gennemsnit svarede indholdet af energi i sandwich til lidt under 3½ stk. smørrebrød.

I forhold til serveringsformen vil det ikke mindst ved buffetservering være væsentlig at sikre, at et stort udbud ikke resulterer i et meget højt energiindtag. Denne undersøgelse peger dog på – måske lidt overraskende – at det gennemsnitlige energiindtag for måltiderne fra kantinerne med buffetservering ikke nødvendigvis er højere i forhold til måltiderne fra kantinerne med diskservering. Dette kunne man ellers formode, idet det jo er 'gratis' at tage store portioner i forhold til mindre. Det viste sig da også, at kvindernes portionsstørrelser var større ved buffetservering i forhold til diskservering. Men da energitætheden samtidig var lavere, gav dette sig ikke udtryk i et samlet højere energiindhold. Den lavere energitæthed må formodes at skyldes det øgede indhold af frugt og grønt.

#### *Saltindhold*

De Nordiske Næringsstofanbefalinger anbefaler en gradvis reduktion af salt til 7 g/dag for mænd og 6 g/dag for kvinder. NNR angiver endda, at en nedsættelse til 5-6 g/dag kan have yderligere fordele. I denne undersøgelse var det gennemsnitlige saltindhold (beregnet ud fra chlorid) i gennemsnit 3,4 g/måltid svarende til ca. 14 g salt/10 MJ. Det betyder at frokostmåltidet bidrager med en meget høj andel af det samlede maksimale anbefalede daglige indtag af salt. Et relativt højt saltindhold ses i såvel de varme retter som i smørrebrød/sandwich, mens måltider der kun indeholder salat og evt. brød ligger noget lavere i saltindhold. Det reelle saltindtag pr. kantinemåltid vil formodentlig kunne være endnu højere, da de her beregnede saltmængder ikke medregner det salt, personer selv drysser på maden.

#### *Begrænsninger ved studiet*

Resultater af frokostmåltidernes ernæringsmæssige sammensætning er baseret på dobbeltportioner, som er vejet og analyseret snarere end på f.eks. selvrapporterede data. Dette antages at give et mere pålideligt resultat af næringsstofindholdet. Med hensyn til frugt og grønt indtaget er dette for en stor del baseret på vejninger, men det har også været nødvendigt at skønne indholdet for sammensatte produkter ud fra opskrifter og billeder. Disse tal er derfor behæftet med større usikkerhed.

Projektets design betød, at medarbejderne kun i meget begrænset omfang blev involverede i undersøgelsen, hvilket har været med til at sikre en høj responsrate. Det kan dog ikke udelukkes, at arbejdspladskantinerne som følge af projektet til en vis grad har modificeret deres udbud, ligesom kunderne kan have ændret deres madvalg som følge af, at de er blevet observeret.

Drikkevarer var ikke inkluderet i undersøgelsen, da sammenhængen mellem energitæthed og indhold af makronæringsstoffer for drikkevarer er mere kompleks end for individuelle fødevarer eller retter. Drikkevarer kan dog bidrage betydeligt til det totale energiindtag.

### *Perspektivering*

Sammenfattende viser undersøgelsen, at danske kantiner har et varieret udbud, og at det i de fleste tilfælde er muligt at sammensætte et sundt måltid. Målet bør imidlertid være, at det sunde valg er det naturlige valg, forstået på den måde, at det ikke blot er *muligt* at sammensætte et sundt måltid, men at hele udbudet som udgangspunkt er sundt og velsmagende. Til dette mål er nået, er der stadig et godt stykke vej. Det er således væsentligt, at kantinepersonalet sammen med virksomhedsledelsen og kunderne (medarbejderne på virksomheden) kritisk går i dialog omkring, hvilken slags kantinemad virksomheden ønsker, og til stadighed arbejder med løsningsmuligheder, der både opfylder kundernes kulinariske krav og de ernæringsmæssige anbefalinger. Projekt 6 om dagen og Mad på Arbejde har vist, at dette ikke er en umulig opgave. Der kan med fordel tages udgangspunkt i de 8 kostråd, herunder sætte fokus på at mindske energitætheden af måltiderne, motivere kunderne til at spise mere frugt, grønt og fisk samt mindske indholdet af især mættet fedt uden at gå på kompromis med udseende og smag.

## Referencer

Bech C (redigeret af Mikkelsen BE). Kantinebranchen – resultater fra en landsdækkende undersøgelse. Projekt Storkøkken 2000, rapport 4. Levnedsmiddelstyrelsen, Søborg, 1996.

Biltoft-Jensen A, Ygil KH, Christensen LM, Christensen SM og Christensen T. Forslag til retningslinjer for sund kost i skoler og institutioner. Danmarks Fødevarerforskning, Søborg, 2005.

Fagt S, Matthiessen J, Biltoft-Jensen A, Groth MV, Christensen T, Hinsch H, Hartkopp H, Trolle E, Lyhne N og Møller A. Udviklingen i danskernes kost 1985-2001. 2004. Danmarks fødevarer og veterinærforskning.

Fødevareregion Århus. Kvalitetssikringsrapport for projekt 2003-20-64-00189, Kantinemad, Århus, 2004.

Fødevareregion Nord. Kvalitetssikringsrapport for projekt 2003-20-64-00189, Kantinemad, Århus, 2006.

Hansen KS (Fødevareregion Århus) og Lassen A (Danmarks Fødevarerforskning). Kantine Måltider - Undersøgelse af udbud og sortiment i 20 danske arbejdspladskantiner. Danmarks Fødevarerforskning, Søborg, 2004.

Lassen A, Thorsen AV, Trolle E et al. Successful strategies to increase the consumption of fruits and vegetables: results from the Danish '6 a day' Work-site Canteen Model Study. Public Health Nutr. 2004; 7: 263-70.

Lassen A. Mad på arbejde - Metode, forløb og evaluering af projektet. Danmarks Fødevarerforskning, Søborg, 2005.

[http://www.dfvf.dk/Files/Filer/Ernaering/Madordninger/mpa\\_press.pdf](http://www.dfvf.dk/Files/Filer/Ernaering/Madordninger/mpa_press.pdf)

Lassen A, Hansen K, Trolle E. Comparison of buffet and a la carte serving at worksite canteens on nutrient intake and fruit and vegetable consumption. *Public Health Nutr* 2007; 10(3):292-297.

Levnedsmiddelstyrelsen. Livet er fedt – Tips og opskrifter på en let sommer. *Hæfte*. 1996.

Lyhne N, Christensen T, Groth M et al. Danskernes kostvaner 2000-2002. Hovedresultater. Søborg: Danmarks Fødevareforskning, 2005.

Lyhne N, Kirkegaard E. Ernærings- og fødevareleksikon. Gads Forlag, 2006.

Matthiessen J, Rasmussen LB, Andersen LB et al. Kost og fysisk aktivitet - fælles aktører i sygdomsforebyggelsen. Fødevaredirektoratet., 2003.

Mikkelsen BE, Svensson IS, Sjöholm I et al. Catering i Øresundsregionen - en analyse af behovet for sundhed, kvalitet og nemhed ved udespisning i Øresundsregionen indenfor cateringsektoren. Øresund Food Network, 2004.

Nordic Nutrition Recommendations 2004 (NNR). Integrating nutrition and physical activity. Nord:200413. Nordic Council of Ministers, 2004

Saxholt E, Møller A. Levnedsmiddeltabeller, 4th ed.. København: Levnedsmiddelstyrelsen, 1996.

Hjerteforeningen. Hjerteforeningens indkøbsguide: [www.hjerteforeningen.dk/sw163.asp](http://www.hjerteforeningen.dk/sw163.asp)

## Prøveudtagningsplan

### Indledning

Der udtages prøver i 15 kantiner. Der udtages prøver på 2 forskellige ugedage fra 7 kantiner i foråret og fra 8 kantiner i sensommer/efterår.

Der indsamles mad parallelt med 6 tilfældigt udvalgte personer i hver kantine. Portionerne skilles, vejes og lægges i bølter inden kantine forlades. Prøverne opbevares i kølerum ind til næste dag, hvor de homogeniseres. De homogeniserede prøver opbevares på frost (-18 °C) ind til analyse.

### Prøveidentifikation

Kantinenumrene fra vareundersøgelsen bibeholdes. Hver testperson får kantine nr. + et fortløbende nummer fra 1- 6 f.eks.:

- Testperson nr. 1 i kantine nr. 209 får nummeret: 209-01
- Testperson nr. 2 i kantine nr. 209 får nummeret: 209-02

Prøver af enkeltkomponenter/retter gives kantine nr. + et fortløbende nummer fra 51 og op efter f.eks.:

- Enkeltkomponent/ret nr. 1 i kantine nr. 209 får nummeret: 209-51
- Enkeltkomponent/ret nr. 2 i kantine nr. 209 får nummeret: 209-52
- O.s.v.

### Prøveudtagning

Kantine udbud fotograferes:

- Kig ud over spisemiljøet
- Oversigt og placering af buffeten
- Fotografer alle retter, enkeltbestanddele er med

### Udtagning af enkeltkomponenter

Enkeltkomponenter udtages som beskrevet nedenstående, så vidt muligt 150 – 200 g.

#### *Den varme del*

Alle enkeltdele til den varme ret udtages hver for sig, dog udtages ikke ris, pasta, kartofler osv.

#### *Den kolde del, smurt smørrebrød*

Der udtages 2 forskellige slags smørrebrød (2-3 stk af hver) og 1 sandwich (2 stk) fra prioriteringslisten på hver prøveudtagningsdag.

#### *Den kolde del, buffet*

Der udtages 1 evt. 2 typer pålæg (flæskesteg, leverpostej, roastbeef, rullepølse, skinke, spegepølse og æg) samt tilhørende tilbehør og brød. Ud fra testpersonernes tallerkener sammensættes et gennemsnitsstykke smørrebrød af den valgte type pålæg med tilbehør.

Der kan evt. udtages en blandet salat eller anden blandet pålæg, hvis det serveres i en stor skål og mange tager af det.

#### *Salat*

Udtages kun hvis der er store skåle med blandede salater, evt. udtages 1 prøve.

#### *Kage*

Der udtages en enkeltprøve af kage, hvis en af testpersonerne tager et stykke.

### **Udtagning af testportioner**

- 6 tilfældigt valgte personer følges. Hver testperson får et fortløbende nummer. Så vidt muligt inddeles åbningstiden i 3 perioder:
  - en periode før 'det store ryk ind' – der vælges 1 tilfældigt tidspunkt
  - en periode for 'det store ryk ind' – der vælges 4 tilfældige tidspunkter
  - en periode efter 'det store ryk ind' – der vælges 1 tilfældigt tidspunkt

Til hvert tidspunkt udvælges den person, der netop skal til at vælge mad. Dog skal både mænd og kvinder samt forskellige aldersgrupper indgå. Så vidt muligt så det afspejler sammensætningen på virksomheden, dette kan evt. justeres ved de sidste 2 testpersoner.

- En tredelt tallerken anvendes til indsamlingen. Til suppe anvendes en dyb tallerken eller skål, i lignende oplagte tilfælde anvendes kantinens udstyr.
- Ved anvendelse af en 3-delt tallerken fordeles maden således:
  - 1. rum (lille): den varme ret, dog kun den del med væde, tilhørende ris og andet tørt lægges i det store rum.
  - 2. rum (lille) dressing.
  - 3. rum (stort): pålæg, tilbehør, brød, evt. ris, kartofler o.l. fra den varme del. Kage, frugt og grøntsagssnack indgår i portionen, hvis det spises til frokost. Medbringes det til senere fortæring registreres og vejes det blot og indgår ikke i portionen.
- Der lægges samme mængde på prøvetallerkenen, som testpersonen tager. Det er nok nemmest at vurdere mængden ud fra hvor mange, og hvor store skefulde der tages. Et problem vil f.eks. være mayonnaise fra flaske, der sprøjtes ud over maden.

Prøvemængden skal være mindst på 200 g, ellers skal der tages dobbelt portion ud (f.eks. 2 stk. smørrebrød). Det skal så noteres, at der er udtaget dobbeltportion.

- Både testpersonens tallerken og dobbeltportionen mærkes synligt med nr. (en etiket), hvorefter de fotograferes. Testpersonens tallerken fotograferes så vidt muligt sammen med evt. drikkevarer, hel frugt og grøntsagssnack.
- Mens der fotograferes udfylder testpersonen et spørgeskema, og lægger det i en kuvert.
- Sæt en etiket på testpersonens tallerken med teksten: 'Tallerken med evt. madrester, afleveres til projektmedarbejderne'.
- Sig også at vi gerne vil have tallerkenen retur, inklusiv evt. smørpakker, drikkevarer, simpelt hen alt, hvad der ikke er spist fra den fotograferede portion. Vi skal også vide hvis der hentes mere mad.

## **Fotografering**

- Tallerkenen (påsat etiket med testpersonnr.) stilles på et spisebord, det medbragte spisebestik placeres som normalt. Drikkevarer og evt. frugt sættes ved tallerkenen.
- Fotografen sætter sig foran tallerkenen og fotograferer i normal spiseafstand med en vinkling på ca. 45 °C. Tallerkenen skal være midt i billedet.
- Fotograferingen gentages for dobbeltportionen, dette kan dog udskydes til lige inden vejning af dobbeltportionen. Så kan eventuelle levninger på testpersonens tallerken fjernes fra dobbeltportionen inden fotografering.

## **Fra dobbeltportion til prøver**

- Fra dobbeltportionen fjernes ikke spiste dele (se på den tilbageleverede tallerken fra testpersonen).
- Drikkevarer indgår ikke i prøven, men skal registreres og måles. Hel frugt og grøntsagssnack som ikke spises som en del af frokosten indgår ikke i prøven, men skal registreres og vejes.



## Den kolde del

Er der tvivl om hvilken gruppe en blandet salat eller en komponent hører til, så vej. Den kan så senere placeres i den rigtige gruppe/-er evt. ud fra en opskrift.

- *Salat, dressing*: Noter komponenterne i salatportionen, så det så vidt muligt fremgår, hvilke komponenter der f.eks. stammer fra en blandet salat.  
Vej: grønt/frugt – olieholdige frø (græskar-/solsikkekerner)– stivelsesholdige komponenter (ris, pasta, kartofler) – ost (feta, salatost) – kød/fisk (skinke/tun) – dressing. Ved blandede salater kan der blive et problem med adskillelse, vej den blandede salat og skyd på mængden af grønt – olieholdige frø – stivelsesholdige komponenter – ost – kød/fisk – dressing.
- *Smørrebrød, færdigsmurt*: Vej stykket. Beskriv komponenterne på stykket.  
Vej: pynt (grønt o.l.) - fedtstof (remoulade (ristede løg ved remoulade må indgå her), mayonnaise, italiensk salat o.l.) – pålæg - skrab smørret af brødet, vej smør og brød hver for sig.
- *Smørrebrød, smør selv*: Beskriv hvilket tilbehør der hører til hvilket pålæg.  
Vej: pålæg – fedtstof (remoulade (ristede løg ved remoulade må indgå her), mayonnaise, italiensk salat o.l.) – smør
- *Brød*: beskriv brødet (hvede-/rugbrød, mørk, fuldkorn, m. olieholdige frø evt. soft)  
Vej brødet samlet.
- *Fedtstof til brød*: beskriv fedtstoffet (smør/ kærgården/ minarine)  
Vej: fedtstoffet
- *Frugt*: Beskriv frugten, fjern eventuelt ikke spiselige dele og vej
- *Grøntsagssnack*: Beskriv og vej

## Varm ret med tilbehør (f.eks. ris, kartofler)

- Vej så vidt muligt enkeltkomponenter, f.eks. køddel (1 stk kød eller portionen af sammenkogt ret), ris m.m. eller f. eks. en tilhørende salat/grøntsager (beskriv sammensætningen).
- Vurder grøntsagsindholdet i sammenkogte retter, kan dog erstattes af en opskrift.

## Drikkevarer, samt hel frugt og grøntsagssnack som ikke spises til frokosten

- Beskrives og vejes.

*Hel frugt:* Fjern ikke spiselige dele, kun den spiselige del vejes.

## Homogenisering

Prøven homogeniseres i en blender (Retch) som er testet med hensyn til mineraler, og der bruges så vidt muligt plastredskaber eller en titan kniv til neddeling inden blendning.

Om nødvendigt frysetørres prøven: Prøven (vej mængden) lægges på forud syreskyllede glaspetrisåle og indfryses straks. Efter frysetørring står skålen på laboratoriebordet i ca. 2 timer, hvorefter den vejes. Prøven homogeniseres i Retch blender (testet med hensyn til mineraler) og fordeles på poser, som opbevares på frost indtil analyse.

Der analyseres for: Nitrogen, fedt/fedtsyrer, tørstof, aske, chlorid og mineraler

## Resume

### *Fotografering:*

- oversigt af opstilling af maden
- oversigt af spisemiljøet
- fotografering af udbudet så alt fremgår af billederne og så grøntsagssnack

### *Enkeltkomponenter*

Udvælg enkeltkomponenter:

- den varme ret: køddelen og evt. grøntsager, sovs o.l., men ikke f.eks. ris, pasta, kartofler, hvis der ikke er blandet noget i.  
Ca. 200 g
- den kolde del: evt. hjemmelavede mayonnaisesalater (f.eks. hønsesalat, skinkesalat, coleslaw), humus, æbleflæsk o.l., hj. lavet leverpostej/pate.  
200 g skøn om det er muligt at homogenisere.
- salat delen: som regel ikke, men er der en blandet salat med en del mayonnaise eller lignende, så tager vi den  
200 g skøn om det er muligt at homogenisere
- kage  
Ca. 200 g (måske kan det gå med mindre mængde)

### *Testpersoner*

Udtag svarende til 6 personer

Fotografer testtallerken med drikkevarer hel frugt o.l. samt dobbeltportion.

Spørg hvilken del, hvilket brød spises til. Spørg om evt. smør bruges ligeligt til brødet.

Testperson udfylder spørgeskema.

Bed testpersonen sige til, hvis der hentes mere mad.

Bed testpersonen om at komme tilbage med den tomme tallerken  
Registrer hvad der ikke er spist

### *Vejning*

Fjern og vej de ting fra dobbeltportionen, som testpersonen har efterladt på sin tallerken.

Vej hver enkelt del så godt som muligt:

- Grønt/frugt
- Olieholdige kerner/frø
- Stivelsesholdige komponenter (ris, pasta, kartofler o.l.)
- Ost
- Kød/fisk/fjerkræ
- Dressing
  
- Pålæg
- Tilbehør (det skal fremgå, hvilket tilbehør der hører til hvilket pålæg)
- Smør (hvad er smørret brugt til)
  
- Brød (vej rugbrød og hvedebrød hver for sig, samt hvor mange skiver af hver)
  
- Den varme ret: Hver enkelt del i vejes for sig
  
- Kage, samt tilbehør f.eks. flødeskum, cr. fraiche o.l.

Indsamle opskrifter på

- den varme ret
- evt. andet hjemmelavet f.eks. mayonnaisesalater (hønsesalat)
- dressinger (deklaration på købte dressinger, evt. blot notere producent og handelsnavn, hvis vi har haft produktet før).
  
- Rugbrødstype og franskbrødstype

### Spørgsmål til kunder

**1. Hvad er din hovedbeskæftigelse på virksomheden?**

- 1. Arbejder, faglært .....
- 2. Arbejder, ufaglært/specialarbejder .....
- 3. Funktionær/tjenestemand .....
- 4. Lærling, elev .....
- Andet, skriv hvad? \_\_\_\_\_

**1. Hvor tilfreds er du generelt med kantinemaden på en skala fra 1 til 5?**

(5 er mest tilfreds)

- 1. Slet ikke tilfreds .....
- 2. Mindre tilfreds .....
- 3. Middel .....
- 4. Rimelig tilfreds .....
- 5. Meget tilfreds .....

**Hvorfor/Kommentarer:**

**3. Bestræber du dig dagligt på at spise sundt?**

- 1. Ja, meget ofte .....
- 2. Ja, ofte .....
- 3. En gang imellem .....
- 4. Nej, aldrig .....
- 5. Ved ikke .....

**4. Svarer denne portion til hvad du normalt spiser?**

1. Ja, fuldstændig.....

2. Ja, nogenlunde.....

3. Nej .....

**Hvis nej, hvad er forskelligt?**

**5. Mand .....**

**Kvinde .....**

**6. Hvad er din alder?**

år

**7. Hvor høj er du?**

cm.

**8. Hvor meget vejer du? (For gravide vægt før graviditet)**

kg.

## Bilag 3

### Billeder af portioner

Et eksempel på a) en kundes tallerken og b) dobbeltportionen.

a)



b)



### Analysemetoder

**Energi:** AV0203, Beregning af energiindhold i levnedsmidler.

*Princip:* Beregnes ud fra indholdet af protein, kulhydrat og fedtstof ved anvendelse af omregningsfaktorerne: anvendes hhv. 17, 17 og 38.

**Kulhydrat:** AV0192, Beregning af kulhydratindhold i levnedsmidler ved differensmetoden.

*Princip:* Differensen af tørstof - (protein + fedt + aske).

**Protein (Nitrogen):** AM0242, Nitrogenbestemmelse i levnedsmidler og foderstoffer efter Kjeldahl, efterfulgt af metodennummer AV0182, Beregning af proteinindhold i levnedsmidler.

*Princip:* Prøven koges med koncentreret svovlsyre, tilsat kaliumsulfat og kobber-II-sulfat. Dannet ammonium afdestilleres som ammoniak ved hjælp af natriumhydroxid, opsamles i borsyre og titreres med saltsyre. Protein beregnes ved multiplikation af N-indholdet med 6,25

**Fedt:** AF2131, Bestemmelse af fedtindhold i levnedsmidler ved anvendelse af Soxtec.

*Princip:* Den findelte prøve koges med saltsyre og filtreres i et SoxCap-apparat. Filterkagen tørres i mikroovn og ekstraheres med ether/petroleumsether i et Soxtec-apparat. Ether/petroleumsether afdampes og resten tørres til konstant vægt ved 103 °C.

**Fedtsyrer:** AF271.1, Fedtsyrer ved gaskromatografi på kapillarsøjle

*Princip:* Lipidet isoleres ved ekstraktion med ether/petroleumsether (metode AF2131) og transmetyleres med bortrifluorid-methanol-komplex. Efter ekstraktion med n-heptan injiceres methylestre i gaskromatografen udstyret med en passende polær kapillarsøjle til adskillelse af fedtsyremethylestre.

**Tørstof:** AZ102.2, Tørstofbestemmelse i sammensatte levnedsmidler

*Princip:* Prøven tørres til konstant vægt ved 70 °C under vacuum.

**Aske:** AM0122, Bestemmelse af aske i levnedsmidler.

*Princip:* Efter eventuel forudgående tørring under varmelamper, foraskes prøverne i muffelovn ved 550°C til konstant vægt.

**Na, K, Ca, Mg, Fe, Cu, Zn, Mn og P:** FM0611, Bestemmelse af grundstoffer i levnedsmidler ved ICP-AES efter trykforaskning.

*Princip:* Fødevarerprøven findeles ved homogenisering og en delprøve destrueres med salpetersyre i mikrobølgeovn/ og eller i trykforaskningsbomber (Berghofbomber). Destruktionsopløsningens indhold af grundstoffer Ca, Cr, Cu, Fe, K, Mg, Mn, Na, Ni, P, Sn og Zn bestemmes ved ICP-OES.

**Chlorid:** AM1093, Chlorid i levnedsmidler.

*Princip:* Chlorid bestemmes ved potentiometrisk titrering med sølvnitrat i en vandig opslemning af prøven.



## Kvalitetssikring

### Indledning

Kvalitetssikringsarbejdet er beskrevet i kvalitetssikringsrapporter fra Fødevareregion Århus (Fødevareregion Århus, 2004). I det følgende gengives kun hovedtrækkene fra disse rapporter.

Alle prøver er analyseret ved enkeltbestemmelse.

Der er løbende ført kontrol med analysekvaliteten ved at føre r/R-kort for afvigelsen på dobbeltbestemmelser. Herudover er der dels medtaget kontrolprøver, dels certificeret referencemateriale, samt tilsætningsforsøg. For kontrolprøver, certificeret referencemateriale og tilsætningsforsøg er der løbende ført x-kort.

### Metodeparametre

Nedenstående er opført metodespredninger for de anvendte analysemetoder (jf. bilag 1).

		Niveau
<i>Protein</i>		
< 1,5 g/100 g	: S <sub>metode absolut</sub> = 0,029 g/100 g	0,14 – 1,5 g/100 g
≥ 3 g/100 g	: S <sub>metode relativ</sub> = 1,9 %	1,5 – 82,5 g/100 g
<i>Fedt</i>		
< 3 g/100 g	: S <sub>metode absolut</sub> = 0,14 g/100 g	0,052 – 3,1 g/100 g
≥ 3 g/100 g	: S <sub>metode relativ</sub> = 3,6 %	3,1 – 52,9 g/100 g
<i>Fedtsyrer</i>		
C16:0	: S <sub>metode relativ</sub> = 3,4 %	0,11 – 14,7 g/100 g
C18:0	: S <sub>metode relativ</sub> = 3,8 %	0,02 – 12,1 g/100 g
C18:1c	: S <sub>metode relativ</sub> = 3,5 %	0,08 – 53,9 g/100 g
C18:2	: S <sub>metode relativ</sub> = 4,0 %	0,09 – 22,6 g/100 g
<i>Tørstof</i>	: S <sub>metode relativ</sub> = 1,0 %	2,11 – 99,0 g/100 g
<i>Aske</i>		
< 1 g/100 g	: S <sub>metode absolut</sub> = 0,018 g/100 g	0,13 – 0,95 g/100 g
≥ 1 g/100 g	: S <sub>metode relativ</sub> = 1,8 %	1,05 – 9,3 g/100 g

<i>Chlorid</i>	: $S_{\text{metode relativ}} = 1,3 \%$	0,06 - 24,9 g/100 g
<i>Calcium</i>	: $S_{\text{metode relativ}} = 2 \%$	
<i>Jern</i>	: $S_{\text{metode relativ}} = 3 \%$	
<i>Kalium</i>	: $S_{\text{metode relativ}} = 4 \%$	
<i>Magnesium</i>	: $S_{\text{metode relativ}} = 3 \%$	
<i>Natrium</i>	: $S_{\text{metode relativ}} = 2 \%$	
<i>Zink</i>	: $S_{\text{metode relativ}} = 4 \%$	
<i>Phosphor</i>	: $S_{\text{metode relativ}} = 3 \%$	
<i>Kobber</i>	: $S_{\text{metode relativ}} = 4 \%$	

## Kontrolmateriale

*Som metodecheck er medtaget følgende kontrolmaterialer:*

Leverpostej-1995-LST	Nitrogen, fedt/fedtsyrer, tørstof, aske, chlorid
CRM 1122 Bovine Muscle Powder	Mineraler
CRM 1097 Wheat Gluten	Mineraler

*Yderligere er der medtaget følgende certificerede referenceprøver:*

SMRD 2000 Kødpostej	Nitrogen, fedt, aske, chlorid
CRM 162, Soja-/majsolie	Fedtsyrer

## Tilsætningsforsøg

Der blev foretaget tilsætninger til beregning af genfindelser for chlorid og mineraler

## Konklusion

Vurderet ud fra den udførte kvalitetssikring, er analysearbejdet forløbet tilfredsstillende.

### Næringsstofindhold i kantinemåltider

- 6.1 Næringsstofindhold i g/100 g i kantinemåltider fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn
- 6.2 Næringsstofindhold i g/portion i kantinemåltider fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn
- 6.3 Næringsstofindhold i g/100 g i enkeltkomponenter fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn
- 6.4 Næringsstofindhold i g/100 g i enkeltkomponenter fra 6 3F-kantiner

## Bilag 6 Næringsstoindehold i kantinemåltider.

### Bilag 6.1 Næringsstofindehold i g/100 g i kantinemåltider fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.

Prøve- nr. 0404-	Test- portion	pr. 100 g											
		Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Fedtsyrerfordeling					Tør- stof	Aske	NaCl*
						Sat.	Mono.	Poly.	Trans.	Andre			
		kJ	g										
671	106-01	1030	12,3	22	11,8	2,8	4,2	3,0	0,11	-	47,9	1,83	1,25
672	106-02	530	9,4	12	4,2	1,3	1,5	0,8	0,080	0,043	27,46	1,62	0,94
673	106-03	370	5,8	10	2,7	0,7	1,0	0,6	-	0,017	19,66	1,07	0,415
674	106-04	610	7,7	17	5,1	0,9	2,2	1,2	-	0,022	31,0	1,36	0,91
675	106-05	1120	11,6	24	13,4	6,0	4,2	1,2	0,26	-	51,6	2,22	1,29
676	106-06	720	6,2	16	8,7	1,9	4,2	1,7	0,056	-	32,7	1,33	0,641
1022	106-07	610	3,52	17	6,6	2,3	2,4	1,3	-	-	29,03	1,47	0,93
1023	106-08	770	9,8	21	6,6	1,7	2,4	1,3	0,053	-	38,6	1,70	1,16
1024	106-09	330	1,70	12	2,6	0,3	1,3	0,7	-	-	17,60	1,29	0,738
1025	106-10	680	7,4	14	8,3	2,9	3,5	0,9	-	-	31,7	1,97	1,21
1026	106-11	650	6,3	12	8,8	3,2	3,9	1,0	-	-	29,5	2,13	1,44
1027	106-12	670	7,0	23	4,3	0,8	1,6	1,4	-	-	35,6	1,36	0,84
1961	1-01	590	10,9	12	5,4	1,3	2,0	1,2	-	-	29,9	1,86	0,711
1962	1-02	510	5,6	12	5,7	1,6	2,2	1,3	-	-	24,34	1,40	0,95
1963	1-03	690	7,0	16	7,8	2,9	2,5	1,1	0,090	-	32,5	1,83	1,35
1964	1-04	840	11,3	11	12,0	2,5	4,3	2,5	-	-	36,4	1,76	0,99
1965	1-05	580	6,4	13	6,7	1,7	2,7	1,1	0,039	-	27,50	1,70	1,16
1966	1-06	540	6,0	20	2,7	0,5	1,0	0,7	0,018	0,018	30,2	1,51	0,95
2095	1-07	440	9,5	13	1,6	0,4	0,5	0,4	-	-	24,83	0,94	0,227
2096	1-08	790	11,2	17	8,0	2,4	3,4	1,6	0,084	-	39,0	2,57	1,75
2097	1-09	670	10,5	14	6,8	1,4	3,1	1,2	0,029	-	32,9	2,03	1,38
2098	1-10	330	12,6	2,6	2,0	0,7	0,7	0,3	-	-	18,61	1,41	0,783
2099	1-11	550	8,4	13	4,9	0,9	1,6	1,5	-	0,021	27,37	1,28	0,603
2100	1-12	640	5,4	19	5,8	1,0	1,6	2,2	-	-	31,9	1,51	0,683

Energifordeling			Fedtsyrerfordeling				
Prot.	Kulh.	Fedt	Sat.	Mono.	Poly.	Trans.	Andre
E%			%				
20,2	36,2	43,6	27,6	42,1	29,3	1,1	-
30,2	39,6	30,2	33,7	40,9	22,1	2,1	1,1
26,3	46,5	27,2	29,4	43,9	26,0	-	0,7
21,4	46,9	31,7	21,3	50,6	27,6	-	0,5
17,6	36,9	45,4	51,4	36,1	10,2	2,2	-
14,7	39,0	46,3	24,3	53,8	21,2	0,7	-
9,8	48,9	41,3	38,7	39,6	21,7	-	-
21,7	45,6	32,7	30,9	44,1	24,0	1,0	-
8,7	61,1	30,2	15,1	55,5	29,4	-	-
18,6	35,2	46,2	39,7	48,5	11,8	-	-
16,4	32,2	51,5	39,9	48,1	12,0	-	-
17,6	57,9	24,4	21,5	42,2	36,3	-	-
31,5	33,8	34,7	28,5	44,0	27,5	-	-
18,8	38,5	42,7	31,6	42,9	25,5	-	-
17,4	39,2	43,4	44,2	38,5	16,0	1,4	-
22,9	22,8	54,3	27,0	46,6	26,3	-	-
18,9	37,2	43,9	30,6	49,1	19,6	0,7	-
18,6	62,8	18,6	20,9	44,6	32,8	0,8	0,8
36,9	49,3	13,8	29,3	38,5	32,2	-	-
24,1	37,5	38,4	32,4	44,9	21,6	1,1	-
26,8	34,5	38,7	25,0	53,3	21,2	0,5	-
64,3	13,2	22,5	40,9	43,2	15,9	-	-
26,0	40,0	34,0	23,1	38,8	37,6	-	0,5
14,4	51,2	34,4	20,0	33,8	46,2	-	-

Bilag 6.1 Næringsstofindhold i g/100 g i kantinemåltider fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.

Prøve- nr. 0404-	Test- portion	pr. 100 g											Energifordeling			Fedtsyrerfordeling					
		Ener- gi (f=6,25)	Pro- tein	Kulhy- drat	Fedt	Fedtsyrerfordeling					Tør- stof	Aske	NaCl*	Prot.	Kulh.	Fedt	Sat.	Mono.	Poly.	Trans.	Andre
						Sat.	Mono.	Poly.	Trans.	Andre											
		kJ	g											E%			%				
2183	17-01	740	9,2	17	7,6	2,7	2,2	1,8	-	-	35,9	1,77	1,17	21,1	39,9	39,0	40,5	32,7	26,7	-	-
2184	17-02	1130	8,2	28	13,5	4,9	4,0	2,8	0,10	-	51,0	1,28	0,493	12,4	42,3	45,3	41,7	33,9	23,5	0,9	-
2185	17-03	970	8,4	26	10,0	1,7	4,9	2,1	-	-	45,9	1,42	1,05	14,9	45,9	39,3	19,7	56,1	24,2	-	-
2186	17-04	730	6,0	19	8,1	2,1	3,3	1,7	0,061	-	34,5	1,49	0,79	14,1	43,8	42,1	29,2	45,7	24,3	0,9	-
2187	17-05	720	7,5	16	8,4	2,8	2,4	1,7	0,12	-	33,3	1,44	0,596	17,7	37,8	44,4	40,1	34,3	23,9	1,7	-
2188	17-06	730	15,0	22	2,8	0,7	0,8	1,0	-	-	41,8	2,44	1,87	35,0	50,5	14,6	28,3	31,0	40,7	-	-
2284	17-07	420	5,4	12	3,1	1,6	0,8	0,3	0,065	-	21,81	1,12	0,679	21,9	50,0	28,1	57,5	30,6	9,5	2,4	-
2285	17-08	1350	7,9	37	15,4	4,3	6,2	2,6	-	-	62,5	1,75	1,22	9,9	47,1	43,1	33,1	47,2	19,8	-	-
2286	17-09	420	4,67	13	3,1	1,6	0,9	0,3	0,063	-	22,24	1,13	0,655	18,7	53,3	28,0	57,9	30,5	9,4	2,2	-
2287	17-10	1000	6,5	36	7,2	1,8	3,0	1,3	-	-	51,3	1,45	1,08	11,1	61,4	27,5	29,6	48,9	21,5	-	-
2288	17-11	850	9,7	20	9,1	3,6	3,7	1,0	-	-	40,9	2,28	1,63	19,4	39,8	40,8	43,2	44,9	12,0	-	-
2289	17-12	860	8,0	28	6,6	2,5	2,6	0,8	-	-	44,8	2,21	1,49	15,8	54,9	29,2	42,0	44,0	14,0	-	-
2618	203-01	430	6,0	11	3,8	0,7	1,7	0,9	-	-	21,79	1,13	0,641	23,7	42,8	33,5	21,8	51,5	26,7	-	-
2619	203-02	870	8,8	21	9,6	3,1	4,3	1,2	0,083	-	41,0	1,59	0,613	17,1	41,2	41,7	35,1	49,7	14,2	1,0	-
2620	203-03	940	10,3	20	11,0	3,3	4,7	1,4	0,10	-	43,2	1,67	0,614	18,7	36,9	44,5	34,9	49,4	14,6	1,1	-
2621	203-04	920	12,6	18	10,4	3,3	4,6	1,2	0,13	-	43,1	1,71	0,661	23,2	34,0	42,9	35,4	50,3	12,8	1,5	-
2622	203-05	1060	4,72	37	9,0	2,6	4,1	1,6	-	-	52,7	1,74	0,699	7,6	60,0	32,4	31,0	49,3	19,7	-	-
2623	203-06	560	3,71	19	4,8	1,2	2,4	0,7	-	-	28,05	0,89	0,424	11,2	56,4	32,4	27,7	56,5	15,7	-	-
2826	203-07	660	11,5	14	5,8	1,4	2,7	1,2		0,031	33,8	2,10	1,50	29,6	37,1	33,3	26,0	51,4	22,0	-	0,6
2827	203-08	510	4,88	15	4,3	1,2	1,7	0,8	0,181		25,75	1,13	0,735	16,3	51,7	32,0	31,1	44,1	20,1	4,7	-
2828	203-09	790	8,5	19	8,4	1,6	3,4	2,5			38,1	1,76	1,16	18,3	41,6	40,1	21,2	45,8	33,0	-	-
2829	203-10	360	2,50	14	2,1	0,3	1,0	0,5		0,022	19,00	0,59	0,221	11,9	65,8	22,3	15,1	56,7	27,0	-	1,2
2830	203-11	830	9,8	17	9,5	2,6	3,6	1,9	0,126		38,6	1,74	1,04	20,2	36,0	43,8	31,5	43,9	23,1	1,5	-
2831	203-12	550	6,9	10	6,7	1,2	3,0	1,5	-	-	24,94	0,98	0,482	21,3	32,0	46,6	20,8	53,4	25,8	-	-

Bilag 6.1 Næringsstofindhold i g/100 g i kantinemåltider fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.

Prøve- nr. 0404-	Test- portion	pr. 100 g											Energifordeling			Fedtsyrerfordeling					
		Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Fedtsyrerfordeling					Tør- stof	Aske	NaCl*	Prot.	Kulh.	Fedt	Sat.	Mono.	Poly.	Trans.	Andre
						Sat.	Mono.	Poly.	Trans.	Andre											
		g											E%			%					
3011	14-01	640	6,7	23	3,5	0,9	1,4	0,7	-	0,024	34,5	1,40	0,712	17,8	61,5	20,7	29,7	45,3	24,2	-	0,8
3012	14-02	470	4,58	16	3,2	1,1	0,7	0,9	0,045	-	24,68	0,99	0,438	16,5	57,3	26,2	40,5	24,8	33,1	1,6	-
3013	14-03	560	9,0	11	5,9	1,4	2,6	1,2	-	-	27,08	1,18	0,678	27,2	33,2	39,6	26,4	50,2	23,4	-	-
3014	14-04	710	10,8	12	8,4	2,4	3,1	1,9	-	-	32,5	1,35	0,659	26,1	28,6	45,4	32,4	41,5	26,1	-	-
3015	14-05	870	15,8	9,7	11,4	5,1	3,5	1,2	0,16	-	38,5	1,60	0,82	31,0	19,1	49,9	51,1	35,1	12,2	1,6	-
3016	14-06	690	10,3	11	8,5	2,1	3,3	1,8	-	-	31,4	1,66	0,98	25,6	27,1	47,3	29,4	46,3	24,3	-	-
3140	14-07	530	8,3	11	5,3	1,2	2,2	1,2	0,034	0,027	26,50	1,91	1,17	26,8	35,1	38,1	27,0	46,7	25,0	0,7	0,6
3141	14-08	570	5,4	17	5,1	1,6	1,3	1,5	0,054	-	28,40	1,07	0,498	16,0	50,1	33,9	35,8	28,8	34,1	1,2	-
3142	14-09	530	8,0	9,5	6,1	1,4	1,4	2,3	0,090	-	24,99	1,38	0,664	25,8	30,7	43,5	27,2	27,3	43,7	1,7	-
3143	14-10	350	5,8	11	1,6	0,6	0,4	0,3	0,016	0,015	20,17	1,51	0,678	28,0	55,1	16,9	42,7	32,1	22,9	1,2	1,1
3144	14-11	920	12,9	26	6,8	1,5	2,8	2,0	-	0,044	47,7	1,98	1,50	23,9	48,2	27,9	22,8	44,4	32,1	-	0,7
3145	14-12	710	4,83	14	10,5	3,6	3,0	2,9	0,15	-	30,3	1,32	0,752	11,5	32,5	56,0	37,2	31,6	29,7	1,5	-
3500	103-01	550	5,3	14	5,9	2,3	2,1	0,8	-	-	26,31	1,21	0,87	16,5	43,0	40,5	43,6	41,1	15,3	-	-
3501	103-02	550	5,3	14	5,9	2,3	2,1	0,8	-	-	26,31	1,21	0,87	16,5	43,0	40,5	43,6	41,1	15,3	-	-
3260	103-03	820	12,5	16	8,8	3,2	3,6	1,1	-	-	39,3	1,99	1,08	26,1	33,2	40,8	40,5	45,2	14,3	-	-
3502	103-04	550	5,3	14	5,9	2,3	2,1	0,8	-	-	26,31	1,21	0,87	16,5	43,0	40,5	43,6	41,1	15,3	-	-
3366	103-05	820	7,3	24	7,6	2,7	3,1	1,1	-	-	40,8	1,67	1,03	15,1	49,8	35,1	39,5	45,0	15,5	-	-
3503	103-06	550	5,3	14	5,9	2,3	2,1	0,8	-	-	26,31	1,21	0,87	16,5	43,0	40,5	43,6	41,1	15,3	-	-
3367	103-07	620	6,6	12	8,1	3,1	3,5	0,8	-	-	28,39	1,72	1,13	18,1	32,3	49,6	41,7	46,9	11,4	-	-
3368	103-08	840	9,6	30	4,7	1,1	2,0	0,9	-	-	45,8	1,89	1,43	19,3	59,6	21,1	27,4	50,0	22,6	-	-
3369	103-09	720	10,0	11	9,4	3,6	4,0	0,9	-	-	33,0	2,40	1,73	23,6	26,6	49,8	42,7	46,9	10,4	-	-
3370	103-10	790	7,9	17	9,6	2,6	4,2	1,4	-	-	36,3	1,41	0,82	16,9	37,3	45,9	31,9	51,4	16,7	-	-
3371	103-11	680	8,1	8,8	10,4	4,1	4,3	0,8	0,10	-	29,5	2,23	1,60	20,1	21,9	58,0	44,1	46,6	8,2	1,1	-
3372	103-12	620	8,7	12	6,9	2,5	2,8	0,6	-	-	30,0	2,28	1,61	23,9	33,3	42,7	42,4	46,9	10,6	-	-







































**Bilag 6.4 Næringsstofindhold i g/100 g i enkeltkomponenter fra 6 3F-kantiner**

Prøve-nr.	Enkelt-komponent	Type**	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
				Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
				kJ	g							g	mg	E%	E%	E%
0404- 1401	301-51	Varm ret	Kulmule m. tomatchillipesto	600	16,1	5,7	6,0	29,3	1,41	0,600	0,61	0,364	239	45,7	16,1	38,2
0404- 1402	301-52	Varm ret	Kartofler stegte	400	1,78	17	2,3	22,0	1,42	0,744	0,72	0,452	283	7,6	70,8	21,6
0404- 1403	301-53	Varm ret	Tomatsauce	390	1,44	12	4,3	20,7	2,93	2,54	2,49	1,54	980	6,2	51,9	41,9
0404- 1404	301-54	Koldt	Roastbeef m. remoulade	1090	11,2	23	13,4	49,3	1,59	0,93	0,88	0,564	348	17,4	35,9	46,7
0404- 1405	301-56	Varm ret	Rødkålssalat	200	1,10	10	<0,5	12,2	0,69	0,045	0,02	0,027	7,7	9,6	90,4	0,0
0404- 1407	301-57	Sandwich	Skinke/ost	1070	10,0	29	10,6	51,9	1,88	1,16	1,23	0,706	484	15,9	46,6	37,5
0404- 1475	301-58	Koldt 1	Æg m. rejer/kaviar	710	11,2	17	5,9	36,1	1,55	1,02	1,04	0,620	409	26,7	41,8	31,5
0404- 1476	301-59	Koldt	Æg m. rejer og mayonnaise	1020	9,7	17	15,1	43,1	1,59	1,03	1,02	0,625	401	16,1	27,7	56,2
0404- 1477	301-60	Sandwich	Roastbeef	1100	10,1	31	10,8	52,8	1,36	0,78	0,76	0,475	300	15,6	47,1	37,4
0404- 1478	301-61	Koldt	Leverpostej m. bacon	1020	8,8	18	15,0	44,0	2,22	1,62	1,60	0,98	630	14,5	29,9	55,6
0404- 1479	301-62	Varm ret	Kødsovs alm.	600	11,4	6,4	7,8	27,5	1,90	1,25	1,24	0,760	486	32,5	18,2	49,3
0404- 1480	301-63	Kage	Drømmekage	1590	4,91	56	14,9	76,9	1,58	0,334	0,99	0,202	389	5,2	59,2	35,5
0404- 1481	301-64	Varm ret	Kødsovs fitness.	490	17,4	3,0	3,9	25,8	1,57	1,00	0,98	0,608	384	59,9	10,2	29,9
0404- 1529	303-51	Koldt	Flæske-(nakke)steg m. grønt	760	8,7	18	8,0	35,6	1,11	0,478	0,46	0,290	182	19,5	40,1	40,4
0404- 1530	303-52	Koldt 2	Spegepølse m. grønt	1560	8,5	23	26,8	61,3	2,83	2,13	1,91	1,29	750	9,3	25,4	65,4
0404- 1531	303-53	Sandwich	Rullepølse	900	9,8	23	9,1	44,0	2,13	1,71	1,52	1,04	600	18,4	43,2	38,4
0404- 1532	303-54	Varm ret	Skinkeschnizel	810	25,1	5,9	7,3	40,1	1,76	0,742	0,73	0,450	287	52,9	12,4	34,6
0404- 1533	303-55	Varm ret	Kartofler stegte	440	1,77	17	2,9	23,3	1,26	0,563	0,53	0,342	207	6,9	67,6	25,5
0404- 1630	302-05	Buffet	Spegepølse m. mayonnaise	1110	9,2	30	11,4	54,0	2,94	2,22	2,06	1,35	810	14,1	46,8	39,1
0404- 1632	302-51	Varm ret	Kyllingeoverlår	1050	25,0	0,4	16,3	43,7	1,94	1,19	1,11	0,723	436	40,5	0,7	58,8
0404- 1633	302-52	Buffet	Æg m. grønt	620	9,6	15	5,1	31,3	1,31	0,89	0,91	0,540	357	26,3	42,1	31,6
0404- 1634	302-53	Varm ret	Kartofler m. grøntsager	360	2,37	16	1,3	21,3	1,67	0,98	0,94	0,595	371	11,2	75,0	13,8
0404- 1765	302-55	Varm ret	Ribbensteg m. sprød svær	1380	25,2	1,1	24,5	52,4	1,60	0,85	0,87	0,518	341	31,1	1,4	67,5
0404- 1766	302-56	Salat	Rødkålssalat	330	1,46	12	2,6	16,7	0,52	0,025	0,01	0,015	4,57	7,5	62,6	29,9
0404- 1767	302-57	Buffet	Skinke m. italiensk salat	830	8,8	21	8,4	41,1	2,66	1,94	1,96	1,18	770	17,9	43,7	38,4
0404- 1852	303-56	Koldt	Rullepølse m. sky	790	10,3	15	9,5	36,9	2,46	1,92	1,83	1,17	720	22,4	31,6	46,1
0404- 1853	303-57	Koldt 2	Rullepølse m. grønt	970	8,4	23	11,7	44,9	2,06	1,50	1,45	0,91	570	14,7	39,8	45,5
0404- 1854	303-58	Sandwich	Kyllingepølse	790	7,2	28	5,4	41,9	1,78	1,32	1,30	0,80	510	15,4	58,9	25,7
0404- 1855	303-59	Varm ret	Hamburgerryg	690	26,5	0	6,2	35,1	2,62	2,04	1,93	1,24	760	65,5	0,0	34,5
0404- 1856	303-60	Varm ret	Hvid sauce	300	1,87	5,6	4,4	13,6	1,70	1,37	1,35	0,83	533	10,7	32,4	56,8



**Bilag 6.4 Næringsstofindhold i g/100 g i enkeltkomponenter fra 6 3F-kantiner**

Prøve-nr.	Enkelt-komponent	Type**	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
				Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
				kJ	g						g	mg	E%	E%	E%	
0404- 2521	304-51	Varm ret	Kogte ris m. carry og olie	730	3,19	33	2,9	40,1	0,69	0,480	0,46	0,291	182	7,4	77,7	14,9
0404- 2522	304-52	Varm ret	Strudseragout	450	9,5	6,4	4,8	22,1	1,46	0,702	0,63	0,426	249	35,6	24,3	40,1
0404- 2523	304-53	Koldt	Æg m. rejer og mayonnaise	740	8,1	16	8,8	33,8	1,13	0,598	0,61	0,363	240	18,5	36,2	45,4
0404- 2524	304-54	Koldt	Flæskesteg m. grønt	740	9,4	19	6,8	36,5	1,16	0,596	0,54	0,361	213	21,4	43,9	34,7
0404- 2531	305-07	Koldt 1	Roastbeef m. grønt	810	11,2	27	4,3	44,1	1,58	0,89	0,83	0,541	328	23,5	56,4	20,1
0404- 2532	305-08	Koldt	Æg m. grønt	600	6,8	13	6,7	28,1	1,09	0,536	0,52	0,325	203	19,2	38,1	42,7
0404- 2533	305-09	Varm ret	Grøntsager til kinesisk kyllingegryde	210	2,11	6,7	1,5	11,1	0,84	0,348	0,25	0,211	98	17,5	55,2	27,3
0404- 2534	305-54	Varm ret	Soyasauce til kinesisk kyllingegryde	210	2,90	9,5	<0,5	18,7	6,25	5,78	5,49	3,50	2160	23,4	76,6	0,0
0404- 2535	305-55	Varm ret	Kylling til kinesisk kyllingegryde	580	23,6	0,6	4,4	31,1	2,45	1,57	1,68	0,95	660	69,4	1,8	28,8
0404- 2536	305-56	Kage	Vandbakkelse m. flødecreme	1060	3,75	28	13,7	46,2	0,84	0,192	0,36	0,117	141	6,0	44,8	49,1
0404- 2537	305-57	Sandwich 1	Roastbeef	870	9,6	35	3,1	48,6	1,30	0,87	0,79	0,528	311	18,7	67,6	13,7
0404- 2690	305-58	Koldt	Spegepølse m. remoulade	1290	5,12	26	20,2	52,9	2,09	1,49	1,47	0,90	580	6,8	33,7	59,5
0404- 2691	305-59	Sandwich	Flæskesteg	1320	9,3	30	17,1	58,1	1,93	1,29	1,42	0,78	560	12,1	38,4	49,5
0404- 2692	305-60	Varm ret	Flødestuvet spinat	650	2,95	7,0	12,7	24,3	1,58	0,86	0,80	0,521	313	7,7	18,2	74,1
0404- 2693	305-61	Varm ret	Glaseret skinke	780	26,6	1,9	7,8	40,1	3,80	3,07	3,01	1,86	1184	57,8	4,1	38,0
0404- 2710	304-55	Koldt 1	Leverpostej m. bacon	900	8,0	17	12,3	40,3	2,49	1,94	1,83	1,18	720	15,2	33,0	51,8
0404- 2711	304-56	Koldt 1	Skinke m. rørag og grønt	750	8,1	17	8,7	35,9	2,31	1,70	1,65	1,03	650	18,2	37,8	43,9
0404- 2712	304-57	Varm ret	Cheddar ostesovs	670	2,79	6,9	13,3	24,7	1,73	1,01	1,23	0,614	483	7,1	17,4	75,5
0404- 2713	304-58	Varm ret	Marinerede grøntsager	220	1,08	6,5	2,5	10,9	0,89	0,391	0,36	0,237	143	8,2	49,4	42,4
0404- 2714	304-59	Varm ret	Tortilla	1250	7,3	54	5,5	68,2	1,54	0,93	1,08	0,563	426	9,9	73,2	16,9
0404- 2715	304-60	Varm ret	Kødsovs til tortilla	620	10,4	4,2	9,7	25,7	1,45	0,682	0,61	0,414	239	28,7	11,7	59,6
0404- 2716	304-61	Kage	Chokoladekage	1620	5,5	49	18,3	73,8	1,42	0,306	0,65	0,186	254	5,8	51,2	43,0
0404- 2717	304-62	Sandwich 1	Flæskesteg	1250	8,2	33	14,6	57,0	1,44	1,06	0,99	0,646	388	11,1	44,5	44,4
0404- 2718	304-63	Sandwich	Æg m. grønt	1330	7,0	28	19,4	55,9	1,39	0,98	0,97	0,593	381	8,9	35,8	55,3
0404- 9601	301-15	Buffet	Leverpostej m. bacon	870	8,7	19	10,3	40,7	2,28	1,62	1,60	0,98	630	16,9	38,0	45,1
0404- 9605	301-71	Kold ret	Fitnessmenu	670	7,9	24,8	3,1	37,2	1,41	0,96	0,93	0,585	365	19,8	62,7	17,4
0404- 9606	301-72	Koldt 1	Æg m. rejer	750	10,2	17,9	7,0	36,8	1,59	1,03	1,11	0,625	436	23,2	40,9	35,8
0404- 9607	301-73	Koldt	Æg m. rejer	1020	9,4	16,2	15,2	42,5	1,56	1,06	1,09	0,642	429	15,8	27,2	57,0
0404- 9608	301-74	Sandwich	Roastbeef	930	6,7	26,3	9,8	44,0	1,19	0,725	0,68	0,44	268	12,2	47,9	39,9
0404- 9609	301-75	Varm ret	Skinkeschnizel	1120	21,5	22,8	9,6	57,3	3,30	2,25	2,34	1,36	920	32,7	34,7	32,6

**Bilag 6.4 Næringsstofindhold i g/100 g i enkeltkomponenter fra 6 3F-kantiner**

Prøve-nr.	Enkelt-komponent	Type**	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
				Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
				kJ	g							g	mg	E%	E%	E%
0404- 9616	301-76	Varm ret	Oksekød, stegt	1080	29,9	1,3	14,4	47,1	1,45	0,644	0,66	0,39	261	47,2	2,0	50,8
0404- 9617	301-77	Varm ret	Oystersauce	270	2,07	7,5	2,8	14,0	1,64	1,24	1,22	0,753	481	13,1	47,4	39,6
0404- 9618	301-78	Varm ret	Stegte kartofler	770	3,09	25,3	7,6	37,8	1,79	0,709	0,66	0,43	258	6,8	55,9	37,3
0404- 9619	301-79	Koldt	Rullepølse m. sky	850	8,7	19,5	9,7	40,2	2,32	1,68	1,65	1,02	650	17,4	39,1	43,5
0404- 9620	301-80	Koldt	Leverpostej m. bacon	880	7,8	18,3	11,4	39,8	2,29	1,72	1,68	1,043	660	15,2	35,6	49,3
0404- 9621	301-81	Sandwich	Kalkun/bacon	660	8,9	24,2	2,6	37,5	1,78	1,06	1,05	0,646	413	22,8	62,1	15,1
0404- 10036	304-71	Sandwich	Roastbeef	1040	9,4	24,0	12,5	47,3	1,41	0,78	0,75	0,47	294	15,3	39,1	45,6
0404- 10037	304-72	Koldt 1	Æg m. rejer	600	7,2	14,0	6,2	28,7	1,30	0,694	0,75	0,421	294	20,6	39,8	39,6
0404- 10038	304-73	Koldt 1	Æg m. rejer	660	9,0	12,5	7,9	30,7	1,29	0,78	0,81	0,472	319	23,1	31,9	45,0
0404- 10039	304-74	Varm ret	Vildtgullasch	340	11,2	4,9	1,7	19,0	1,21	0,588	0,56	0,357	220	56,3	24,6	19,1
0404- 10040	304-75	Varm ret	Tarteletfyld	190	3,63	5,2	1,0	11,1	1,31	0,97	1,10	0,589	431	32,8	47,3	19,8
0404- 10047	304-76	Kold ret	Kartoffelsalat	350	2,33	12,5	2,6	18,5	1,08	0,543	0,55	0,329	215	11,2	60,5	28,2
0404- 10048	304-77	Koldt	Leverpostej m. grønt	790	6,2	21,0	8,7	37,7	1,77	1,13	1,02	0,683	403	13,3	44,9	41,8
0404- 10049	304-78	Koldt	Roastbeef m. grønt	880	14,4	19,9	7,9	43,9	1,64	0,83	0,76	0,504	298	27,8	38,3	33,9
0404- 10050	304-79	Sandwich	Æg/rejer	650	10,0	17,9	4,7	34,0	1,40	0,92	0,86	0,558	337	26,1	46,6	27,4
0404- 10051	304-80	Varm ret	Kalkunfrikadeller	520	17,5	8,6	1,9	30,1	2,13	1,24	1,14	0,751	448	57,8	28,4	13,8
0404- 10052	304-81	Varm ret	Balsamicosauce	140	1,29	6,9	<0,5	9,95	1,79	1,21	0,77	0,736	304	15,8	84,2	0,0
0404- 10053	304-82	Varm ret	Kartoffel-rodfrugt suppe	180	1,20	9,3	<0,5	11,7	1,19	0,742	0,71	0,45	280	11,4	88,6	0,0
0404- 10054	304-83	Varm ret	Sennepssauce	400	3,94	10,4	4,2	20,8	2,24	1,56	1,55	0,94	610	16,6	44,0	39,4
0404- 10061	305-71	Varm ret	Butterdej (Floron)	2000	8,1	46,3	28	83,7	1,09	0,88	0,72	0,532	284	6,9	39,4	53,7
0404- 10062	305-72	Varm ret	Skaldyr i hummersauce	320	5,11	8,7	2,3	17,6	1,47	0,93	0,96	0,564	376	26,9	46,0	27,1
0404- 10063	305-73	Koldt	Rullepølse m. sky	680	9,1	15,5	7,0	33,8	2,23	1,56	1,65	0,95	650	22,5	38,5	39,0
0404- 10064	305-74	Koldt 1	Æg m. rejer/kaviar	620	10,5	11,8	6,4	30,1	1,50	0,87	0,87	0,528	343	28,7	32,3	39,0
0404- 10065	305-75	Sandwich	Roastbeef	880	9,7	32,8	4,1	48,4	1,79	1,12	1,27	0,681	500	18,8	63,6	17,6
0404- 10066	305-76	Sandwich 1	Kalkunbryst	790	8,4	33,9	1,9	46,2	2,05	1,38	1,65	0,84	650	18,2	72,9	9,0
0404- 10077	305-77	Sandwich	Skinke/ost	890	10,2	27,2	6,6	46,1	2,07	1,27	1,27	0,771	500	19,6	52,1	28,4
0404- 10078	305-78	Koldt	Flæskesteg m. grønt	1040	8,5	24,7	12,4	47,0	1,38	0,493	0,50	0,299	195	14,0	40,5	45,5
0404- 10079	305-79	Varm ret	Kartofler med rodfrugter	330	1,49	15,6	1,1	19,4	1,24	0,605	0,50	0,367	196	7,6	80,2	12,2
0404- 10080	305-80	Varm ret	Svinekam, marineret	990	30,8	0,0	12,2	41,8	1,05	0,183	0,20	0,111	78	53,0	0	47,0
0404- 10081	305-81	Varm ret	Sauce	220	2,91	8,3	0,8	14,7	2,64	1,78	1,93	1,08	760	22,4	64,1	13,4

**Bilag 6.4 Næringsstofindhold i g/100 g i enkeltkomponenter fra 6 3F-kantiner**

Prøve-nr.	Enkelt-komponent	Type**	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
				Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
				kJ	g							g	mg	E%	E%	E%
0404- 10799	106-71	Varm ret	Pastaret	540	4,83	15,7	5,1	26,7	1,04	0,555	0,57	0,337	224	15,1	49,1	35,8
0404- 10800	106-72	Buffet	Spegepølse m. grønt	1070	8,0	25,4	13,3	49,1	2,42	1,81	1,80	1,1	710	12,7	40,3	47,0
0404- 10801	106-73	Buffet	Skinke	870	12,4	25,7	6,0	46,8	2,73	1,82	2,03	1,1	800	24,0	50,0	26,0
0404- 10808	106-74	Varm ret	Dansk bøf m. bløde løg	970	20,0	4,5	14,5	40,4	1,34	0,432	0,46	0,262	182	35,1	7,9	57,0
0404- 10809	106-75	Varm ret	Brun sovs	220	0,67	6,0	2,9	10,6	1,0	0,85	0,80	0,517	315	5,1	45,4	49,6
0404- 10810	106-76	Buffet	Roastbeef m. remoulade	1120	13,5	19,6	14,8	49,5	1,67	0,98	0,97	0,592	380	20,4	29,6	50,0
0404- 11491	302-71	Buffet	Leverpostej m. rødbede	730	5,5	26,2	5,0	38,5	1,76	1,08	0,98	0,653	386	12,8	61,1	26,1
0404- 11492	302-72	Buffet	Spegepølse m. mayonnaise	1400	10,8	20,6	22,8	57,1	2,88	2,23	2,08	1,35	820	13,1	25,1	61,8
0404- 11493	302-73	Varm ret	Chilli con carne	480	7,1	10,8	4,6	24,4	1,91	1,24	1,07	0,751	423	25,2	38,3	36,5
0404- 11500	302-74	Varm ret	Brunede kartofler	460	1,77	21,9	1,4	26,2	1,16	0,367	0,32	0,223	127	6,6	81,6	11,8
0404- 11501	302-75	Varm ret	Stuvet spinat	350	3,28	9,6	3,6	17,8	1,36	0,589	0,59	0,357	234	15,8	46,0	38,3
0404- 11502	302-76	Varm ret	Hamburgerryg	600	19,6	0,5	6,8	31,9	5,1	3,44	3,77	2,09	1483	55,7	1,3	43,0
0404- 11503	302-77	Buffet	Rullepølse m. italiensksalat	1040	7,4	19,6	15,3	44,3	2,07	1,43	1,47	0,87	580	12,1	32,0	55,9
0404- 11504	302-78	Buffet	Spegepølse	1350	10,9	27,2	18,5	59,7	3,10	2,21	2,21	1,34	870	13,7	34,3	52,0
0404- 11745	303-71	Sandwich	Roastbeef	830	12,3	27,1	4,3	45,1	1,42	0,95	0,91	0,576	360	25,1	55,3	19,6
0404- 11746	303-72	Varm ret	Kalkun m. ris, champignon og tomat	480	9,6	15,3	1,4	27,7	1,32	0,97	1,03	0,585	404	34,2	54,3	11,4
0404- 11747	303-73	Varm ret	Kalkun m. æggestand, tomat, broccoli, blomkål	470	11,2	4,8	5,1	22,5	1,35	0,489	0,50	0,297	198	40,8	17,6	41,6
0404- 11748	303-74	Buffet	Rullepølse m. sky	970	8,3	22,3	11,8	44,7	2,32	1,79	1,86	1,09	730	14,6	39,1	46,2
0404- 11755	303-75	Sandwich	Skinke	930	10,9	28,5	6,9	48,4	2,11	1,40	1,65	0,849	650	20,0	52,0	28,0
0404- 11756	303-76	Varm ret	Skinkefyld	650	10,3	3,9	10,8	27,3	2,28	1,39	1,44	0,84	568	26,8	10,2	62,9
0404- 11757	303-77	Buffet	Flæskesteg m. grønt	1070	14,4	15,9	14,7	46,4	1,38	0,728	0,73	0,442	287	22,8	25,1	52,1
0404- 11758	303-78	Varm ret	Forloren Hare	850	16,2	6,0	12,6	37,0	2,35	1,66	1,70	1,006	670	32,2	11,9	55,9
0405- 3490	301-91	Koldt 1	Roastbeef	670	13,3	20	2,6	37,9	1,56	0,78	0,74	0,474	292	33,6	51,7	14,7
0405- 3491	301-92	Koldt	Skinke	850	8,3	17	11,3	38,3	2,13	1,39	1,39	0,84	548	16,6	33,0	50,4
0405- 3492	301-93	Sandwich	Skinke, ost	960	9,5	30	7,8	49,1	2,08	1,45	1,35	0,88	531	16,7	52,5	30,8
0405- 3493	301-94	Varm ret	Mørksej, paneret, stegt, m. bløde løg	900	14,6	16	10,3	42,3	1,87	0,99	0,87	0,599	342	27,4	29,2	43,4
0405- 3494	301-95	Varm ret	Sovs, brun	390	1,65	7,8	6,0	17,7	2,26	1,92	1,67	1,16	656	7,2	34,4	58,4
0405- 3495	301-96	Koldt	Flæskesteg	970	10,1	21	11,5	44,1	1,33	0,74	0,68	0,449	269	17,7	37,0	45,3
0405- 3496	301-97	Koldt 1	Æg med tomat	660	8,3	17	5,9	33,0	1,35	0,82	0,77	0,496	301	21,3	44,9	33,8

**Bilag 6.4 Næringsstofindhold i g/100 g i enkeltkomponenter fra 6 3F-kantiner**

Prøve-nr.	Enkelt-komponent	Type**	Ret	pr. 100 g									
				Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na
				kJ	g							g	mg
0405- 3497	301-98	Varm ret	Stegt lever med bløde løg	770	17,1	11	7,6	37,7	1,81	0,92	0,90	0,559	355
0405- 3498	301-99	Varm ret	Sovs, brun	170	2,77	6,0	0,7	11,7	2,22	1,77	1,71	1,07	672
0405- 3499	301-100	Varm ret	Grønsagssuppe	120	1,14	6,2	<0,5	9,33	2,00	1,59	1,56	0,963	616
0405- 3812	106-91	Varm ret	Brun sovs	180	0,43	5,1	2,2	9,01	1,18	1,03	0,96	0,626	378
0405- 3813	106-92	Varm ret	Hvidkålsrouletter	430	5,4	12	3,6	22,5	1,94	1,37	1,30	0,83	511
0405- 3814	106-93	Salat	Hvidkålssalat	260	1,53	9,3	1,9	13,6	0,90	0,39	0,28	0,239	110
0405- 3815	106-94	Buffet	Leverpostej	780	5,6	22	8,3	37,5	1,74	1,19	1,11	0,724	436
0405- 3822	106-95	Varm ret	Kalvekød i carrysovs	300	9,4	6,3	1,0	18,1	1,35	0,72	0,66	0,435	259
0405- 3823	106-96	Varm ret	Kartoffelfad	400	4,44	14	2,4	22,2	1,61	0,78	0,65	0,473	255
0405- 4181	303-91	Varm ret	Stegte ris m. oksekød	690	8,6	28	1,5	40,0	1,45	1,00	0,89	0,607	351
0405- 4182	303-92	Buffet	Rullepølse	1000	9,5	19	13,4	44,5	2,23	1,75	1,88	1,06	738
0405- 4183	303-93	Buffet	Æg	910	9,4	17	12,1	40,5	1,90	1,47	1,38	0,89	543
0405- 4190	303-94	Varm ret	Lever, stegt, med bløde løg	970	23,1	12	9,9	47,2	2,21	1,00	1,01	0,604	397
0405- 4191	303-95	Salat	Tunsalat	530	17,5	4,1	4,4	27,1	1,19	1,54	0,51	0,93	200
0405- 4192	303-96	Varm ret	Grønærtessuppe	160	1,81	7,5	<0,5	10,5	1,16	0,88	0,94	0,534	370
0405- 4193	303-97	Sandwich	Skinke og ost	790	10,2	24	5,3	41,7	1,91	0,79	1,34	0,479	527
0405- 4415	302-91	Varm ret	Kotelet i fad med porre, soltørret tomat og hvidkål	930	15,3	9,4	13,6	40,9	2,70	1,50	1,53	0,91	601
0405- 4416	302-92	Varm ret	Kartofler hele, stegte	640	2,08	26	4,2	34,3	1,73	0,64	0,58	0,388	229
0405- 4423	302-93	Buffet	Rullepølse	1000	9,8	25	11,0	48,4	3,01	1,89	2,26	1,15	887
0405- 4424	302-94	Varm ret	Sej stænger	1160	13,5	22	14,6	52,3	2,18	1,31	1,43	0,8	561
0405- 4425	302-95	Buffet	Spegepølse	1440	10,5	26	21,7	60,8	3,05	2,15	2,18	1,31	856
0405- 5705	305-95	Koldt	Spegepølse	910	8,4	19	11,5	42,1	2,80	2,27	2,25	1,38	887
0405- 5706	305-96	Koldt	Æg med tomat	760	6,6	14	10,8	32,8	1,08	0,62	0,61	0,37	242
0405- 5707	305-97	Sandwich	Æg med rejer	730	8,5	27	3,1	40,4	1,48	0,96	0,99	0,58	389
0405- 5708	305-98	Varm ret	Brun sovs	450	2,77	9,5	6,4	21,1	2,40	1,95	1,99	1,18	783
0405- 5709	305-99	Varm ret	Forloren hare	1100	20,9	3,5	18,0	44,4	2,04	1,39	1,37	0,84	540
0405- 5710	305-100	Kage	Trøffel	1700	4,52	50	20,5	76,4	1,44	0,68	0,90	0,41	353
0405- 5711	305-101	Varm ret	Høns i asparges	470	10,3	4,6	5,7	22,6	2,01	1,62	1,55	0,99	611
0405- 5718	305-102	Sandwich	Rullepølse	770	8,6	28	4,1	42,1	1,64	1,25	1,24	0,757	486

Energifordeling		
Prot.	Kulh.	Fedt
E%	E%	E%
37,8	24,9	37,3
27,0	58,9	14,2
15,5	84,5	0,0
4,1	48,5	47,4
21,6	46,3	32,0
10,1	61,7	28,2
12,1	47,5	40,4
52,5	35,2	12,3
18,8	58,1	23,1
21,3	70,3	8,4
16,1	32,9	51,0
17,6	31,9	50,4
40,4	20,8	38,7
55,6	12,9	31,5
19,4	80,6	0,0
22,1	52,4	25,5
27,8	17,0	55,2
5,5	69,7	24,8
16,6	41,7	41,7
19,8	32,2	48,0
12,5	30,2	57,3
15,7	36,3	48,1
14,8	31,8	53,4
19,8	63,9	16,3
10,4	35,7	54,0
32,3	5,5	62,2
4,5	49,8	45,7
37,1	16,8	46,1
18,9	60,9	20,1

**Bilag 6.4 Næringsstofindhold i g/100 g i enkeltkomponenter fra 6 3F-kantiner**

Prøve-nr.	Enkelt-komponent	Type**	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
				Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
				kJ	g							g	mg	E%	E%	E%
0405- 5719	305-103	Koldt	Leverpostej	720	4,51	24	6,2	36,0	1,62	1,15	1,02	0,7	401	10,7	56,2	33,1
0405- 5720	305-104	Koldt 1	Æg med tomat	580	7,0	17	4,7	29,6	1,25	0,63	0,63	0,38	246	20,6	48,8	30,6
0405- 5721	305-105	Sandwich 1	Roastbeef	760	11,2	30	1,3	44,3	1,31	0,83	0,74	0,5	290	25,0	68,4	6,6
0405- 5722	305-106	Varm ret	Brød, Naan, indisk	1280	9,1	50	7,1	69,2	2,73	0,91	1,81	0,55	714	12,0	66,8	21,2
0405- 5723	305-107	Varm ret	Oksekød a'la Thai	1080	16,8	4,9	18,8	42,7	2,15	1,38	1,50	0,84	592	26,3	7,8	65,9
0405- 5974	304-91	Koldt	Æg	700	7,8	17	7,5	33,4	1,26	0,70	0,74	0,42	293	18,9	40,4	40,7
0405- 5975	304-92	Koldt	Roastbeef	770	10,2	21	6,4	38,8	1,63	0,91	0,91	0,55	359	22,6	45,5	32,0
0405- 5976	304-93	Varm ret	Cowboy toast	770	14,8	12	8,2	36,2	1,10	0,46	0,47	0,28	185	32,6	26,9	40,5
0405- 5977	304-94	Dessert	Pære m. creme	490	2,50	18	3,8	24,5	0,50	0,09	0,09	0,06	35,8	8,7	61,6	29,7
0405- 5978	304-95	Varm ret	Mørk sej	460	21,8	0	2,4	24,7	1,60	0,43	0,42	0,26	164	80,1	0,0	19,9
0405- 5986	304-96	Koldt	Leverpostej	690	4,82	20	7,0	33,7	1,69	1,05	0,99	0,64	390	11,9	49,7	38,4
0405- 5987	304-97	Koldt	Rullepølse	870	7,9	22	9,3	41,6	2,09	1,49	1,48	0,9	583	15,4	43,8	40,7
0405- 5988	304-98	Sandwich	Roastbeef	850	9,5	32	3,8	46,9	1,46	0,89	0,80	0,54	315	18,9	64,0	17,1
0405- 5989	304-99	Sandwich	Rullepølse	870	8,6	31	5,1	46,5	1,64	1,16	1,12	0,7	442	16,9	60,9	22,3
0405- 5990	304-100	Varm ret	Spansk æggekage	590	9,0	4,4	9,5	24,3	1,41	0,39	0,65	0,24	256	25,9	12,7	61,4
0405- 5991	304-101	Varm ret	Lammegryde	490	9,7	5,0	6,3	23,3	2,30	1,43	1,47	0,87	576	33,8	17,5	48,7
0405- 6507	304-102	Kage	Bradepandekage	1760	5,3	44	24,2	75,6	2,15	0,41	1,28	0,25	504	5,2	42,5	52,4
0405- 6508	304-103	Varm ret	Kalkunsandwich	540	14,9	11	2,6	30,2	1,52	0,73	0,66	0,44	261	46,7	35,3	18,0
0405- 17429	301-111	Koldt	Æg med tomat	630	7,7	16	6,0	31,1	1,35	0,87	0,86	0,525	338	20,7	43,2	36,1
0405- 17430	301-112	Koldt	Spegepølse	870	7,7	21	10,0	41,6	2,48	1,83	1,92	1,11	756	14,9	41,7	43,4
0405- 17431	301-113	Koldt	Hamburgerryg	630	9,5	19	3,8	35,5	3,05	2,03	2,27	1,23	892	25,6	51,3	23,0
0405- 17432	301-114	Varm ret	Biksemad	670	10,5	13	7,3	32,8	2,32	1,55	1,53	0,94	602	26,6	32,0	41,4
0405- 17441	301-115	Sandwich	Skinke, ost	820	9,3	25	6,2	42,5	2,06	1,47	1,50	0,89	590	19,3	52,0	28,7
0405- 17442	301-116	Sandwich	Flæskesteg	810	8,1	31	4,1	44,5	1,58	1,17	1,08	0,71	425	17,0	64,1	18,9
0405- 17443	301-117	Koldt	Leverpostej	890	7,8	23	9,5	42,8	2,25	1,60	1,54	0,97	607	14,9	44,4	40,7
0405- 17444	301-118	Koldt	Rullepølse	690	7,8	18	6,8	34,8	2,39	1,70	1,68	1,03	659	19,0	43,8	37,2
0405- 17445	301-119	Varm ret	Gullasch	500	13,3	5,4	4,9	25,3	1,74	1,14	1,03	0,69	407	45,0	18,1	36,9
0405- 17446	301-120	Varm ret	Kartoffelmos	300	1,67	15	0,5	18,0	0,95	0,44	0,42	0,266	167	9,4	83,8	6,8
0405- 17946	302-111	Varm ret	Paneret fjordlaks	1310	15,7	19	18,7	55,8	1,95	0,98	1,16	0,594	456	20,4	25,3	54,4
0405- 17947	302-112	Varm ret	Stegte kartofler	780	2,48	27	7,5	38,9	1,99	1,12	1,18	0,68	463	5,4	58,4	36,3

**Bilag 6.4 Næringsstofindhold i g/100 g i enkeltkomponenter fra 6 3F-kantiner**

Prøve-nr.	Enkelt-komponent	Type**	Ret	pr. 100 g									
				Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na
				kJ	g							g	mg
0405- 17948	302-113	Buffet	Æg	620	8,0	18	4,6	31,9	1,20	0,69	0,69	0,42	270
0405- 17949	302-114	Buffet	Roastbeef	1060	8,3	27	11,9	49,5	1,95	1,22	1,10	0,74	435
0405- 17956	302-115	Varm ret	Gullasch	570	15,4	4,3	6,3	27,8	1,89	1,19	1,22	0,72	482
0405- 17957	302-116	Varm ret	Kartoffelmos	360	1,22	13	3,3	17,4	0,23	<0,07	0,05	<0,04	19,3
0405- 17958	302-117	Salat	Coleslawsalat	490	1,20	12	7,0	21,1	1,24	0,76	0,78	0,46	306

Energifordeling		
Prot.	Kulh.	Fedt
E%	E%	E%
22,0	49,6	28,4
13,4	44,0	42,6
45,7	12,8	41,5
5,7	59,5	34,7
4,2	40,8	55,0

\* saltindholdet er bestemt ud fra chlorid

- \*\* Buffet : Smørrebrød fra buffet  
 Koldt : Smurt smørrebrød  
 Koldt 1 : Smurt smørrebrød med mindre fedt, f.eks. uden plantemargarine, magert pålæg, ingen myonnaise o.l.  
 Koldt 2 : Smurt smørrebrød, fladt  
 Sandwich : Sandwich  
 Sandwich 1 : Sandwich med mindre fedt

## Mineralindhold i kantinemåltider

Bilag 7.1 Mineralindhold i pr. 100 g i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet

Bilag 7.2 Mineralindhold pr. portion i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet

## Bilag 7 Mineralindhold i kantinemåltider.

### Bilag 7.1 Mineralindhold i pr. 100 g i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet.

Prøvenr. 0404-	Test-portion	NaCl	NaCl	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn
		ud fra Cl	ud fra Na										
		g/100 g		mg/100 g									
1961	1-01	0,711	1,04	0,432	408	280	14,1	24,9	163	0,83	0,123	1,03	0,281
1962	1-02	0,95	1,03	0,576	404	138	28	15,2	81	0,71	0,064	0,59	0,207
1963	1-03	1,35	1,37	0,82	540	145	16,4	18,4	105	0,97	0,135	0,87	0,280
1964	1-04	0,99	0,97	0,599	380	250	21,1	22,8	151	1,59	0,093	1,44	0,296
1965	1-05	1,16	1,17	0,705	460	148	16,1	15,3	105	0,60	0,068	0,45	0,183
1966	1-06	0,95	0,84	0,579	331	241	17,2	15,4	75	0,36	0,077	0,31	0,206
2095	1-07	0,227	0,19	0,138	73	270	23,7	18,0	79	0,294	0,055	0,39	0,086
2096	1-08	1,75	1,70	1,06	670	260	37	22,6	148	0,80	0,091	0,81	0,261
2097	1-09	1,38	1,32	0,84	520	239	18,2	19,5	125	0,56	0,074	0,79	0,170
2098	1-10	0,783	0,80	0,475	315	216	9,3	14,0	117	0,55	0,057	1,17	0,065
2099	1-11	0,603	0,53	0,366	210	260	17,9	26,1	102	0,79	0,084	0,51	0,295
2100	1-12	0,683	0,68	0,415	269	320	38	31,2	96	0,97	0,135	0,55	0,42
8280	101-01	0,781	0,73	0,474	287	214	37	21,3	123	0,95	0,113	0,86	0,283
8281	101-02	0,246	0,19	0,149	76	213	27	15,8	55	0,49	0,093	0,34	0,41
8282	101-03	1,23	1,27	0,748	500	214	38	30,3	169	1,67	0,135	1,46	0,82
8283	101-04	1,05	0,99	0,636	389	165	20,2	14,7	85	0,55	0,039	0,58	0,37
8284	101-05	1,10	1,06	0,669	419	225	35	19,2	78	0,70	0,173	0,56	0,242
8285	101-06	0,628	0,60	0,381	238	228	38	18,9	71	0,44	0,088	0,39	0,42
8292	101-07	0,538	0,48	0,326	188	216	44	15,4	68	0,48	0,067	0,36	0,117
8293	101-08	0,85	0,76	0,513	299	218	63	22,3	83	0,40	0,045	0,52	0,207
8294	101-09	0,418	0,35	0,253	138	310	47	25,1	89	0,68	0,105	0,45	0,210
8295	101-10	0,154	0,11	0,093	44	173	17,6	18,4	43	0,34	0,066	0,29	1,00
8296	101-11	0,424	0,43	0,257	171	247	27	24,6	70	0,80	0,057	0,35	0,180
8297	101-12	0,684	0,65	0,415	256	211	47	24,6	86	0,51	0,054	0,49	0,45
3455	102-01	1,08	0,98	0,653	385	175	51	16,2	96	0,71	0,060	1,02	0,265
3456	102-02	0,79	0,80	0,481	316	197	18,9	14,1	101	0,44	0,043	0,45	0,160
3457	102-03	0,641	0,64	0,389	251	171	46	12,1	97	0,46	0,039	0,48	0,139
3458	102-04	0,87	0,84	0,527	330	197	19,8	17,5	96	0,66	0,062	0,73	0,308
3459	102-05	0,508	0,49	0,308	192	172	22,4	12,4	72	0,43	0,052	0,52	0,174
3460	102-06	0,479	0,46	0,291	181	143	49	10,6	70	0,227	0,051	0,39	0,099
3603	102-07	1,36	1,30	0,83	510	260	28	20,5	89	1,30	0,109	0,84	0,212
3604	102-08	1,74	1,68	1,05	660	310	28	26,2	108	1,32	0,149	1,06	0,313
3605	102-09	1,40	1,27	0,85	500	270	18,0	24,6	116	1,10	0,117	1,04	0,34
3606	102-10	1,45	1,40	0,88	550	270	45	25,2	105	1,12	0,144	0,89	0,299
3607	102-11	1,38	1,30	0,84	510	270	40	20,5	95	1,20	0,120	0,98	0,187



Bilag 7.1 Mineralindhold i pr. 100 g i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet.

Prøvenr. 0404-	Test-portion	NaCl	NaCl	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn
		ud fra Cl	ud fra Na										
		g/100 g		g/100 g									
3608	102-12	1,66	1,65	1,01	650	350	41	28,7	109	2,00	0,173	1,22	0,274
3500	103-01	0,87	0,88	0,529	346	93	39	11,8	69	0,37	0,053	0,50	0,116
3501	103-02	0,87	0,88	0,529	346	93	39	11,8	69	0,37	0,053	0,50	0,116
3260	103-03	1,08	1,06	0,655	418	390	14,5	24,3	131	1,29	0,125	1,76	0,125
3502	103-04	0,87	0,88	0,529	346	93	39	11,8	69	0,37	0,053	0,50	0,116
3366	103-05	1,03	1,03	0,627	407	243	20,9	28,6	124	0,81	0,093	1,05	0,55
3503	103-06	0,87	0,88	0,529	346	93	39	11,8	69	0,37	0,053	0,50	0,116
3367	103-07	1,13	1,07	0,684	421	234	29	14,1	77	0,331	0,057	0,60	0,084
3368	103-08	1,43	1,40	0,87	550	162	18,1	18,3	108	0,64	0,078	0,86	0,265
3369	103-09	1,73	1,68	1,05	660	253	24,4	15,9	91	0,42	0,062	1,04	0,079
3370	103-10	0,82	0,77	0,496	304	212	23,1	21,9	109	0,99	0,080	1,25	0,39
3371	103-11	1,60	1,55	0,97	610	250	24,9	14,7	83	0,34	0,055	0,76	0,079
3372	103-12	1,61	1,55	0,98	610	270	24,8	16,0	85	0,38	0,134	0,88	0,079
671	106-01	1,25	1,16	0,761	455	180	78	35	174	1,02	0,139	1,49	0,43
672	106-02	0,94	0,92	0,573	363	260	30	16,6	102	1,49	0,090	2,10	0,095
673	106-03	0,415	0,48	0,252	190	241	43	19,4	122	0,84	0,058	0,71	0,116
674	106-04	0,91	0,80	0,553	316	209	27	17,5	91	0,66	0,077	0,79	0,240
675	106-05	1,29	1,20	0,784	472	218	237	30,2	235	0,87	0,231	2,27	0,39
676	106-06	0,641	0,61	0,389	242	260	28	27,7	104	1,12	0,112	1,42	0,306
1022	106-07	0,93	1,00	0,561	392	197	11,3	11,7	65	0,299	0,061	0,42	0,062
1023	106-08	1,16	1,12	0,703	442	188	34	20,4	107	0,61	0,073	0,78	0,230
1024	106-09	0,738	0,69	0,447	271	245	23,7	14,9	48	0,45	0,091	0,31	0,120
1025	106-10	1,21	1,30	0,735	510	233	35	18,9	128	1,06	0,100	1,02	0,220
1026	106-11	1,44	1,50	0,88	590	230	11,6	15,1	104	0,44	0,067	0,69	0,071
1027	106-12	0,84	0,83	0,510	325	171	39	25,8	131	0,55	0,086	0,57	0,36
12683	110-01	1,48	1,47	0,90	580	194	17	23,0	152	1,52	0,060	1,73	0,56
12684	110-02	1,00	1,01	0,609	398	211	36	17,1	94	0,69	<0,012	1,19	0,148
12685	110-03	1,63	1,79	0,99	706	179	17,6	20,3	148	0,72	0,022	1,04	0,36
12686	110-04	0,87	0,85	0,526	336	270	33	16,9	82	0,75	0,064	1,40	0,068
12687	110-05	0,93	1,01	0,561	397	165	28	16,5	92	0,45	<0,012	0,56	0,199
12688	110-06	1,25	1,14	0,757	450	218	17,5	19,1	107	0,71	<0,012	0,76	0,38
12695	110-07	1,24	1,32	0,755	520	270	23,1	32,8	154	2,10	0,177	1,95	0,66
12696	110-08	0,98	0,95	0,594	373	186	25	18,0	101	0,61	0,048	0,74	0,285
12697	110-09	1,05	1,04	0,640	410	260	17,1	31,7	154	1,28	0,097	1,79	0,55
12698	110-10	0,591	0,61	0,359	239	149	18,4	14,0	72	0,210	0,063	0,28	0,153
12699	110-11	0,99	1,01	0,598	397	181	16,5	24,5	117	1,61	0,156	1,24	0,41

Bilag 7.1 Mineralindhold i pr. 100 g i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet.

Prøvenr. 0404-	Test-portion	NaCl	NaCl	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn
		ud fra Cl	ud fra Na										
		g/100 g		g/100 g									
12700	110-12	0,79	0,81	0,481	318	183	21,2	23,3	103	1,99	0,168	1,21	0,38
3011	14-01	0,712	0,71	0,432	280	247	36	27,0	123	1,16	0,118	0,86	0,45
3012	14-02	0,438	0,40	0,266	157	201	64	19,0	85	0,71	0,085	0,60	0,35
3013	14-03	0,678	0,62	0,411	243	210	27	18,0	108	0,73	0,070	0,71	0,222
3014	14-04	0,659	0,63	0,399	249	300	16,1	21,1	111	0,78	0,094	1,02	0,34
3015	14-05	0,82	0,75	0,498	294	260	83	23,8	173	0,72	0,078	1,46	0,225
3016	14-06	0,98	0,96	0,596	376	243	43	21,8	127	1,09	0,094	1,02	0,274
3140	14-07	1,17	1,13	0,710	444	237	68	21,4	106	0,56	0,070	0,55	0,211
3141	14-08	0,498	0,49	0,302	191	193	54	15,9	98	0,53	0,082	0,61	0,34
3142	14-09	0,664	0,63	0,403	249	260	59	19,4	108	0,47	0,067	0,57	0,211
3143	14-10	0,678	0,71	0,411	278	290	60	19,4	92	0,56	0,077	0,42	0,179
3144	14-11	1,50	1,32	0,91	520	217	23,6	27,6	171	1,10	0,112	1,00	0,40
3145	14-12	0,752	0,71	0,456	278	193	66	15,0	88	0,43	0,057	0,59	0,218
8616	16-01	0,84	0,81	0,508	319	168	68	14,5	86	0,48	0,021	0,71	0,156
8617	16-02	0,99	0,97	0,600	383	172	77	16,3	107	0,38	0,038	0,86	0,151
8618	16-03	0,94	0,88	0,569	346	160	77	15,7	100	0,329	0,020	0,86	0,161
8619	16-04	0,694	0,61	0,421	239	128	38	16,3	115	0,75	0,038	0,67	0,164
8620	16-05	0,87	0,94	0,527	369	176	36	20,3	134	1,36	0,092	1,05	0,255
8621	16-06	0,260	0,13	0,158	52	290	24,7	23,3	62	0,34	0,044	0,34	0,216
8630	16-07	0,484	0,44	0,294	172	133	48	16,3	94	0,59	0,055	0,56	0,209
8631	16-08	0,88	0,77	0,531	303	196	29	12,1	75	0,35	0,046	0,67	0,064
8632	16-09	0,719	0,64	0,436	253	235	28	26,5	126	1,43	0,096	1,21	0,51
8633	16-10	0,98	0,96	0,597	376	340	44	27,9	98	0,72	0,129	0,77	0,243
8634	16-11	1,26	1,20	0,765	471	210	19,4	22,7	121	0,80	0,080	1,16	0,320
8635	16-12	1,29	1,37	0,780	540	232	30	30,5	142	1,04	0,136	1,53	0,37
2183	17-01	1,17	1,06	0,709	417	216	32	26,8	111	0,53	0,097	0,49	0,41
2184	17-02	0,493	0,53	0,299	207	340	15,8	22,8	94	1,19	0,104	1,57	0,207
2185	17-03	1,05	1,00	0,639	392	145	24,7	16,5	98	0,96	0,161	0,96	0,34
2186	17-04	0,79	0,76	0,477	299	231	69	31,5	91	1,50	0,144	0,64	0,65
2187	17-05	0,596	0,57	0,362	223	350	23,1	21,2	85	1,10	0,074	1,40	0,137
2188	17-06	1,87	1,78	1,13	700	230	21,7	25,8	140	0,53	0,042	0,46	0,135
2284	17-07	0,679	0,64	0,412	252	197	13,4	13,7	49	0,39	0,064	0,94	0,095
2285	17-08	1,22	1,14	0,740	447	173	38	32,0	109	2,99	0,132	0,85	0,67
2286	17-09	0,655	0,65	0,397	254	208	13,8	14,3	48	0,37	0,063	0,80	0,100
2287	17-10	1,08	1,02	0,657	400	160	23,7	16,6	69	0,78	0,086	0,42	0,303
2288	17-11	1,63	1,63	0,99	640	270	32	22,4	125	0,80	0,080	1,34	0,33

Bilag 7.1 Mineralindhold i pr. 100 g i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet.

Prøvenr. 0404-	Test-portion	NaCl	NaCl	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn
		ud fra Cl	ud fra Na										
		g/100 g		g/100 g		mg/100 g							
2289	17-12	1,49	1,32	0,90	520	241	28	25,4	112	0,82	0,093	1,11	0,50
2618	203-01	0,641	0,65	0,389	256	204	28	17,0	89	0,71	0,067	0,57	0,203
2619	203-02	0,613	0,60	0,372	236	450	24,2	24,2	118	1,05	0,098	1,74	0,089
2620	203-03	0,614	0,60	0,373	235	460	21,1	25,2	125	1,20	0,100	2,24	0,086
2621	203-04	0,661	0,63	0,401	247	460	15,4	25,6	133	1,45	0,107	2,8	0,088
2622	203-05	0,699	0,63	0,424	248	470	28	26,9	103	0,78	0,120	0,46	0,206
2623	203-06	0,424	0,39	0,257	155	190	40	15,8	61	0,51	0,076	0,39	0,215
2826	203-07	1,50	1,42	0,91	560	209	32	21,1	144	0,87	0,064	0,86	0,278
2827	203-08	0,735	0,75	0,446	297	110	29	12,4	76	0,60	0,051	0,49	0,271
2828	203-09	1,16	1,08	0,703	424	243	26	26,0	138	0,85	0,093	1,23	0,42
2829	203-10	0,221	0,20	0,134	77	144	27	11,5	41	0,45	0,081	0,31	0,38
2830	203-11	1,04	1,05	0,632	415	244	24,0	26,1	139	1,17	0,084	1,68	0,39
2831	203-12	0,482	0,45	0,293	177	197	29	16,7	92	0,82	0,085	0,54	0,154
7940	206-01	0,638	0,62	0,387	244	300	36	18,4	116	0,41	0,030	0,87	0,110
7941	206-02	0,448	0,42	0,272	166	260	29	17,5	93	0,40	0,057	0,60	0,078
7942	206-03	0,375	0,33	0,227	129	226	23,6	31,0	85	0,61	0,110	0,58	0,34
7943	206-04	0,94	0,87	0,567	344	176	80	25,2	98	1,47	0,111	0,75	0,265
7944	206-05	0,420	0,38	0,255	151	221	12,1	10,5	88	0,35	0,050	0,72	0,137
7945	206-06	0,783	0,72	0,475	285	280	33	18,2	106	0,45	0,040	0,73	0,126
8102	206-07	0,726	0,72	0,440	283	226	17,8	16,3	68	0,323	0,030	0,39	0,096
8103	206-08	0,275	0,24	0,167	95	215	26	13,5	43	0,39	0,065	0,31	0,252
8104	206-09	0,682	0,75	0,414	295	300	13,9	17,6	63	0,238	<0,012	0,246	0,090
8105	206-10	0,99	0,87	0,602	343	162	20,3	18,8	98	1,08	0,103	0,89	0,45
8106	206-11	1,31	1,22	0,792	481	189	29	15,3	98	0,89	0,089	0,67	0,256
8107	206-12	0,785	0,80	0,476	316	188	49	16,7	93	0,47	0,061	0,64	0,186
13036	209-01	1,18	1,13	0,718	444	260	35	28,5	103	0,69	0,132	1,04	0,252
13037	209-02	1,43	1,30	0,87	510	207	28	26,9	90	0,65	0,127	0,76	0,261
13038	209-03	1,34	1,27	0,81	500	241	20,2	20,0	90	0,60	0,097	0,97	0,226
13039	209-04	1,83	1,80	1,11	710	250	36	43	153	1,02	0,166	1,37	0,49
13040	209-05	1,12	1,03	0,679	405	290	36	31,7	89	0,76	0,117	0,63	0,291
13041	209-06	0,85	0,78	0,518	308	230	32	39	108	1,03	0,149	1,06	0,59
13045	209-07	1,32	1,13	0,80	443	170	28	41	138	1,28	0,169	1,07	0,39
13046	209-08	1,25	1,10	0,757	433	243	46	26,1	117	0,50	0,084	0,70	0,301
13047	209-09	1,32	1,26	0,80	497	175	27	39	133	1,13	0,151	1,05	0,39
13048	209-10	1,38	1,25	0,84	490	247	19,4	19,2	110	0,48	0,079	0,54	0,145
13049	209-11	1,31	1,23	0,80	483	201	23,9	21,9	104	0,72	0,075	0,65	0,261

**Bilag 7.1 Mineralindhold i pr. 100 g i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet.**

Prøvenr. 0404-	Test-portion	NaCl	NaCl	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn
		ud fra Cl	ud fra Na										
		g/100 g		g/100 g									
13050	209-12	1,30	1,32	0,790	520	350	22,4	22,8	133	0,34	0,046	0,42	0,171
9361	22-01	1,52	1,45	0,92	570	310	29	24,2	114	0,58	0,064	0,48	0,276
9362	22-02	1,49	1,45	0,91	570	320	35	19,4	92	0,46	0,076	0,45	0,297
9363	22-03	1,53	1,50	0,93	590	300	36	21,7	102	0,51	0,073	0,48	0,296
9364	22-04	1,66	1,60	1,01	630	300	34	20,7	97	0,50	0,077	0,50	0,33
9365	22-05	1,25	1,25	0,758	491	300	40	20,9	125	0,71	0,077	0,72	0,286
9366	22-06	0,85	0,84	0,518	332	174	29	21,1	108	0,72	0,082	0,78	0,39
9373	22-07	0,86	0,76	0,519	300	218	15,9	20,6	115	0,50	0,076	0,54	0,281
9374	22-08	1,18	1,07	0,718	422	194	24,7	21,0	115	1,09	0,076	0,93	0,33
9375	22-09	1,37	1,22	0,83	481	181	15,3	17,5	98	0,44	0,067	0,50	0,263
9376	22-10	0,87	0,80	0,528	314	240	25	21,0	115	1,08	0,087	1,06	0,40
9377	22-11	0,91	0,83	0,552	328	225	21,6	29,6	106	0,79	0,104	0,68	0,43
9378	22-12	0,546	0,52	0,331	205	270	16,2	20,9	121	0,44	0,074	0,48	0,303
12129	4-01	0,696	0,68	0,422	268	227	24,9	18,9	85	0,83	0,072	0,75	0,37
12130	4-02	0,92	0,89	0,556	349	204	26	17,5	122	0,71	0,083	1,04	0,41
12131	4-03	0,79	0,77	0,478	303	270	66	23,8	123	0,95	0,103	1,06	0,54
12132	4-04	0,91	0,89	0,551	350	260	60	25,3	135	1,00	0,105	1,06	0,51
12133	4-05	0,786	0,69	0,477	272	218	25	16,3	86	1,36	0,085	0,82	0,51
12134	4-06	0,82	0,69	0,500	271	163	27	18,3	92	1,21	0,101	0,88	0,52
12141	4-07	0,630	0,75	0,382	297	218	20,6	15,5	107	0,37	<0,012	0,50	0,201
12142	4-08	0,780	0,80	0,475	316	245	22,5	17,7	89	0,50	0,28	0,64	0,279
12143	4-09	0,780	0,71	0,474	281	204	28	15,1	71	0,48	0,063	0,51	0,190
12144	4-10	0,696	0,69	0,422	270	208	37	16,3	81	0,49	0,053	0,64	0,218
12145	4-11	0,80	0,79	0,486	312	240	22,3	22,8	123	0,97	0,097	1,09	0,36
12146	4-12	0,87	0,78	0,529	305	211	27	17,9	109	0,93	0,070	1,02	0,283
8895	8-01	1,48	1,42	0,90	560	480	15,3	26,9	178	0,77	0,112	0,90	0,073
8896	8-02	1,37	1,35	0,83	530	239	40	18,2	144	0,86	0,052	0,70	0,145
8897	8-03	1,28	1,24	0,780	488	420	27	29,7	156	0,86	0,147	0,88	0,267
8898	8-04	1,80	1,80	1,09	710	450	18,0	26,2	183	0,75	0,142	1,00	0,118
8899	8-05	0,527	0,48	0,320	188	194	24,3	19,0	72	0,63	0,077	0,47	0,219
8900	8-06	1,17	1,15	0,710	451	550	19,1	30,6	174	1,26	0,135	1,81	0,147
8905	8-07	0,89	0,82	0,538	322	190	57	19,4	101	0,56	0,064	0,63	0,224
8906	8-08	0,671	0,62	0,407	243	210	39	17,6	114	0,320	0,043	0,50	0,209
8907	8-09	1,11	0,94	0,673	369	211	29	15,1	91	0,34	0,043	0,40	0,179
8908	8-10	0,95	0,87	0,576	344	209	42	35	119	1,22	0,150	1,08	0,56
8909	8-11	0,743	0,68	0,451	268	212	38	18,8	90	0,62	0,072	0,82	0,240

**Bilag 7.1 Mineralindhold i pr. 100 g i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet.**

Prøvenr. 0404-	Test-portion	NaCl	NaCl	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn
		ud fra Cl	ud fra Na										
		g/100 g		g/100 g	mg/100 g								
8910	8-12	0,770	0,69	0,469	271	164	51	21,8	113	0,84	0,094	0,75	0,44

**Bilag 7.2 Mineralindhold pr. portion i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet.**

Prøvenr. 0404-	Test- portion	Portions- vægt g/portion	NaCl	NaCl	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn
			ud fra Cl	ud fra Na										
671	106-01	209	2,62	2,42	1,59	951	376	163	73	363	2,12	0,29	3,1	0,89
672	106-02	284	2,68	2,62	1,63	1031	751	84	47	290	4,2	0,26	6,0	0,268
673	106-03	313	1,30	1,51	0,79	595	753	135	61	382	2,63	0,181	2,21	0,36
674	106-04	365	3,33	2,93	2,02	1153	761	99	64	333	2,40	0,28	2,9	0,88
675	106-05	227	2,93	2,72	1,78	1071	494	539	69	532	1,99	0,52	5,1	0,90
676	106-06	333	2,13	2,05	1,29	806	861	93	92	347	3,7	0,37	4,7	1,02
1022	106-07	655	6,1	6,5	3,68	2568	1288	74	77	426	1,96	0,40	2,7	0,40
1023	106-08	235	2,72	2,64	1,65	1039	442	79	48	252	1,44	0,171	1,83	0,54
1024	106-09	323	2,38	2,22	1,45	875	793	77	48	154	1,47	0,29	1,01	0,39
1025	106-10	402	4,87	5,2	2,96	2050	938	142	76	516	4,3	0,40	4,1	0,88
1026	106-11	650	9,4	9,7	5,70	3835	1494	75	98	674	2,86	0,43	4,5	0,46
1027	106-12	388	3,26	3,20	1,98	1261	662	150	100	508	2,12	0,33	2,23	1,41
1961	1-01	245	1,74	2,54	1,06	1000	688	34,6	61	400	2,04	0,30	2,5	0,69
1962	1-02	425	4,04	4,36	2,45	1717	585	117	65	344	3,02	0,27	2,5	0,88
1963	1-03	441	4,36	4,26	2,64	1676	638	72	81	464	4,3	0,60	3,8	1,23
1964	1-04	244	2,84	2,85	1,72	1122	619	51	56	368	3,9	0,227	3,5	0,72
1965	1-05	438	5,9	6,0	3,58	2365	649	71	67	459	2,64	0,30	1,96	0,80
1966	1-06	403	3,85	3,39	2,33	1334	970	69	62	301	1,47	0,31	1,26	0,83
2095	1-07	238	0,54	0,44	0,33	174	632	56	43	188	0,70	0,131	0,92	0,205
2096	1-08	238	4,18	4,05	2,53	1595	628	87	54	353	1,90	0,217	1,93	0,62
2097	1-09	469	6,5	6,2	3,93	2439	1119	85	91	586	2,63	0,35	3,7	0,80
2098	1-10	246	1,93	1,97	1,17	775	531	22,8	34	287	1,35	0,140	2,9	0,160
2099	1-11	268	1,62	1,43	0,98	563	689	47,9	70	273	2,11	0,225	1,37	0,79
2100	1-12	279	1,91	1,91	1,16	751	881	107	87	269	2,70	0,38	1,55	1,17
2183	17-01	400	4,67	4,24	2,83	1668	863	126	107	445	2,14	0,39	1,96	1,65
2184	17-02	518	2,55	2,72	1,55	1072	1752	82	118	485	6,2	0,54	8,1	1,07
2185	17-03	362	3,81	3,61	2,31	1419	524	89	60	354	3,5	0,58	3,5	1,24
2186	17-04	200	1,57	1,52	0,95	598	463	139	63	183	3,00	0,29	1,28	1,29
2187	17-05	584	3,48	3,31	2,11	1302	2061	135	124	497	6,4	0,43	8,2	0,80
2188	17-06	214	4,00	3,81	2,43	1498	492	46,5	55	299	1,13	0,090	0,98	0,289
2284	17-07	647	4,40	4,14	2,67	1630	1275	87	88	317	2,51	0,41	6,0	0,61
2285	17-08	437	5,33	4,96	3,23	1953	756	168	140	477	13,1	0,58	3,7	2,93
2286	17-09	484	3,17	3,12	1,92	1229	1005	67	69	233	1,81	0,30	3,9	0,48

Bilag 7.2 Mineralindhold pr. portion i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet.

Prøvenr. 0404-	Test- portion	Portions- vægt g/portion	NaCl	NaCl	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn
			ud fra Cl	ud fra Na										
2287	17-10	546	5,9	5,6	3,59	2184	871	129	91	376	4,3	0,47	2,27	1,65
2288	17-11	294	4,79	4,78	2,91	1882	788	95	66	368	2,35	0,235	3,9	0,98
2289	17-12	262	3,89	3,46	2,36	1362	632	74	67	294	2,14	0,244	2,9	1,32
2618	203-01	297	1,90	1,93	1,16	760	605	83	51	265	2,12	0,199	1,69	0,60
2619	203-02	398	2,44	2,39	1,48	939	1806	96	96	468	4,2	0,39	6,9	0,35
2620	203-03	320	1,97	1,91	1,19	752	1478	68	81	401	3,8	0,32	7,2	0,275
2621	203-04	236	1,56	1,48	0,95	583	1092	36,3	60	314	3,4	0,25	6,6	0,208
2622	203-05	271	1,89	1,71	1,15	672	1263	75	73	279	2,11	0,33	1,25	0,56
2623	203-06	254	1,08	1,00	0,65	394	483	101	40	155	1,30	0,193	0,99	0,55
2826	203-07	241	3,61	3,43	2,19	1350	503	78	51	347	2,09	0,154	2,06	0,67
2827	203-08	447	3,29	3,37	1,99	1328	491	129	56	338	2,70	0,228	2,19	1,21
2828	203-09	151	1,75	1,63	1,06	640	367	39,0	39	208	1,28	0,140	1,85	0,63
2829	203-10	303	0,67	0,59	0,41	233	436	81	35	125	1,37	0,245	0,95	1,16
2830	203-11	230	2,40	2,43	1,45	955	561	55	60	319	2,70	0,193	3,9	0,89
2831	203-12	345	1,66	1,55	1,01	611	681	101	58	319	2,84	0,29	1,85	0,53
3011	14-01	271	1,93	1,93	1,17	759	669	97	73	333	3,15	0,32	2,33	1,22
3012	14-02	540	2,37	2,15	1,44	848	1085	347	102	459	3,8	0,46	3,2	1,89
3013	14-03	412	2,79	2,54	1,70	1001	865	113	74	446	2,99	0,29	2,9	0,91
3014	14-04	416	2,74	2,63	1,66	1036	1233	67	88	464	3,24	0,39	4,2	1,43
3015	14-05	286	2,35	2,14	1,42	841	742	238	68	495	2,05	0,223	4,2	0,64
3016	14-06	595	5,8	5,7	3,54	2237	1446	257	130	759	6,5	0,56	6,1	1,63
3140	14-07	315	3,69	3,55	2,24	1399	746	213	68	333	1,77	0,221	1,75	0,66
3141	14-08	502	2,50	2,44	1,52	959	968	270	80	494	2,65	0,41	3,1	1,71
3142	14-09	429	2,85	2,71	1,73	1068	1134	253	83	464	1,99	0,29	2,42	0,91
3143	14-10	312	2,11	2,20	1,28	867	915	188	61	286	1,74	0,240	1,29	0,56
3144	14-11	218	3,27	2,88	1,99	1134	472	51	60	373	2,40	0,244	2,18	0,86
3145	14-12	364	2,74	2,57	1,66	1012	701	240	54	320	1,55	0,207	2,16	0,79
3500	103-01	728	6,3	6,4	3,85	2519	675	281	86	503	2,66	0,39	3,6	0,84
3501	103-02	622	5,42	5,5	3,29	2152	577	240	73	430	2,28	0,33	3,1	0,72
3260	103-03	504	5,44	5,4	3,30	2107	1943	73	122	662	6,5	0,63	8,9	0,63
3502	103-04	765	6,7	6,7	4,05	2647	710	295	90	529	2,80	0,41	3,8	0,89
3366	103-05	117	1,21	1,21	0,73	476	284	24,4	33	145	0,95	0,109	1,22	0,65
3503	103-06	661	5,8	5,8	3,50	2287	613	255	78	457	2,42	0,35	3,3	0,77

**Bilag 7.2 Mineralindhold pr. portion i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet.**

Prøvenr. 0404-	Test- portion	Portions- vægt g/portion	NaCl	NaCl	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn
			ud fra Cl	ud fra Na										
3367	103-07	431	4,86	4,61	2,95	1815	1010	124	61	333	1,43	0,246	2,6	0,36
3368	103-08	387	5,53	5,4	3,35	2129	628	70	71	417	2,47	0,30	3,3	1,03
3369	103-09	550	9,5	9,2	5,78	3630	1390	134	88	499	2,32	0,34	5,7	0,43
3370	103-10	396	3,24	3,06	1,97	1204	838	91	87	432	3,9	0,31	5,0	1,54
3371	103-11	476	7,6	7,4	4,62	2904	1207	118	70	394	1,60	0,26	3,6	0,38
3372	103-12	497	8,0	7,7	4,86	3032	1348	123	79	424	1,90	0,67	4,4	0,39
3455	102-01	402	4,32	3,93	2,62	1548	703	205	65	384	2,87	0,241	4,1	1,07
3456	102-02	349	2,77	2,80	1,68	1103	689	66	49	352	1,53	0,150	1,56	0,56
3457	102-03	412	2,64	2,63	1,60	1034	705	191	50	399	1,89	0,161	1,97	0,57
3458	102-04	348	3,02	2,92	1,83	1148	686	69	61	335	2,31	0,216	2,5	1,07
3459	102-05	459	2,33	2,24	1,42	881	790	103	57	329	1,98	0,239	2,41	0,80
3460	102-06	444	2,13	2,04	1,29	804	637	216	47	313	1,01	0,226	1,72	0,44
3603	102-07	320	4,37	4,15	2,65	1632	842	91	66	286	4,2	0,35	2,7	0,68
3604	102-08	334	5,8	5,6	3,52	2204	1034	93	87	361	4,4	0,50	3,6	1,05
3605	102-09	346	4,84	4,40	2,94	1730	933	62	85	402	3,8	0,40	3,6	1,16
3606	102-10	372	5,39	5,2	3,27	2046	1000	166	94	391	4,2	0,54	3,3	1,11
3607	102-11	308	4,26	3,99	2,58	1571	840	125	63	293	3,7	0,37	3,0	0,58
3608	102-12	305	5,07	5,0	3,07	1983	1055	126	88	331	6,1	0,53	3,7	0,84
7940	206-01	402	2,56	2,49	1,56	981	1204	146	74	467	1,63	0,119	3,5	0,44
7941	206-02	441	1,98	1,86	1,20	732	1148	127	77	410	1,75	0,25	2,7	0,34
7942	206-03	208	0,78	0,68	0,47	267	470	49,1	64	177	1,26	0,229	1,21	0,72
7943	206-04	286	2,67	2,50	1,62	984	502	229	72	282	4,2	0,32	2,14	0,76
7944	206-05	413	1,73	1,58	1,05	624	913	50	43	363	1,42	0,207	3,0	0,57
7945	206-06	387	3,03	2,80	1,84	1103	1069	128	71	410	1,75	0,155	2,8	0,49
8102	206-07	449	3,26	3,23	1,98	1271	1015	80	73	304	1,45	0,135	1,74	0,43
8103	206-08	420	1,16	1,01	0,70	397	901	110	57	182	1,65	0,27	1,29	1,06
8104	206-09	354	2,41	2,65	1,47	1044	1051	49,4	62	223	0,84	u.d.	0,87	0,319
8105	206-10	310	3,08	2,70	1,87	1063	501	63	58	302	3,4	0,32	2,7	1,40
8106	206-11	278	3,64	3,40	2,20	1337	525	82	43	271	2,46	0,247	1,86	0,71
8107	206-12	264	2,07	2,12	1,26	834	497	129	44	246	1,24	0,161	1,70	0,49
8280	101-01	589	4,60	4,30	2,79	1690	1260	218	126	724	5,6	0,67	5,1	1,67
8281	101-02	389	0,96	0,75	0,58	296	829	107	61	213	1,91	0,36	1,33	1,61
8282	101-03	230	2,83	2,92	1,72	1150	493	88	70	389	3,8	0,31	3,4	1,88



Bilag 7.2 Mineralindhold pr. portion i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet.

Prøvenr. 0404-	Test- portion	Portions- vægt g/portion	NaCl	NaCl	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn
			ud fra Cl	ud fra Na										
8283	101-04	575	6,0	5,7	3,66	2237	947	116	85	488	3,16	0,224	3,3	2,14
8284	101-05	332	3,65	3,54	2,22	1391	747	116	64	258	2,33	0,57	1,87	0,80
8285	101-06	327	2,05	1,98	1,25	778	746	123	62	233	1,44	0,29	1,28	1,36
8292	101-07	408	2,20	1,95	1,33	767	882	178	63	279	1,94	0,27	1,47	0,48
8293	101-08	237	2,01	1,80	1,22	709	517	149	53	197	0,94	0,107	1,24	0,49
8294	101-09	349	1,46	1,22	0,88	480	1066	165	87	310	2,37	0,37	1,57	0,73
8295	101-10	524	0,81	0,59	0,49	232	905	92	97	227	1,78	0,34	1,52	5,2
8296	101-11	570	2,42	2,48	1,46	975	1406	156	140	398	4,6	0,32	1,97	1,03
8297	101-12	490	3,35	3,19	2,03	1254	1033	231	120	420	2,48	0,26	2,40	2,19
8616	16-01	344	2,89	2,79	1,75	1097	578	233	50	295	1,63	0,072	2,44	0,54
8617	16-02	295	2,92	2,87	1,77	1130	508	226	48	317	1,11	0,112	2,5	0,45
8618	16-03	275	2,59	2,42	1,56	952	440	212	43	276	0,90	0,055	2,36	0,44
8619	16-04	200	1,39	1,21	0,84	478	255	76	32,6	229	1,49	0,076	1,34	0,328
8620	16-05	256	2,23	2,40	1,35	945	451	93	52	343	3,5	0,236	2,7	0,65
8621	16-06	184	0,48	0,24	0,29	95	542	45,4	43	114	0,63	0,081	0,62	0,40
8630	16-07	366	1,77	1,60	1,08	630	485	175	60	346	2,17	0,201	2,05	0,76
8631	16-08	401	3,51	3,09	2,13	1215	786	117	48	302	1,42	0,184	2,7	0,256
8632	16-09	241	1,73	1,55	1,05	610	566	66	64	304	3,4	0,231	2,9	1,22
8633	16-10	191	1,87	1,83	1,14	718	644	83	53	187	1,38	0,246	1,46	0,46
8634	16-11	217	2,73	2,60	1,66	1022	456	42,0	49	262	1,73	0,174	2,5	0,69
8635	16-12	325	4,19	4,46	2,54	1755	755	99	99	462	3,4	0,44	5,0	1,20
8895	8-01	220	3,26	3,13	1,98	1232	1064	33,6	59	392	1,69	0,246	1,97	0,161
8896	8-02	250	3,43	3,37	2,08	1325	597	99	45	359	2,16	0,130	1,75	0,36
8897	8-03	534	6,8	6,6	4,17	2606	2220	145	158	833	4,6	0,78	4,7	1,43
8898	8-04	225	4,05	4,06	2,45	1598	1015	40,5	59	411	1,70	0,32	2,25	0,266
8899	8-05	382	2,01	1,83	1,22	718	740	93	72	276	2,42	0,29	1,80	0,84
8900	8-06	253	2,96	2,90	1,80	1141	1380	48,2	77	441	3,18	0,34	4,6	0,37
8905	8-07	376	3,35	3,08	2,02	1211	715	213	73	379	2,09	0,241	2,38	0,84
8906	8-08	610	4,09	3,77	2,48	1482	1280	236	107	694	1,95	0,26	3,0	1,27
8907	8-09	474	5,26	4,44	3,19	1747	998	137	72	430	1,61	0,204	1,91	0,85
8908	8-10	275	2,61	2,40	1,58	946	575	114	95	327	3,3	0,41	3,0	1,53
8909	8-11	183	1,36	1,25	0,83	490	387	69	34	165	1,14	0,132	1,50	0,44
8910	8-12	440	3,39	3,03	2,06	1192	723	223	96	496	3,7	0,41	3,3	1,93

**Bilag 7.2 Mineralindhold pr. portion i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet.**

Prøvenr. 0404-	Test- portion	Portions- vægt g/portion	NaCl	NaCl	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn
			ud fra Cl	ud fra Na										
9361	22-01	297	4,51	4,30	2,73	1693	930	87	72	338	1,71	0,190	1,43	0,82
9362	22-02	371	5,53	5,4	3,38	2115	1203	128	72	341	1,69	0,28	1,67	1,10
9363	22-03	291	4,45	4,36	2,71	1717	876	104	63	297	1,47	0,212	1,40	0,86
9364	22-04	297	4,93	4,76	3,00	1871	889	100	61	287	1,48	0,229	1,47	0,99
9365	22-05	317	3,96	3,96	2,40	1556	958	127	66	396	2,25	0,244	2,27	0,91
9366	22-06	215	1,83	1,81	1,11	714	373	63	45	232	1,55	0,176	1,68	0,83
9373	22-07	325	2,78	2,48	1,69	975	708	52	67	374	1,63	0,245	1,75	0,91
9374	22-08	314	3,71	3,37	2,25	1325	610	78	66	362	3,4	0,239	2,9	1,05
9375	22-09	293	4,01	3,58	2,43	1409	530	44,8	51	288	1,30	0,196	1,46	0,77
9376	22-10	299	2,60	2,39	1,58	939	719	76	63	343	3,23	0,26	3,2	1,18
9377	22-11	283	2,58	2,36	1,56	928	636	61	84	299	2,25	0,29	1,92	1,23
9378	22-12	197	1,08	1,03	0,65	404	524	32,0	41	238	0,87	0,146	0,95	0,60
12129	4-01	387	2,69	2,64	1,63	1037	879	96	73	328	3,22	0,28	2,9	1,42
12130	4-02	345	3,17	3,06	1,92	1204	703	90	61	421	2,46	0,29	3,6	1,41
12131	4-03	620	4,90	4,77	2,96	1879	1700	410	148	760	5,9	0,64	6,6	3,4
12132	4-04	510	4,64	4,54	2,81	1785	1322	305	129	686	5,1	0,54	5,4	2,58
12133	4-05	454	3,57	3,14	2,17	1235	989	114	74	390	6,2	0,39	3,7	2,30
12134	4-06	326	2,67	2,24	1,63	882	532	86	60	300	3,9	0,33	2,9	1,69
12141	4-07	319	2,01	2,40	1,22	946	695	66	49	341	1,17	u.d.	1,61	0,64
12142	4-08	447	3,49	3,59	2,12	1413	1094	101	79	398	2,24	1,26	2,9	1,24
12143	4-09	490	3,82	3,50	2,32	1377	999	137	74	348	2,33	0,31	2,5	0,93
12144	4-10	376	2,62	2,58	1,59	1015	781	140	61	303	1,84	0,199	2,40	0,82
12145	4-11	386	3,09	3,06	1,88	1204	925	86	88	475	3,7	0,37	4,2	1,37
12146	4-12	388	3,38	3,01	2,05	1183	821	104	69	422	3,6	0,27	4,0	1,10
12683	110-01	135	2,00	1,99	1,22	783	262	22,9	31,1	206	2,05	0,081	2,34	0,75
12684	110-02	467	4,67	4,72	2,84	1859	985	169	80	439	3,23	u.d.	5,6	0,69
12685	110-03	216	3,52	3,88	2,14	1525	387	38,1	44	319	1,55	0,048	2,24	0,78
12686	110-04	398	3,46	3,40	2,09	1337	1077	132	67	327	2,97	0,25	5,6	0,271
12687	110-05	391	3,64	3,94	2,19	1552	644	111	65	358	1,76	u.d.	2,17	0,78
12688	110-06	319	3,99	3,65	2,41	1436	696	56	61	341	2,26	u.d.	2,43	1,22
12695	110-07	204	2,53	2,70	1,54	1061	557	47,1	67	313	4,3	0,36	4,0	1,34
12696	110-08	422	4,14	4,00	2,51	1574	785	106	76	426	2,57	0,203	3,1	1,20
12697	110-09	90	0,95	0,94	0,58	369	233	15,4	28,6	138	1,15	0,087	1,61	0,50

**Bilag 7.2 Mineralindhold pr. portion i kantinemåltider fra 15 kantiner i Århusområdet.**

Prøvenr. 0404-	Test- portion	Portions- vægt g/portion	NaCl	NaCl	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn
			ud fra Cl	ud fra Na										
12698	110-10	332	1,96	2,02	1,19	793	496	61	47	240	0,70	0,209	0,92	0,51
12699	110-11	163	1,61	1,64	0,97	647	295	27,0	40	191	2,63	0,25	2,02	0,67
12700	110-12	342	2,70	2,76	1,65	1088	625	73	80	352	6,8	0,57	4,1	1,30
13036	209-01	462	5,45	5,2	3,32	2051	1205	162	131	477	3,19	0,61	4,8	1,16
13037	209-02	535	7,7	6,9	4,65	2729	1106	148	144	480	3,5	0,68	4,1	1,40
13038	209-03	251	3,36	3,19	2,03	1255	605	51	50	225	1,51	0,243	2,43	0,57
13039	209-04	154	2,82	2,78	1,71	1093	392	55	66	236	1,57	0,26	2,11	0,76
13040	209-05	288	3,23	2,96	1,96	1166	832	102	91	257	2,18	0,34	1,83	0,84
13041	209-06	298	2,53	2,33	1,54	918	684	96	117	321	3,07	0,44	3,2	1,77
13045	209-07	280	3,70	3,15	2,24	1240	476	77	115	386	3,6	0,47	3,0	1,09
13046	209-08	271	3,39	2,98	2,05	1173	659	125	71	317	1,35	0,228	1,89	0,82
13047	209-09	262	3,46	3,31	2,10	1302	458	70	101	350	2,97	0,40	2,7	1,03
13048	209-10	434	6,0	5,4	3,65	2127	1071	84	83	478	2,07	0,34	2,33	0,63
13049	209-11	441	5,8	5,4	3,53	2130	886	105	97	458	3,19	0,33	2,9	1,15
13050	209-12	163	2,12	2,15	1,29	848	579	36,5	37	217	0,56	0,075	0,69	0,279

# **Fedtsyrerindhold i kantinemåltider**











### **Gennemsnit og percentiler for næringsstof- og mineralindhold i kantinemåltider**

- Bilag 9.1 Næringsstofindhold. Gennemsnit og percentiler for frokostmåltider i hver af 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.
- Bilag 9.2 Næringsstofindhold. Gennemsnit og percentiler for alle frokostmåltider fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.
- Bilag 9.3 Mineralindhold. Gennemsnit og percentiler for alle frokostmåltider fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.
- Bilag 9.4 Mineralindhold. Gennemsnit og percentiler for frokostmåltider i hver af 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.

## Bilag 9 Gennemsnit og percentiler for næringsstof- og mineralindhold i kantinemåltider

### Bilag 9.1 Næringsstofindhold. Gennemsnit og percentiler for frokostmåltider i hver af 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.

	pr. portion														Energifordeling			Fedtsyre-energifordeling			
	Portions- vægt	Ener- gi	Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Fedtsyrerfordeling					Tør- stof	Aske	NaCl *	Prot.	Kulh.	Fedt	Sat.	Trans	Mono.	Poly.
							Sat.	Mono.	Poly.	Trans.	Andre										
g/portion	kJ/100 g	kJ	g																		
<b>Kantine 1 6 mænd og 6 kvinder</b>																					
Genm.	330	598	1979	27,6	45	19,4	4,9	7,2	4,1	0,08	0,01	98	5,5	3,35	26,7	38,3	35,0	8,8	0,1	12,9	7,7
Std afv.	96	142	725	8,4	21	10,6	3,4	4,3	1,9	0,13	0,02	33	2,2	1,93	13,4	12,8	11,6	3,8	0,2	4,8	3,1
Median	274	585	2040	27,2	47	18,3	4,6	6,8	4,4	0,00	0,00	95	5,2	3,13	23,5	38,0	36,6	8,2	0,0	13,4	7,4
25 % percentil	246	533	1455	23,6	30	12,5	2,3	4,1	3,0	0,00	0,00	73	4,0	1,87	18,7	34,4	31,2	6,4	0,0	9,5	5,6
75 % percentil	428	675	2278	29,3	58	29	6,9	10,8	5,7	0,15	0,00	121	6,8	4,67	27,9	42,3	42,9	11,5	0,2	16,8	10,1
95 % percentil	457	813	3102	39,7	75	33	9,8	13,0	6,1	0,30	0,06	150	8,8	6,2	49,2	56,4	48,6	14,0	0,4	18,5	12,1
<b>Kantine 4 7 mænd og 5 kvinder</b>																					
Genm.	421	613	2573	29,5	67	24,7	7,4	9,6	4,9	0,16	0,00	127	5,7	3,34	19,6	43,8	36,6	10,8	0,2	14,4	7,4
Std afv.	88	103	686	8,2	22	7,3	3,1	2,5	1,6	0,16	0,00	35	1,5	0,84	2,9	7,0	7,3	3,4	0,2	3,0	2,1
Median	388	630	2455	28,1	60	25,9	7,9	9,5	5,5	0,15	0,00	120	5,5	3,27	18,9	44,0	36,8	11,1	0,3	15,0	7,5
25 % percentil	368	513	2060	24,3	56	20,2	5,1	8,5	3,9	0,00	0,00	103	4,8	2,69	18,1	37,5	33,4	8,7	0,0	11,8	5,9
75 % percentil	463	715	2823	35,3	70	30	9,6	11,6	6,1	0,28	0,00	134	6,1	3,63	21,7	47,7	41,8	12,0	0,4	17,2	9,1
95 % percentil	560	730	3818	42,5	109	34	11,5	12,6	6,6	0,38	0,00	193	8,5	4,76	23,6	54,3	44,5	15,9	0,4	17,6	10,3
<b>Kantine 8 6 mænd og 6 kvinder</b>																					
Genm.	352	928	3112	30,5	74	34,9	10,4	13,8	6,2	0,16	0,01	146	6,0	3,55	17,4	40,9	41,7	12,8	0,3	15,9	7,2
Std afv.	139	375	1608	13,7	46	22,8	6,1	10,5	4,2	0,15	0,03	73	2,3	1,44	5,1	13,6	14,5	4,7	0,2	6,6	2,7
Median	326	850	2720	27,8	63	33,8	10,4	11,5	5,1	0,16	0,00	125	5,8	3,37	17,0	38,1	47,5	13,6	0,3	16,7	7,1
25 % percentil	244	598	2558	24,5	45	19,0	4,9	7,5	3,4	0,00	0,00	111	5,0	2,87	13,9	31,0	27,9	9,0	0,0	11,0	5,3
75 % percentil	449	1173	3228	34,4	83	42	13,0	17,3	8,3	0,24	0,00	156	6,5	4,06	18,8	45,2	52,6	15,6	0,4	20,4	8,9
95 % percentil	568	1490	5617	54,0	149	71	19,8	31,1	12,3	0,40	0,05	259	9,6	6,0	26,3	65,5	57,8	19,4	0,6	24,8	11,0
<b>Kantine 14 7 mænd og 5 kvinder</b>																					
Genm.	388	629	2382	31,9	53	24,6	7,3	8,2	5,9	0,17	0,02	115	5,4	2,93	23,0	39,9	37,1	11,0	0,3	12,4	8,9
Std afv.	115	163	756	13,4	19	13,1	4,4	5,0	3,3	0,20	0,04	32	1,5	1,04	6,0	13,8	12,2	5,1	0,3	4,9	3,9
Median	388	605	2400	27,5	49	24,9	6,1	6,6	5,0	0,08	0,00	110	5,1	2,74	25,7	34,2	38,9	9,7	0,2	13,6	8,5
25 % percentil	306	530	1930	23,1	40	16,2	3,7	5,5	3,6	0,00	0,00	101	4,7	2,36	17,5	30,2	27,5	8,3	0,0	8,4	7,0
75 % percentil	447	710	2668	39,2	63	33	10,7	10,8	8,5	0,30	0,05	134	5,7	2,95	26,9	51,4	45,9	12,0	0,4	16,2	10,1
95 % percentil	565	893	3453	52,5	85	44	13,7	16,0	10,4	0,50	0,09	163	7,7	4,66	29,3	59,2	52,7	20,6	0,7	18,0	15,7

Bilag 9.1 Næringsstofindhold. Gennemsnit og percentiler for frokostmåltider i hver af 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.

	pr. portion													Energifordeling			Fettsyre-energifordeling				
	Portionsvægt	Energi	Energi	Protein (f=6,25)	Kulhydrat	Fedt	Fettsyrerfordeling					Tørstof	Aske	NaCl *	Prot.	Kulh.	Fedt	Sat.	Trans	Mono.	Poly.
							Sat.	Mono.	Poly.	Trans.	Andre										
g/portion	kJ/100 g	kJ	g																		
<b>Kantine 16 5 mænd og 7 kvinder</b>																					
Genm.	275	826	2228	21,8	63	20,9	6,0	7,2	4,7	0,13	0,00	109	3,9	2,36	16,8	47,9	35,3	10,2	0,2	12,2	7,8
Std afv.	72	233	656	8,6	30	9,3	3,1	3,4	2,5	0,11	0,00	33	1,3	1,00	5,1	15,6	13,8	4,6	0,2	5,4	3,6
Median	266	800	2265	21,5	57	23,1	5,7	7,3	4,0	0,11	0,00	109	3,7	2,41	16,7	42,1	41,3	10,7	0,3	12,0	7,0
25 % percentil	213	698	1940	17,6	48	16,5	4,4	6,5	3,4	0,02	0,00	91	3,3	1,76	14,5	38,3	29,9	7,4	0,1	11,2	6,3
75 % percentil	330	840	2515	24,2	67	27	9,1	8,8	6,1	0,25	0,00	118	4,8	2,90	20,2	48,6	43,6	14,0	0,4	15,6	10,2
95 % percentil	382	1193	3171	34,6	110	33	9,9	11,5	8,6	0,27	0,01	163	5,8	3,82	23,8	76,2	49,6	15,3	0,4	19,0	13,0
<b>Kantine 17 7 mænd og 5 kvinder</b>																					
Genm.	421	827	3427	31,7	95	33,4	10,9	11,9	6,1	0,18	0,00	167	6,5	4,03	17,7	47,2	35,1	11,8	0,2	12,5	6,2
Std afv.	138	267	1558	8,0	48	20,0	6,5	7,5	4,2	0,25	0,00	70	1,2	1,06	6,7	7,1	9,5	4,1	0,3	4,6	2,7
Median	419	795	2825	33,2	76	28,6	10,0	10,3	6,2	0,00	0,00	142	6,7	3,95	16,8	46,5	39,1	13,1	0,0	12,0	6,2
25 % percentil	298	728	2243	27,0	63	19,3	6,5	6,5	2,2	0,00	0,00	115	5,4	3,40	13,6	41,7	28,1	9,8	0,0	10,4	4,2
75 % percentil	525	978	4508	35,8	107	42	12,3	16,8	8,2	0,33	0,00	212	7,4	4,70	19,8	51,2	42,4	14,6	0,4	16,7	8,8
95 % percentil	612	1229	5882	43,1	179	68	21,9	23,5	12,7	0,60	0,00	276	8,1	5,59	27,8	57,8	44,8	16,2	0,6	18,3	9,3
<b>Kantine 22 5 mænd og 7 kvinder</b>																					
Genm.	297	645	1923	26,8	51	15,0	3,7	6,2	3,3	0,05	0,03	98	5,5	3,68	23,9	48,1	28,0	7,1	0,1	11,1	6,2
Std afv.	40	117	445	4,6	14	11,6	1,9	6,1	2,7	0,06	0,06	17	1,6	1,23	6,1	10,8	13,6	3,1	0,1	7,2	3,0
Median	297	615	1825	26,6	55	12,1	3,6	4,3	2,4	0,04	0,00	101	5,7	3,96	22,3	52,2	23,5	7,3	0,1	7,9	5,1
25 % percentil	289	583	1753	22,8	37	9,1	2,4	3,2	2,1	0,00	0,00	90	4,5	2,74	20,2	47,9	17,4	5,2	0,0	6,8	4,5
75 % percentil	315	660	2095	29,0	60	16	5,1	6,8	3,6	0,10	0,03	106	6,5	4,47	28,3	54,9	31,7	8,9	0,2	12,9	6,9
95 % percentil	346	856	2537	33,9	67	33	6,1	15,2	7,3	0,12	0,13	120	7,5	5,20	32,4	56,2	51,0	11,1	0,2	23,0	10,9
<b>Kantine 101 9 mænd og 3 kvinder</b>																					
Genm.	418	592	2400	19,9	84	16,6	3,5	6,1	4,3	0,08	0,01	126	5,1	2,70	13,2	62,1	24,7	5,4	0,1	9,0	6,4
Std afv.	129	153	819	14,5	24	12,3	3,2	4,4	3,2	0,11	0,02	38	1,9	1,52	4,7	15,2	11,8	4,1	0,2	3,9	3,4
Median	399	635	2090	13,7	85	11,7	2,2	4,3	3,0	0,01	0,00	113	4,5	2,31	11,1	61,9	24,7	3,0	0,0	8,4	4,8
25 % percentil	331	468	1875	12,0	64	7,8	1,2	3,1	2,0	0,00	0,00	99	3,8	1,88	10,3	53,0	15,0	2,2	0,0	6,2	3,9
75 % percentil	536	665	2785	19,5	99	22	4,8	7,8	6,7	0,15	0,01	153	5,9	3,43	15,6	75,8	32,5	8,8	0,3	11,8	8,7
95 % percentil	581	784	3821	48,5	118	39	9,0	14,0	9,4	0,27	0,06	184	8,5	5,24	21,5	79,1	41,8	11,5	0,5	14,4	11,6

Bilag 9.1 Næringsstofindhold. Gennemsnit og percentiler for frokostmåltider i hver af 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.

	pr. portion														Energifordeling			Fedtsyre-energifordeling			
	Portionsvægt	Energi	Energi	Protein (f=6,25)	Kulhydrat	Fedt	Fedtsyrerfordeling					Tørstof	Aske	NaCl *	Prot.	Kulh.	Fedt	Sat.	Trans	Mono.	Poly.
							Sat.	Mono.	Poly.	Trans.	Andre										
g/portion	kJ/100 g	kJ	g																		
<b>Kantine 102 5 mænd og 7 kvinder</b>																					
Genm.	367	585	2130	25,2	54	18,5	6,0	7,0	2,8	0,15	0,00	108	6,1	3,91	21,9	45,3	32,9	11,1	0,2	13,0	4,9
Std afv.	52	72	266	5,1	12	4,5	2,7	1,5	0,8	0,11	0,00	13	1,5	1,27	3,5	5,0	6,2	4,5	0,2	2,2	0,9
Median	349	595	2115	26,2	57	17,3	6,0	7,1	2,6	0,12	0,00	105	6,4	4,29	21,5	46,7	33,4	11,4	0,2	14,1	4,7
25 % percentil	331	550	1983	24,4	46	15,0	3,5	6,2	2,2	0,08	0,00	100	4,8	2,73	20,1	41,8	29,1	7,2	0,0	12,1	4,4
75 % percentil	405	643	2180	27,4	62	22	8,5	7,3	3,1	0,22	0,00	118	7,2	4,90	24,0	49,5	36,3	15,6	0,3	14,7	5,5
95 % percentil	451	670	2600	30,9	66	25	9,7	9,6	4,1	0,30	0,00	129	8,3	5,58	26,7	50,6	41,7	15,7	0,5	14,7	6,2
<b>Kantine 103 12 mænd og 0 kvinder</b>																					
Genm.	511	676	3311	37,8	74	36,9	13,5	14,7	4,4	0,04	0,00	158	8,4	5,80	19,1	38,8	42,1	14,9	0,1	16,4	5,0
Std afv.	176	118	877	13,5	27	12,4	5,3	5,0	1,4	0,14	0,00	42	2,9	2,17	3,6	10,3	8,9	4,6	0,2	4,4	0,8
Median	501	650	3345	37,8	75	38,4	14,5	15,2	4,9	0,00	0,00	169	8,4	5,64	17,5	40,1	40,6	15,2	0,0	15,5	5,0
25 % percentil	422	550	3130	32,7	58	35,0	12,0	13,8	3,6	0,00	0,00	143	7,4	5,28	16,5	33,0	40,5	12,6	0,0	13,5	4,5
75 % percentil	632	798	3963	41,4	94	44	16,7	16,9	5,5	0,00	0,00	184	10,2	6,9	21,0	43,0	46,8	18,1	0,1	20,2	5,3
95 % percentil	745	829	4161	58,7	110	51	19,6	21,1	5,9	0,22	0,00	199	12,2	8,7	24,9	54,2	53,5	20,7	0,5	22,4	6,2
<b>Kantine 106 9 mænd og 3 kvinder</b>																					
Genm.	365	674	2368	24,5	59	24,8	7,6	9,9	4,3	0,11	0,02	115	5,9	3,64	18,6	43,8	37,6	10,8	0,2	15,0	7,0
Std afv.	148	229	979	8,2	24	14,8	6,2	6,3	2,0	0,18	0,04	43	3,1	2,20	6,1	9,0	9,1	5,5	0,3	4,4	1,8
Median	328	660	2310	26,0	55	21,7	4,9	8,4	3,9	0,00	0,00	111	4,8	2,83	18,1	42,6	37,0	9,7	0,0	14,4	7,0
25 % percentil	272	590	1725	22,4	44	14,6	3,3	5,4	2,6	0,00	0,00	88	4,1	2,56	15,9	36,7	30,2	6,7	0,0	11,9	6,0
75 % percentil	392	733	2640	27,3	66	31	12,2	14,1	5,7	0,19	0,01	130	6,0	3,71	21,5	47,4	45,6	14,8	0,3	16,7	7,9
95 % percentil	652	1071	4093	34,8	100	50	17,7	19,8	7,2	0,39	0,10	191	11,5	7,6	28,1	59,4	48,6	19,4	0,7	22,4	9,7
<b>Kantine 110 12 mænd og 0 kvinder</b>																					
Genm.	290	759	1923	22,1	56	15,5	4,9	5,7	2,9	0,14	0,04	98	4,5	2,93	20,1	49,2	30,8	9,8	0,3	11,3	5,6
Std afv.	124	305	643	7,9	22	7,8	2,9	3,4	2,3	0,15	0,05	33	1,8	1,15	5,9	10,1	14,3	6,2	0,3	6,5	3,8
Median	326	700	1855	22,6	53	15,6	4,7	4,6	2,0	0,10	0,00	95	4,8	3,08	19,5	51,5	27,3	8,5	0,2	9,3	4,5
25 % percentil	194	495	1390	16,5	43	10,7	2,7	3,5	1,3	0,00	0,00	76	3,2	1,99	14,9	42,6	21,9	6,5	0,0	7,0	3,4
75 % percentil	393	1060	2263	26,1	72	20	6,6	7,8	4,9	0,29	0,08	120	5,8	3,72	23,8	54,9	42,4	11,1	0,6	14,5	6,8
95 % percentil	442	1169	2984	34,0	91	27	9,3	11,2	6,7	0,34	0,12	151	6,7	4,38	29,1	62,5	51,9	20,4	0,8	21,0	12,3

**Bilag 9.1 Næringsstofindhold. Gennemsnit og percentiler for frokostmåltider i hver af 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.**

	pr. portion														Energifordeling			Fedtsyre-energifordeling			
	Portionsvægt	Energi	Energi	Protein (f=6,25)	Kulhydrat	Fedt	Fedtsyrerfordeling					Tørstof	Aske	NaCl*	Prot.	Kulh.	Fedt	Sat.	Trans	Mono.	Poly.
							Sat.	Mono.	Poly.	Trans.	Andre										
g/portion	kJ/100 g	kJ	g																		
<b>Kantine 203 6 mænd og 6 kvinder</b>																					
Genm.	291	707	2012	21,1	52	20,2	5,4	8,9	3,5	0,17	0,01	97	4,0	2,02	18,3	44,6	37,1	9,3	0,3	16,4	6,9
Std afv.	80	225	768	9,1	23	9,6	3,5	4,2	1,2	0,25	0,03	35	1,4	0,83	6,1	11,1	7,2	3,2	0,4	2,9	2,3
Median	284	725	1895	22,2	43	20,5	4,7	7,9	3,6	0,00	0,00	87	4,0	1,90	18,5	41,4	36,8	8,6	0,0	16,5	5,8
25 % percentil	240	540	1393	12,9	35	12,5	2,9	6,0	2,7	0,00	0,00	70	3,2	1,64	15,2	36,6	32,4	7,8	0,0	14,9	5,4
75 % percentil	326	883	2418	28,2	66	24	7,1	10,9	4,4	0,32	0,00	121	5,0	2,41	21,8	52,9	43,1	12,2	0,4	19,0	8,0
95 % percentil	420	994	3207	33,8	92	36	11,4	16,1	5,0	0,55	0,07	152	5,8	3,43	26,3	62,6	45,4	13,5	0,9	20,0	10,9
<b>Kantine 206 5 mænd og 7 kvinder</b>																					
Genm.	351	491	1673	19,9	48	13,6	4,4	4,4	2,5	0,18	0,02	86	4,4	2,36	19,9	50,9	29,2	9,0	0,3	9,7	5,9
Std afv.	79	131	421	9,1	12	8,1	4,2	2,8	2,0	0,32	0,03	19	1,1	0,86	7,5	14,4	13,9	6,7	0,6	5,7	4,6
Median	371	485	1740	18,9	46	15,0	2,2	4,6	1,6	0,00	0,00	94	4,5	2,49	22,0	53,3	35,1	7,0	0,0	9,4	3,8
25 % percentil	284	398	1248	16,4	37	5,6	1,9	1,8	1,1	0,00	0,00	70	3,7	1,92	15,5	40,2	15,4	4,6	0,0	5,2	2,3
75 % percentil	415	593	1963	25,6	58	21	5,2	6,7	4,1	0,20	0,03	101	5,3	3,04	23,8	59,9	38,7	10,2	0,5	13,4	9,3
95 % percentil	445	664	2231	32,1	65	23	12,1	8,1	6,1	0,77	0,06	108	5,8	3,43	28,8	70,2	46,7	20,5	1,3	17,9	13,2
<b>Kantine 209 8 mænd og 4 kvinder</b>																					
Genm.	320	767	2439	26,3	48	31,0	6,3	12,6	8,2	0,13	0,03	111	6,0	4,12	20,9	34,2	44,9	9,1	0,2	18,0	12,2
Std afv.	121	230	1070	10,3	21	17,4	4,3	7,6	5,0	0,18	0,06	45	2,3	1,68	11,0	6,7	13,3	3,9	0,2	6,2	5,3
Median	284	725	2300	22,8	45	30,0	5,5	13,0	8,5	0,00	0,00	103	5,2	3,42	16,4	33,1	45,6	8,1	0,0	18,5	11,6
25 % percentil	259	608	1798	18,9	37	20,0	3,9	8,0	5,2	0,00	0,00	82	4,7	3,12	14,3	30,6	39,8	7,4	0,0	15,5	8,9
75 % percentil	436	880	2880	33,2	56	39	7,3	15,6	9,8	0,21	0,01	135	8,0	5,53	24,1	39,8	54,1	11,8	0,3	21,4	16,6
95 % percentil	495	1121	4172	43,6	81	59	13,0	24,0	15,5	0,42	0,15	182	9,5	6,7	39,4	42,7	59,0	14,9	0,6	26,1	19,6

\* NaCl er beregnet ud fra chlorid

\*\* andre fedtsyrer er fordelt med 1/3 på hver af grupperne mættede- (sat), enkeltumættede- (mono) og flerumættede-fedtsyrer (poly)



**Bilag 9.3 Mineralindhold. Gennemsnit og percentiler for alle frokostmåltider fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.**

pr. portion													
Portions- vægt	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn	
g	g		g	mg									
<b>kantine 1 6 mænd og 6 kvinder</b>													
Genm.	328	3,28	3,28	1,99	1292	719	69	64	358	2,39	0,29	2,33	0,74
Std afv.	97	1,82	1,77	1,11	697	176	28	17	108	1,03	0,12	0,99	0,32
Median	274	3,34	3,12	2,03	1228	644	70	63	349	2,37	0,28	2,24	0,79
25 % percentil	245	1,87	1,95	1,13	769	625	51	55	284	1,79	0,22	1,50	0,67
75 % percentil	428	4,22	4,28	2,56	1686	737	86	73	415	2,78	0,32	3,0	0,84
95 % percentil	454	6,16	6,09	3,74	2398	1037	112	89	519	4,1	0,47	3,8	1,20
<b>kantine 4 7 mænd og 5 kvinder</b>													
Genm.	421	3,34	3,21	2,03	1263	953	145	80	431	3,5	0,44	3,5	1,57
Std afv.	88	0,84	0,79	0,50	310	313	104	29	147	1,6	0,30	1,4	0,80
Median	388	3,27	3,06	1,99	1204	902	102	74	394	3,4	0,33	3,2	1,39
25 % percentil	368	2,69	2,62	1,63	1032	762	89	61	338	2,31	0,28	2,8	1,06
75 % percentil	463	3,63	3,52	2,20	1386	1023	137	81	435	4,2	0,46	4,0	1,84
95 % percentil	560	4,76	4,64	2,88	1827	1492	352	137	719	6,0	0,95	5,9	2,93
<b>kantine 8 6 mænd og 6 kvinder</b>													
Genm.	352	3,55	3,32	2,15	1307	975	121	79	433	2,46	0,32	2,7	0,86
Std afv.	139	1,44	1,37	0,88	539	491	72	33	179	1,02	0,17	1,1	0,57
Median	326	3,37	3,10	2,04	1221	869	107	73	401	2,12	0,28	2,31	0,84
25 % percentil	244	2,87	2,78	1,74	1092	685	64	59	351	1,69	0,231	1,89	0,37
75 % percentil	449	4,06	3,84	2,46	1511	1118	162	95	455	3,22	0,36	3,1	1,31
95 % percentil	568	5,97	5,42	3,63	2133	1758	229	130	756	4,1	0,58	4,6	1,71
<b>kantine 14 7 mænd og 5 kvinder</b>													
Genm.	388	2,93	2,79	1,78	1097	915	195	78	435	2,82	0,32	3,0	1,10
Std afv.	115	1,04	1,01	0,63	396	274	92	21	126	1,35	0,11	1,3	0,46
Median	388	2,74	2,56	1,66	1007	890	225	74	452	2,53	0,29	2,7	0,91
25 % percentil	306	2,36	2,19	1,43	862	731	109	66	333	1,94	0,236	2,18	0,76
75 % percentil	447	2,95	2,76	1,79	1085	1097	254	84	471	3,17	0,40	3,5	1,48
95 % percentil	565	4,66	4,51	2,83	1776	1329	305	115	614	5,0	0,50	5,1	1,79

**Bilag 9.3 Mineralindhold. Gennemsnit og percentiler for alle frokostmåltider fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.**

<b>pr. portion</b>													
<b>Portions- vægt</b>	<b>NaCl ud fra Cl</b>	<b>NaCl ud fra Na</b>	<b>Cl</b>	<b>Na</b>	<b>K</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>Fe</b>	<b>Cu</b>	<b>Zn</b>	<b>Mn</b>	
<b>g</b>	<b>g</b>		<b>g</b>	<b>mg</b>									
<b>kantine 16 5 mænd og 7 kvinder</b>													
Genm.	275	2,36	2,25	1,43	887	539	122	54	286	1,90	0,176	2,38	0,62
Std afv.	72	1,00	1,07	0,60	422	145	70	16	87	1,01	0,109	1,06	0,31
Median	266	2,41	2,41	1,46	948	525	96	50	299	1,56	0,179	2,48	0,50
25 % percentil	213	1,76	1,59	1,07	625	455	74	47	254	1,32	0,080	1,90	0,43
75 % percentil	330	2,90	2,81	1,75	1105	594	184	55	323	2,48	0,232	2,7	0,71
95 % percentil	382	3,82	3,71	2,31	1458	769	229	80	398	3,5	0,334	3,8	1,21
<b>kantine 17 7 mænd og 5 kvinder</b>													
Genm.	412	3,97	3,77	2,41	1483	957	103	87	361	4,04	0,38	3,9	1,19
Std afv.	149	1,19	1,08	0,72	426	504	36	29	101	3,29	0,15	2,4	0,70
Median	419	3,95	3,71	2,39	1459	825	92	79	361	2,76	0,40	3,6	1,16
25 % percentil	286	3,40	3,26	2,07	1284	605	80	65	298	2,14	0,28	2,19	0,75
75 % percentil	525	4,70	4,37	2,85	1721	1073	131	110	453	4,7	0,49	4,5	1,40
95 % percentil	612	5,59	5,23	3,39	2057	1891	152	131	490	9,4	0,58	8,1	2,23
<b>kantine 22 5 mænd og 7 kvinder</b>													
Genm.	292	3,50	3,31	2,12	1304	746	79	63	316	1,90	0,226	1,84	0,94
Std afv.	46	1,33	1,31	0,81	515	232	31	12	52	0,76	0,044	0,65	0,18
Median	297	3,83	3,47	2,33	1367	713	77	64	319	1,66	0,234	1,67	0,91
25 % percentil	289	2,59	2,38	1,57	936	590	59	59	288	1,48	0,195	1,45	0,83
75 % percentil	315	4,47	4,32	2,71	1699	899	101	68	348	2,25	0,249	2,01	1,06
95 % percentil	346	5,20	5,03	3,17	1981	1068	127	77	384	3,31	0,29	3,0	1,20
<b>kantine 101 9 mænd og 3 kvinder</b>													
Genm.	418	2,70	2,53	1,64	997	903	145	86	345	2,69	0,34	2,20	1,63
Std afv.	129	1,52	1,49	0,92	587	269	47	29	152	1,36	0,15	1,17	1,29
Median	399	2,31	2,23	1,40	876	893	136	77	295	2,35	0,32	1,72	1,48
25 % percentil	331	1,88	1,66	1,13	651	747	114	63	232	1,88	0,27	1,44	0,79
75 % percentil	536	3,43	3,27	2,08	1289	1042	168	103	404	3,33	0,36	2,6	1,94
95 % percentil	581	5,24	4,92	3,18	1936	1326	224	132	594	5,0	0,62	4,1	3,56



**Bilag 9.3 Mineralindhold. Gennemsnit og percentiler for alle frokostmåltider fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.**

<b>pr. portion</b>													
<b>Portions- vægt</b>	<b>NaCl ud fra Cl</b>	<b>NaCl ud fra Na</b>	<b>Cl</b>	<b>Na</b>	<b>K</b>	<b>Ca</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>Fe</b>	<b>Cu</b>	<b>Zn</b>	<b>Mn</b>	
g	g		g	mg									
<b>kantine 102 5 mænd og 7 kvinder</b>													
Genm.	367	3,91	3,74	2,37	1474	826	126	68	348	3,16	0,33	2,8	0,83
Std afv.	52	1,27	1,20	0,77	473	149	56	17	40	1,48	0,14	0,8	0,26
Median	349	4,29	3,96	2,60	1559	815	114	64	344	3,28	0,30	2,9	0,82
25 % percentil	331	2,73	2,76	1,66	1086	699	86	55	325	1,96	0,224	2,30	0,58
75 % percentil	405	4,90	4,56	2,97	1793	950	172	86	386	4,17	0,43	3,6	1,07
95 % percentil	451	5,58	5,38	3,38	2117	1043	210	90	400	5,2	0,53	3,9	1,13
<b>kantine 103 12 mænd og 0 kvinder</b>													
Genm.	511	5,80	5,70	3,52	2242	935	152	78	435	2,61	0,36	4,0	0,72
Std afv.	176	2,17	2,12	1,32	834	462	91	21	123	1,44	0,15	1,9	0,34
Median	501	5,64	5,64	3,42	2220	774	124	79	431	2,37	0,34	3,6	0,68
25 % percentil	422	5,28	5,17	3,21	2034	625	87	71	411	1,83	0,29	3,3	0,42
75 % percentil	632	6,91	6,89	4,19	2711	1242	243	87	500	2,70	0,39	4,5	0,86
95 % percentil	745	8,69	8,39	5,27	3301	1639	287	105	589	5,1	0,65	7,1	1,26
<b>Kantine 106 9 mænd og 3 kvinder</b>													
Genm.	365	3,64	3,65	2,21	1436	801	142	71	398	2,60	0,33	3,4	0,70
Std afv.	148	2,20	2,38	1,34	936	326	129	19	142	0,99	0,10	1,5	0,34
Median	328	2,83	2,68	1,72	1055	757	96	71	372	2,26	0,31	3,0	0,71
25 % percentil	272	2,56	2,37	1,55	932	620	79	58	322	1,98	0,27	2,22	0,40
75 % percentil	392	3,71	3,71	2,25	1458	881	144	81	510	3,08	0,40	4,5	0,89
95 % percentil	652	7,56	7,97	4,58	3138	1381	332	99	596	4,3	0,47	5,5	1,19
<b>kantine 110 12 mænd og 0 kvinder</b>													
Genm.	290	2,93	2,97	1,78	1169	587	71	57	304	2,66	0,230	3,0	0,83
Std afv.	124	1,15	1,15	0,69	451	273	48	18	93	1,63	0,164	1,5	0,35
Median	326	3,08	3,08	1,87	1212	591	59	63	323	2,42	0,209	2,39	0,76
25 % percentil	194	1,99	2,01	1,21	791	364	35	43	231	1,71	0,087	2,14	0,63
75 % percentil	393	3,72	3,89	2,25	1532	718	107	69	354	3,04	0,25	4,0	1,21
95 % percentil	442	4,38	4,33	2,66	1702	1026	149	80	432	5,4	0,49	5,6	1,32

**Bilag 9.3 Mineralindhold. Gennemsnit og percentiler for alle frokostmåltider fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.**

pr. portion													
Portions- vægt	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn	
g	g		g	mg									
<b>Kantine 203 6 mænd og 6 kvinder</b>													
Genm.	291	2,02	1,95	1,22	768	814	79	58	295	2,50	0,244	3,1	0,64
Std afv.	80	0,83	0,85	0,50	334	475	27	18	97	0,97	0,075	2,4	0,31
Median	284	1,90	1,81	1,15	712	583	80	57	316	2,41	0,237	1,96	0,58
25 % percentil	240	1,64	1,53	0,99	604	489	65	48	251	1,91	0,193	1,58	0,49
75 % percentil	326	2,41	2,40	1,46	943	1135	97	63	340	2,99	0,30	4,5	0,73
95 % percentil	420	3,43	3,40	2,08	1337	1626	114	88	431	4,0	0,35	7,0	1,18
<b>kantine 206 5 mænd og 7 kvinder</b>													
Genm.	351	2,36	2,25	1,43	886	816	104	62	303	1,92	0,219	2,13	0,64
Std afv.	79	0,86	0,84	0,52	329	292	53	13	93	0,97	0,070	0,82	0,32
Median	371	2,49	2,50	1,51	982	907	96	63	292	1,64	0,229	2,00	0,53
25 % percentil	284	1,92	1,79	1,16	705	502	60	53	240	1,38	0,158	1,60	0,44
75 % percentil	415	3,04	2,73	1,85	1073	1056	129	72	375	1,93	0,26	2,8	0,73
95 % percentil	445	3,43	3,31	2,08	1301	1173	183	75	436	3,7	0,32	3,2	1,21
<b>kantine 209 8 mænd og 4 kvinder</b>													
Genm.	320	4,12	3,82	2,51	1503	746	93	92	350	2,39	0,37	2,7	0,96
Std afv.	121	1,68	1,52	1,03	597	272	39	32	104	0,99	0,17	1,1	0,40
Median	284	3,42	3,17	2,07	1248	672	90	94	335	2,57	0,34	2,6	0,94
25 % percentil	259	3,12	2,92	1,89	1148	553	66	70	252	1,56	0,25	2,06	0,72
75 % percentil	436	5,53	5,26	3,37	2070	932	110	116	463	3,19	0,45	3,0	1,15
95 % percentil	495	6,74	6,10	4,10	2399	1151	154	137	479	3,5	0,64	4,4	1,56

**Bilag 9.4 Mineralindhold. Gennemsnit og percentiler for frokostmåltider i hver af 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.**

		pr. portion												
Portions- vægt		NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Cu	Zn	Mn	
g		g		g	mg									
<b>Alle</b>	n													
Genm.	180	359	3,36	3,24	2,04	1274	815	116	72	360	2,64	0,31	2,9	0,93
Std afv.		126	1,63	1,61	0,99	633	343	74	25	123	1,50	0,16	1,5	0,60
Median		343	3,08	2,92	1,87	1149	746	97	67	344	2,27	0,28	2,5	0,82
25 % percentil		270	2,18	2,19	1,32	862	576	70	56	287	1,63	0,216	1,82	0,56
75 % percentil		435	4,18	4,05	2,53	1595	999	137	84	425	3,27	0,37	3,6	1,17
95 % percentil		596	6,1	6,2	3,68	2443	1408	253	124	535	5,6	0,59	6,0	1,88
<b>Kvinder</b>	n													
Genm.	71	315	2,71	2,59	1,65	1018	726	105	64	308	2,26	0,27	2,31	0,89
Std afv.		94	1,20	1,17	0,73	462	251	61	19	92	1,08	0,16	1,26	0,66
Median		297	2,62	2,54	1,59	1001	689	93	61	317	2,09	0,244	2,06	0,80
25 % percentil		243	1,85	1,82	1,13	716	525	68	51	252	1,51	0,195	1,49	0,56
75 % percentil		379	3,46	3,39	2,10	1332	872	121	72	353	2,93	0,30	2,8	1,05
95 % percentil		500	4,72	4,65	2,86	1828	1093	227	96	452	4,2	0,52	4,4	1,57
<b>Mænd</b>	n													
Genm.	109	387	3,78	3,66	2,30	1441	874	124	77	394	2,88	0,33	3,2	0,96
Std afv.		136	1,74	1,71	1,06	674	381	81	27	129	1,68	0,15	1,6	0,56
Median		387	3,39	3,19	2,06	1254	785	104	73	389	2,47	0,31	3,0	0,84
25 % percentil		295	2,56	2,48	1,56	975	613	70	61	310	1,76	0,237	2,14	0,56
75 % percentil		462	4,86	4,61	2,95	1815	1066	150	88	464	3,6	0,40	4,0	1,23
95 % percentil		637	6,8	6,7	4,12	2631	1488	256	131	669	6,1	0,63	6,1	1,91

## **Bilag 10**

### **Frugt og grønt i kantinemåltider. Gennemsnit og percentiler**

**Bilag 10 Frugt og grønt i kantinemåltider fra 15 arbejdspladskantiner i Århus og omegn.  
Gennemsnit og percentiler**

		Grønt	Frugt	Grønt + frugt	Grønt	Frugt	Grønt + frugt
		g/portion			g/10 MJ		
<b>Alle</b>	n						
Genm.	180	101	19	120	514	90	604
Std afv.		75	37	94	463	180	537
Median		96	0	104	384	0	466
25 % percentil		36	0	43	175	0	196
75 % percentil		144	24	173	722	122	884
95 % percentil		232	102	287	1549	521	1636
<b>Kvinder</b>	n						
Genm.	71	119	24	143	672	125	797
Std afv.		75	40	91	477	216	540
Median		108	0	140	609	0	742
25 % percentil		66	0	76	304	0	420
75 % percentil		158	35	178	879	154	997
95 % percentil		259	112	298	1556	638	1630
<b>Mænd</b>	n						
Genm.	109	89	16	105	411	67	478
Std afv.		73	35	93	425	150	499
Median		70	0	76	285	0	329
25 % percentil		29	0	32	115	0	125
75 % percentil		137	12	166	555	31	669
95 % percentil		222	77	263	1178	293	1636

# Bilag 11

## Næringsstofindhold og natrium i enkeltkomponenter

- Bilag 11.1 Næringsstofindhold og natrium i buffet smørrebrød, smurt smørrebrød og sandwich fra 20 arbejdspladskantiner
- Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner
- Bilag 11.3 Næringsindhold kage, dessert og diverse kolde retter fra 20 arbejdspladskantiner

## Bilag 11 Næringsstofindhold og natrium i enkeltkomponenter.

### Bilag 11.1 Næringsstofindhold og natrium i buffet smørrebrød, smurt smørrebrød og sandwich fra 20 arbejdspladskantiner.

Prøve-nr.	Enkelt-kompo-nent	Ret	Vægt pr. stk.	Ener-gi kJ/stk	pr. 100 g										Energifordeling		
					Ener-gi kJ	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl g	Na mg	Prot.	Kulh.	Fedt
															E%		
<b>Buffet-smørrebrød</b>																	
0404- 12148	4-55	Flæskesteg m. rødkål, asie	70	590	830	12,5	23	6,2	42,9	1,48	0,84	0,75	0,511	296	25,5	46,2	28,2
0404- 11757	303-77	Flæskesteg m. rødkål	97	1050	1070	14,4	16	14,7	46,4	1,38	0,728	0,73	0,442	287	22,8	25,1	52,1
0404- 3021	014-55	Flæskesteg m. svær	95	980	1030	25,1	11	10,8	48,7	1,40	0,661	0,60	0,401	238	41,5	18,7	39,9
		Genm. 3 stk	88	873	977	17,3	17	10,6	46,0	1,42	0,74	0,70	0,451	274	29,9	30,0	40,1
		Std. afv.	15	248	129	6,8	5,7	4,3	2,9	0,05	0,09	0,08	0,056	31	10,1	14,4	11,9
		Median	95	980	1030	14,4	16	10,8	46,4	1,40	0,73	0,73	0,442	287	25,5	25,1	39,9
<b>Smurt-smørrebrød</b>																	
0404- 1529	303-51	Flæske-(nakke)steg m. rødkål m.m.	100	750	760	8,7	18	8,0	35,6	1,11	0,478	0,46	0,290	182	19,5	40,1	40,4
0405- 3495	301-96	Flæskesteg m. rødkål m.m.	66	630	970	10,1	21	11,5	44,1	1,33	0,74	0,68	0,449	269	17,7	37,0	45,3
0404- 2189	017-51	Flæskesteg m. rødkål m.m.	78	690	880	7,2	26	8,2	43,0	1,31	0,767	0,71	0,465	281	13,9	50,8	35,3
0404- 2524	304-54	Flæskesteg m. rødkål m.m.	74	550	740	9,4	19	6,8	36,5	1,16	0,596	0,54	0,361	213	21,4	43,9	34,7
0404- 10078	305-78	Flæskesteg m. rødkål m.m.	74	760	1040	8,5	25	12,4	47,0	1,38	0,493	0,50	0,299	195	14,0	40,5	45,5
		Genm. 5 stk.	78	676	878	8,8	22	9,4	41,2	1,26	0,61	0,58	0,37	228	17,3	42,5	40,3
		Std. afv.	13	88	130	1,1	3,6	2,4	5,0	0,12	0,13	0,11	0,08	45	3,3	5,2	5,2
		Median	74	690	880	8,7	21	8,2	43,0	1,31	0,60	0,54	0,36	213	17,7	40,5	40,4
		25 % percentil	74	630	760	8,5	19	8,0	36,5	1,16	0,49	0,50	0,30	195	14,0	40,1	35,3
		75 % percentil	78	750	970	9,4	25	11,5	44,1	1,33	0,74	0,68	0,45	269	19,5	43,9	45,3
		95 % percentil	96	758	1026	10,0	26	12,2	46,4	1,37	0,76	0,71	0,46	279	21,0	49,4	45,5
<b>Sandwich</b>																	
0404- 2691	305-59	Flæskesteg m. rødkål, agurkesalat	224	2950	1320	9,3	30	17,1	58,1	1,93	1,29	1,42	0,78	560	12,1	38,4	49,5
0405- 17442	301-116	Flæskesteg m. rødkål, agurkesalat	224	1830	810	8,1	31	4,1	44,5	1,58	1,17	1,08	0,71	425	17,0	64,1	18,9
0404- 2717	304-62	Flæskesteg m. salat, grønpeber	219	2740	1250	8,2	33	14,6	57,0	1,44	1,06	0,99	0,646	388	11,1	44,5	44,4
0404- 2625	203-52	Ribbenssteg m. rødkål, agurkesalat	121	1540	1270	10,5	30	15,3	57,3	1,34	0,766	0,75	0,465	294	14,0	40,2	45,8
		Genm. 4 stk	197	2265	1110	8,9	31	11,3	52,9	1,45	1,00	0,94	0,61	369	14,0	49,6	36,4
		Std. afv.	51	685	260	1,4	1,4	6,3	7,3	0,12	0,21	0,17	0,13	67	2,9	12,7	15,1
		Median	222	2285	1250	8,2	31	14,6	57,0	1,44	1,06	0,99	0,65	388	14,0	44,5	44,4

Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	Vægt pr. stk.	Ener- gi	pr. 100 g										Energifordeling			
					Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt	
					kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	g	E%	E%	E%	
g	kJ/stk	kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g
<b>Buffet-smørrebrød</b>																		
0404- 1968	001-52	Leverpostej	67	640	970	7,9	28	9,2	47,6	2,01	1,43	1,30	0,87	510	13,8	49,9	36,2	
0405- 3815	106-94	Leverpostej m. rødbede, agurk m.m.	77	600	780	5,6	22	8,3	37,5	1,74	1,19	1,11	0,724	436	12,1	47,5	40,4	
0404- 9601	301-15	Leverpostej m. bacon, champ.	36	310	870	8,7	19	10,3	40,7	2,28	1,62	1,60	0,98	630	16,9	38,0	45,1	
0404- 12137	4-53	Leverpostej m. rødbede, asie	40	360	910	6,3	24	10,2	42,4	1,57	1,02	1,02	0,619	400	11,8	45,4	42,6	
0404- 11491	302-71	Leverpostej m. rødbede m.m.	62	450	730	5,5	26	5,0	38,5	1,76	1,08	0,98	0,653	386	12,8	61,1	26,1	
0404- 8289	101-54	Leverpostej m. rødbede	67	650	980	7,0	26	11,1	46,2	2,08	1,38	1,32	0,84	520	12,0	45,1	42,9	
Genm. 6 stk			58	502	873	6,8	24	9,0	42,2	1,91	1,29	1,22	0,78	480	13,3	47,8	38,9	
Std. afv			16	149	101	1,3	3,3	2,2	4,1	0,26	0,23	0,23	0,14	92	1,9	7,6	6,9	
Median			64	525	890	6,7	25	9,7	41,6	1,88	1,29	1,20	0,78	473	12,5	46,4	41,5	
25 % percentil			45	383	803	5,8	23	8,5	39,1	1,74	1,11	1,04	0,67	409	12,1	45,2	37,3	
75% percentil			67	630	955	7,6	26	10,3	45,3	2,06	1,42	1,32	0,86	518	13,6	49,3	42,8	
95 % percentil			74	648	978	8,5	28	10,9	47,2	2,23	1,57	1,53	0,95	603	16,1	58,3	44,5	
<b>Smurt-smørrebrød</b>																		
0405- 5719	305-103	Leverpostej m. grønt	96	690	720	4,51	24	6,2	36,0	1,62	1,15	1,02	0,7	401	10,7	56,2	33,1	
0405- 5986	304-96	Leverpostej m. grønt	98	670	690	4,82	20	7,0	33,7	1,69	1,05	0,99	0,64	390	11,9	49,7	38,4	
0405- 17443	301-117	Leverpostej m. bacon, grønt	67	600	890	7,8	23	9,5	42,8	2,25	1,60	1,54	0,97	607	14,9	44,4	40,7	
0404- 9379	22-56	Leverpostej m. bacon, grønt	128	1110	870	7,63	16	12,3	38,4	2,25	1,74	1,63	1,06	640	14,9	31,5	53,5	
0404- 1478	301-61	Leverpostej m. bacon, sky, grønt	65	660	1020	8,8	18	15,0	44,0	2,22	1,62	1,60	0,98	630	14,5	29,9	55,6	
0404- 9620	301-80	Leverpostej m. bacon, sky, grønt	67	580	880	7,8	18	11,4	39,8	2,29	1,72	1,68	1,043	660	15,2	35,6	49,3	
0404- 8639	16-58	Leverpostej m. rødbede, asie	84	770	910	5,0	24	10,8	41,7	1,62	1,05	1,07	0,635	421	9,5	45,5	45,3	
0404- 10048	304-77	Leverpostej m. grønt	83	660	790	6,2	21	8,7	37,7	1,77	1,13	1,02	0,683	403	13,3	44,9	41,8	
0404- 2710	304-55	Leverpostej m. bacon, sky, grønt	101	910	900	8,0	17	12,3	40,3	2,49	1,94	1,83	1,18	720	15,2	33,0	51,8	
0404- 2833	203-58	Leverpostej m. grønt	86	770	900	6,4	19	12,3	39,8	1,83	1,18	1,24	0,715	487	12,0	36,3	51,7	
Genm. 10 stk			87	742	857	6,7	20	10,5	39,4	2,00	1,42	1,36	0,86	536	13,2	40,7	46,1	
Std. afv			19	161	98	1,5	2,8	2,7	3,1	0,33	0,34	0,32	0,21	128	2,1	8,7	7,4	
Median			85	680	885	7,0	20	11,1	39,8	2,02	1,39	1,39	0,84	547	13,9	40,4	47,3	
25 % percentil			71	660	810	5,3	18	8,9	37,9	1,71	1,13	1,04	0,69	408	11,9	33,6	41,0	
75% percentil			97	770	900	7,8	23	12,3	41,4	2,25	1,69	1,62	1,03	638	14,9	45,3	51,8	
95 % percentil			116	1020	971	8,4	24	13,8	43,5	2,40	1,85	1,76	1,13	693	15,2	53,3	54,6	



Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	Vægt pr. stk.	Ener- gi	pr. 100 g										Energifordeling			
					Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt	
					kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	g	E%	E%	E%	
g	kJ/stk	kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g
<b>Buffet-smørrebrød</b>																		
0405- 17949	302-114	Roastbeef m. remoulade, m.m	51	530	1060	8,3	27	11,9	49,5	1,95	1,22	1,10	0,74	435	13,4	44,0	42,6	
0404- 13044	209-53	Roastbeef m. peberrod	52	530	1020	14,5	18	12,3	46,7	1,87	1,00	0,99	0,609	390	24,1	30,0	45,8	
0404- 3461	102-51	Roastbeef m. remoulade	71	580	820	12,1	20	7,1	41,2	1,87	1,31	1,12	0,79	440	25,2	41,7	33,1	
0404- 12703	110-58	Roastbeef m. remoulade m.m.	59	560	950	9,4	25	9,5	45,9	1,60	0,98	0,92	0,597	361	16,8	45,4	37,9	
0404- 10810	106-76	Roastbeef m. remoulade m.m.	53	600	1120	13,5	20	14,8	49,5	1,67	0,98	0,97	0,592	380	20,4	29,6	50,0	
Genm. 5 stk			57	560	994	11,6	22	11,1	46,6	1,79	1,10	1,02	0,67	401	20,0	38,1	41,9	
Std. afv			8	31	115	2,6	4,1	2,9	3,4	0,15	0,15	0,09	0,09	35	5,0	7,7	6,6	
Median			53	560	1020	12,1	20	11,9	46,7	1,87	1,00	0,99	0,61	390	20,4	41,7	42,6	
25 % percentil			52	530	950	9,4	20	9,5	45,9	1,67	0,98	0,97	0,60	380	16,8	30,0	37,9	
75% percentil			59	580	1060	13,5	25	12,3	49,5	1,87	1,22	1,10	0,74	435	24,1	44,0	45,8	
95 % percentil			69	596	1108	14,3	27	14,3	49,5	1,93	1,29	1,12	0,78	439	25,0	45,1	49,2	
<b>Smurt-smørrebrød</b>																		
0404- 1404	301-54	Roastbeef m. remoulade, m.m.	64	690	1090	11,2	23	13,4	49,3	1,59	0,93	0,88	0,564	348	17,4	35,9	46,7	
0404- 2296	017-63	Roastbeef m. remoulade, m.m.	77	950	1240	6,9	24	18,6	51,3	1,57	0,91	0,89	0,550	350	9,5	33,4	57,1	
0404- 2531	305-51	Roastbeef m. ristede løg, grønt	53	430	810	11,2	27	4,3	44,1	1,58	0,89	0,83	0,541	328	23,5	56,4	20,1	
0404- 2832	203-57	Roastbeef m. remoulade m.m.	99	900	910	12,6	19	10,0	42,7	1,59	0,89	0,82	0,539	321	23,5	34,6	41,8	
0404- 8622	16-51	Roastbeef m. remoulade, m.m.	80	790	980	8,6	24	11,2	45,8	1,68	1,04	0,93	0,632	365	14,9	41,9	43,2	
0404- 8911	08-55	Roastbeef m. remoulade, m.m.	89	860	960	10,6	18	12,3	43,1	1,74	0,92	0,93	0,559	367	18,8	32,6	48,6	
0404- 9367	22-51	Roastbeef m. remoulade, m.m.	95	820	870	8,3	20	10,1	40,0	1,43	0,77	0,70	0,467	274	16,2	39,5	44,2	
0404- 10049	304-78	Roastbeef m. ristede løg, grønt	71	630	880	14,4	20	7,9	43,9	1,64	0,83	0,76	0,504	298	27,8	38,3	33,9	
0405- 3490	301-91	Roastbeef m. grønt	63	420	670	13,3	20	2,6	37,9	1,56	0,78	0,74	0,474	292	33,6	51,7	14,7	
0405- 5975	304-92	Roastbeef m. grønt	83	640	770	10,2	21	6,4	38,8	1,63	0,91	0,91	0,55	359	22,6	45,5	32,0	
Genm. 10 stk			77	713	918	10,7	22	9,7	43,7	1,60	0,89	0,84	0,54	330	20,8	41,0	38,2	
Std. afv			15	185	163	2,3	2,8	4,7	4,3	0,08	0,08	0,08	0,05	33	6,9	8,0	13,1	
Median			78	740	895	10,9	21	10,1	43,5	1,59	0,90	0,86	0,55	338	20,7	38,9	42,5	
25 % percentil			65	633	825	9,0	20	6,8	40,7	1,57	0,84	0,77	0,51	304	16,5	35,0	32,5	
75% percentil			88	850	975	12,2	24	12,0	45,4	1,63	0,92	0,91	0,56	357	23,5	44,6	46,1	
95 % percentil			97	928	1173	13,9	26	16,3	50,4	1,71	0,99	0,93	0,60	366	31,0	54,3	53,3	

Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	Vægt pr. stk.	Ener- gi	pr. 100 g										Energifordeling			
					Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt	
					kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	E%			
<b>Sandwich</b>																		
0404-	3374	103-61	Roastbeef m. remoulade, grønt	208	2220	1070	9,2	32	9,7	52,2	1,46	0,98	0,89	0,593	352	14,7	50,8	34,6
0404-	12701	110-56	Roastbeef m. grønt	214	2010	940	8,7	32	6,5	48,7	1,44	1,07	0,97	0,647	382	15,8	58,1	26,3
0404-	1477	301-60	Roastbeef m. grønt	167	1840	1100	10,1	31	10,8	52,8	1,36	0,78	0,76	0,475	300	15,6	47,1	37,4
0404-	9608	301-74	Roastbeef m. ristede løg, grønt	174	1630	930	6,7	26	9,8	44,0	1,19	0,725	0,68	0,44	268	12,2	47,9	39,9
0404-	10036	304-71	Roastbeef m. ristede løg, grønt	306	3190	1040	9,4	24	12,5	47,3	1,41	0,78	0,75	0,47	294	15,3	39,1	45,6
0404-	10065	305-75	Roastbeef m. remoulade, grønt	245	2150	880	9,7	33	4,1	48,4	1,79	1,12	1,27	0,681	500	18,8	63,6	17,6
0404-	11745	303-71	Roastbeef m. grønt	262	2180	830	12,3	27	4,3	45,1	1,42	0,95	0,91	0,576	360	25,1	55,3	19,6
0405-	5988	304-98	Roastbeef m. ristede løg, grønt	298	2530	850	9,5	32	3,8	46,9	1,46	0,89	0,80	0,54	315	18,9	64,0	17,1
0404-	2537	305-57	Roastbeef m. grønt	222	1930	870	9,6	35	3,1	48,6	1,30	0,87	0,79	0,528	311	18,7	67,6	13,7
0405-	5721	305-105	Roastbeef m. grønt	252	1890	760	11,2	30	1,3	44,3	1,31	0,83	0,74	0,5	290	25,0	68,4	6,6
		Genm.	10 stk	235	2157	927	9,6	30	6,6	47,8	1,41	0,90	0,86	0,55	337	18,0	56,2	25,8
		Std. afv		47	439	112	1,5	3,3	3,8	3,0	0,16	0,13	0,17	0,08	67	4,3	9,8	12,9
		Median		234	2080	905	9,5	31	5,4	47,8	1,42	0,88	0,80	0,53	313	17,2	56,7	22,9
		25 % percentil		210	1900	855	9,2	28	3,9	45,6	1,32	0,80	0,75	0,48	296	15,4	48,6	17,2
		75% percentil		260	2210	1015	10,0	32	9,8	48,7	1,46	0,97	0,91	0,59	358	18,9	63,9	36,7
		95 % percentil		302	2893	1087	11,8	34	11,8	52,5	1,64	1,10	1,14	0,67	447	25,1	68,0	43,1

Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	Vægt pr. stk.	Ener- gi	pr. 100 g										Energifordeling		
					Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
					kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	E%		
g	kJ/stk	kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	E%				
<b>Buffet-smørrebrød</b>																	
0405- 4182	303-92	Rullepølse m. sky, rå løg	68	680	1000	9,5	19	13,4	44,5	2,23	1,75	1,88	1,06	738	16,1	32,9	51,0
0405- 4423	302-93	Rullepølse m. rå løg	40	400	1000	9,8	25	11,0	48,4	3,01	1,89	2,26	1,15	887	16,6	41,7	41,7
0404- 13043	209-52	Rullepølse m. italiensksalat, sky	50	560	1120	12,9	17	16,1	49,0	2,78	2,17	2,06	1,31	810	19,5	26,0	54,5
0404- 11503	302-77	Rullepølse m. italiensksalat	63	650	1040	7,4	20	15,3	44,3	2,07	1,43	1,47	0,87	580	12,1	32,0	55,9
0404- 11748	303-74	Rullepølse m. sky	45	440	970	8,3	22	11,8	44,7	2,32	1,79	1,86	1,09	730	14,6	39,1	46,2
	Genm.	5 stk	53	546	1026	9,6	21	13,5	46,2	2,48	1,81	1,90	1,10	749	15,8	34,4	49,8
	Std. afv		12	124	58	2,1	3,1	2,2	2,3	0,40	0,27	0,29	0,16	114	2,7	6,2	5,9
	Median		50	560	1000	9,5	20	13,4	44,7	2,32	1,79	1,88	1,09	738	16,1	32,9	51,0
	25 % percentil		45	440	1000	8,3	19	11,8	44,5	2,23	1,75	1,86	1,06	730	14,6	32,0	46,2
	75% percentil		63	650	1040	9,8	22	15,3	48,4	2,78	1,89	2,06	1,15	810	16,6	39,1	54,5
	95 % percentil		67	674	1104	12,3	24	15,9	48,9	2,96	2,11	2,22	1,28	872	18,9	41,2	55,6
<b>Smurt-smørrebrød</b>																	
0405- 5987	304-97	Rullepølse m. skym grønt	67	580	870	7,9	22	9,3	41,6	2,09	1,49	1,48	0,9	583	15,4	43,8	40,7
0405- 17444	301-118	Rullepølse m. sky, grønt	67	460	690	7,8	18	6,8	34,8	2,39	1,70	1,68	1,03	659	19,0	43,8	37,2
0404- 8904	08-54	Rullepølse m. italiensksalat, grønt	82	850	1040	10,9	13	16,5	42,7	1,90	1,31	1,21	0,795	478	17,8	21,9	60,3
0404- 2624	203-51	Rullepølse m. sky, grønt	72	650	890	8,0	18	11,8	39,6	1,57	0,97	0,98	0,587	386	15,2	34,6	50,1
0404- 3377	103-64	Rullepølse m. sky, grønt	56	490	890	7,8	25	8,8	43,5	2,22	1,59	1,58	0,96	620	15,0	47,4	37,6
0404- 1852	303-56	Rullepølse m. sky, grønt	92	730	790	10,3	15	9,5	36,9	2,46	1,92	1,83	1,17	720	22,4	31,6	46,1
0404- 9619	301-79	Rullepølse m. sky, grønt	58	490	850	8,7	19	9,7	40,2	2,32	1,68	1,65	1,02	650	17,4	39,1	43,5
0404- 10063	305-73	Rullepølse m. sky, grønt	72	490	680	9,1	15	7,0	33,8	2,23	1,56	1,65	0,95	650	22,5	38,5	39,0
0404- 1853	303-57	Rullepølse m. grønt	50	490	970	8,4	23	11,7	44,9	2,06	1,50	1,45	0,91	570	14,7	39,8	45,5
	Genm.	9 stk	68	581	852	8,8	19	10,1	39,8	2,14	1,52	1,50	0,92	591	17,7	37,8	44,4
	Std. afv		13	136	118	1,1	3,9	3,0	3,9	0,27	0,27	0,26	0,16	103	3,0	7,7	7,3
	Median		67	490	870	8,4	18	9,5	40,2	2,22	1,56	1,58	0,95	620	17,4	39,1	43,5
	25 % percentil		58	490	790	7,9	15	8,8	36,9	2,06	1,49	1,45	0,90	570	15,2	34,6	39,0
	75% percentil		72	650	890	9,1	22	11,7	42,7	2,32	1,68	1,65	1,02	650	19,0	43,8	46,1
	95 % percentil		88	802	1012	10,7	24	14,6	44,4	2,43	1,83	1,77	1,11	696	22,4	46,0	56,2

Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	Vægt pr. stk.	Ener- gi	pr. 100 g										Energifordeling		
					Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
					kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	E%		
<b>Sandwich</b>																	
0404- 12691	110-54	Rullepølse m. sky, grønt	181	1820	1000	6,6	30	10,1	48,4	1,85	1,42	1,40	0,86	550	11,2	50,7	38,2
0404- 1531	303-53	Rullepølse m. grønt	242	2190	900	9,8	23	9,1	44,0	2,13	1,71	1,52	1,04	600	18,4	43,2	38,4
0405- 5718	305-102	Rullepølse m.sky, grønt	298	2320	770	8,6	28	4,1	42,1	1,64	1,25	1,24	0,757	486	18,9	60,9	20,1
0405- 5989	304-99	Rullepølse m. grønt	287	2490	870	8,6	31	5,1	46,5	1,64	1,16	1,12	0,7	442	16,9	60,9	22,3
		Genm. 4 stk	252	2205	885	8,4	28	7,1	45,3	1,81	1,38	1,32	0,84	520	16,3	53,9	29,8
		Std. afv.	53	285	95	1,3	3,5	3,0	2,8	0,23	0,24	0,18	0,15	69	3,6	8,6	9,9
		Median	265	2255	885	8,6	29	7,1	45,3	1,75	1,33	1,32	0,81	518	17,6	55,8	30,3

Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	Vægt pr. stk.	Ener- gi	pr. 100 g										Energifordeling			
					Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt	
					kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	E%			
g	kJ/stk	kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	E%					
<b>Buffet-smørrebrød</b>																		
0404-	2104	001-56	Skinke	51	390	760	14,5	21	4,0	42,5	2,76	2,20	2,16	1,33	850	32,4	47,6	20,0
0404-	3149	014-59	Skinke	43	330	770	10,9	27	3,2	44,0	2,47	1,63	1,78	0,99	700	24,0	60,4	15,6
0404-	10801	106-73	Skinke	32	280	870	12,4	26	6,0	46,8	2,73	1,82	2,03	1,1	800	24,0	50,0	26,0
0404-	1767	302-57	Skinke m. italiensksalat	54	450	830	8,8	21	8,4	41,1	2,66	1,94	1,96	1,18	770	17,9	43,7	38,4
0404-	8290	101-55	Skinke m. italiensksalat	91	880	960	7,4	28	9,4	47,5	2,39	1,6	1,63	0,97	640	13,1	50,0	37,1
		Genm.	5 stk	54	466	838	10,8	25	6,2	44,4	2,60	1,84	1,91	1,11	752	22,3	50,3	27,4
		Std. afv		22	240	82	2,8	3,3	2,7	2,7	0,16	0,25	0,21	0,15	83	7,3	6,2	10,1
		Median		51	390	830	10,9	26	6,0	44,0	2,66	1,82	1,96	1,10	770	24,0	50,0	26,0
		25 % percentil		43	330	770	8,8	21	4,0	42,5	2,47	1,63	1,78	0,99	700	17,9	47,6	20,0
		75% percentil		54	450	870	12,4	27	8,4	46,8	2,73	1,94	2,03	1,18	800	24,0	50,0	37,1
		95 % percentil		84	794	942	14,1	28	9,2	47,4	2,76	2,15	2,13	1,30	840	30,7	58,3	38,1
<b>Smurt-smørrebrød</b>																		
0405-	3491	301-92	Skinke m. grønt, mayonnaise	66	560	850	8,3	17	11,3	38,3	2,13	1,39	1,39	0,84	548	16,6	33,0	50,4
0404-	3375	103-62	Skinke m. grønt	60	420	710	6,9	19	7,2	34,4	1,61	0,97	0,97	0,587	382	16,4	44,8	38,7
0404-	2292	017-58	Skinke m. italiensksalat, grønt	79	710	900	5,1	21	11,8	40,1	1,96	1,40	1,37	0,85	540	9,6	40,2	50,2
0404-	8913	08-57	Skinke m. ital. salat, rørag, grønt	82	670	820	11,2	13	10,7	37,4	2,29	1,48	1,58	0,9	620	23,1	27,2	49,5
0404-	8912	08-56	Skinke m. ital. salat, rørag, grønt	80	600	750	9,4	14	9,5	34,9	2,35	1,58	1,50	0,96	590	21,2	30,7	48,0
0404-	2711	304-56	Skinke m. fedtkant m. rørag, grønt	80	600	750	8,1	17	8,7	35,9	2,31	1,70	1,65	1,03	650	18,2	37,8	43,9
0405-	17431	301-113	Hamburgerryg m. æggestand, grønt	58	370	630	9,5	19	3,8	35,5	3,05	2,03	2,27	1,23	892	25,6	51,3	23,0
		Genm.	7 stk	72	561	773	8,3	17	9,0	36,6	2,24	1,51	1,53	0,91	603	18,7	37,9	43,4
		Std. afv		10	125	91	2,0	2,9	2,8	2,0	0,44	0,32	0,39	0,20	154	5,3	8,4	9,9
		Median		79	600	750	8,3	17	9,5	35,9	2,29	1,48	1,50	0,90	590	18,2	37,8	48,0
		25 % percentil		63	490	730	7,5	15	8,0	35,2	2,04	1,40	1,38	0,85	544	16,5	31,9	41,3
		75% percentil		80	635	835	9,5	19	11,0	37,9	2,33	1,64	1,61	0,99	635	22,2	42,5	49,8
		95 % percentil		81	698	885	10,7	21	11,7	39,5	2,84	1,93	2,08	1,17	820	24,9	49,4	50,4

Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	pr. 100 g												Energifordeling			
			Vægt pr. stk.	Ener- gi	Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt	
			g	kJ/stk	kJ	g								g	mg	E%		
<b>Sandwich</b>																		
0404-	11755	303-75	Skinke/ost m. grønt	212	1970	930	10,9	28,5	6,9	48,4	2,11	1,40	1,65	0,849	650	20,0	52,0	28,0
0405-	4193	303-97	Skinke/ost m. grønt	242	1890	790	10,2	24	5,3	41,7	1,91	0,79	1,34	0,479	527	22,1	52,4	25,5
0405-	3492	301-93	Skinke/ost m. grønt	198	1920	960	9,5	30	7,8	49,1	2,08	1,45	1,35	0,88	531	16,7	52,5	30,8
0405-	17441	301-115	Skinke/ost m. grønt	157	1280	820	9,3	25	6,2	42,5	2,06	1,47	1,50	0,89	590	19,3	52,0	28,7
0404-	2190	017-52	Skinke/ost m. grønt	235	2190	930	10,0	29	7,0	47,9	1,78	1,30	1,24	0,79	489	18,3	53,2	28,5
0404-	8638	16-57	Skinke/ost m. grønt	241	1900	790	9,9	21,9	6,5	40,3	2,00	1,36	1,42	0,83	560	21,4	47,3	31,4
0404-	8915	08-59	Skinke/ost m. grønt	118	1240	1050	9,8	30,9	9,5	52,2	2,08	1,50	1,35	0,91	530	15,8	50,0	34,3
0404-	1407	301-57	Skinke/ost m. grønt	150	1610	1070	10,0	29	10,6	51,9	1,88	1,16	1,23	0,706	484	15,9	46,6	37,5
0404-	10077	305-77	Skinke/ost m. grønt	266	2360	890	10,2	27,2	6,6	46,1	2,07	1,27	1,27	0,771	500	19,6	52,1	28,4
		Genm.	9 stk	202	1818	914	10,0	27	7,4	46,7	2,00	1,30	1,37	0,79	540	18,8	50,9	30,4
		Std. afv		50	378	103	0,5	3,1	1,7	4,4	0,12	0,22	0,14	0,13	53	2,3	2,4	3,7
		Median		212	1900	930	10,0	29	6,9	47,9	2,06	1,36	1,35	0,83	530	19,3	52,0	28,7
		25 % percentil		157	1610	820	9,8	25	6,5	42,5	1,91	1,27	1,27	0,77	500	16,7	50,0	28,4
		75% percentil		241	1970	960	10,2	29	7,8	49,1	2,08	1,45	1,42	0,88	560	20,0	52,4	31,4
		95 % percentil		256	2292	1062	10,6	31	10,2	52,1	2,10	1,49	1,59	0,90	626	21,8	52,9	36,3

Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	Vægt pr. stk.	Ener- gi	pr. 100 g										Energifordeling		
					Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
					kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	E%		
g	kJ/stk	kJ	g										g	mg			
<b>Sandwich</b>																	
0404- 8914	08-58	Kalkun/bacon m. grønt	124	1350	1090	13,1	28	10,4	53,2	1,88	1,26	1,19	0,766	469	20,4	43,4	36,2
0404- 9621	301-81	Kalkun/bacon m. grønt	90	600	660	8,9	24	2,6	37,5	1,78	1,06	1,05	0,646	413	22,8	62,1	15,1
0404- 8623	16-52	Kalkun/bacon m. grønt	296	2350	800	12,8	22	5,2	42,4	2,07	1,45	1,55	0,88	610	27,3	47,6	24,9
0404- 8635	16-12	Kalkun/bacon m. grønt	325	2820	870	12,8	22	7,3	43,9	1,85	1,29	1,37	0,780	540	25,1	42,9	31,9
0404- 9370	22-54	Kalkun/bacon m. grønt	122	1060	870	10,3	32	3,9	48,5	2,02	1,39	1,52	0,84	600	20,1	62,9	17,0
0404- 1854	303-58	Kyllingepølse m. grønt	240	1910	790	7,2	28	5,4	41,9	1,78	1,32	1,30	0,80	510	15,4	58,9	25,7
0404- 10066	305-76	Kalkunbryst m. grønt	201	1590	790	8,4	34	1,9	46,2	2,05	1,38	1,65	0,84	650	18,2	72,9	9,0
		Genm. 7 stk	200	1669	839	10,5	27	5,2	44,8	1,92	1,31	1,38	0,79	542	21,3	55,8	22,8
		Std. afv	92	760	131	2,4	4,7	2,9	5,1	0,12	0,13	0,21	0,08	84	4,1	11,4	9,7
		Median	201	1590	800	10,3	28	5,2	43,9	1,88	1,32	1,37	0,80	540	20,4	58,9	24,9
		25 % percentil	123	1205	790	8,7	23	3,3	42,1	1,82	1,28	1,24	0,77	490	19,1	45,5	16,0
		75% percentil	268	2130	870	12,8	30	6,3	47,3	2,03	1,39	1,54	0,84	605	24,0	62,5	28,8
		95 % percentil	316	2679	1024	13,0	33	9,5	51,8	2,06	1,43	1,62	0,87	638	26,7	69,9	34,9

Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	Vægt pr. stk.	Ener- gi kJ/stk	pr. 100 g										Energifordeling			
					Ener- gi kJ	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt	
					g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	E%	E%	E%	
<b>Buffet-smørrebrød</b>																		
0404-	11504	302-78	Spegepølse	37	500	1350	10,9	27	18,5	59,7	3,10	2,21	2,21	1,34	870	13,7	34,3	52,0
0405-	4425	302-95	Spegepølse	40	580	1440	10,5	26	21,7	60,8	3,05	2,15	2,18	1,31	856	12,5	30,2	57,3
0404-	2105	001-57	Spegepølse m. rå løg	39	440	1130	9,5	37	9,1	58,3	2,83	2,12	2,08	1,29	820	14,3	55,3	30,4
0404-	10800	106-72	Spegepølse m. grøn peber	37	400	1070	8,0	25	13,3	49,1	2,42	1,81	1,80	1,1	710	12,7	40,3	47,0
0404-	1630	302-05	Spegepølse m. mayonnaise	73	810	1110	9,2	30	11,4	54,0	2,94	2,22	2,06	1,35	810	14,1	46,8	39,1
0404-	11492	302-72	Spegepølse m. mayonnaise	50	700	1400	10,8	21	22,8	57,1	2,88	2,23	2,08	1,35	820	13,1	25,1	61,8
0404-	3148	014-58	Spegepølse m. remoulade, løg	48	590	1230	5,4	27	17,8	52,3	2,02	1,45	1,63	0,88	640	7,5	37,5	55,1
			Genm. 7 stk	46	574	1247	9,2	28	16,4	55,9	2,75	2,03	2,01	1,23	789	12,6	38,5	49,0
			Std. afv	13	145	150	2,0	5,0	5,2	4,3	0,39	0,29	0,21	0,18	84	2,4	10,2	11,0
			Median	40	580	1230	9,5	27	17,8	57,1	2,88	2,15	2,08	1,31	820	13,1	37,5	52,0
			25 % percentil	38	470	1120	8,6	26	12,3	53,1	2,63	1,97	1,93	1,19	760	12,6	32,2	43,1
			75% percentil	49	645	1375	10,7	29	20,1	59,0	3,00	2,22	2,13	1,34	838	13,9	43,5	56,2
			95 % percentil	66	777	1428	10,9	35	22,4	60,5	3,09	2,23	2,20	1,35	866	14,2	52,8	60,4
<b>Smurt-smørrebrød</b>																		
0405-	5705	305-95	Spegepølse m. sky, grønt	79	710	910	8,4	19	11,5	42,1	2,80	2,27	2,25	1,38	887	15,7	36,3	48,1
0405-	17430	301-112	Spegepølse m. sky, grønt	58	500	870	7,7	21	10,0	41,6	2,48	1,83	1,92	1,11	756	14,9	41,7	43,4
0404-	3376	103-63	Spegepølse m. remoulade, grønt	68	790	1160	6,4	25	16,5	50,4	2,54	1,90	1,88	1,15	740	9,4	36,5	54,1
0404-	2690	305-58	Spegepølse m. remoulade, grønt	74	950	1290	5,12	26	20,2	52,9	2,09	1,49	1,47	0,90	580	6,8	33,7	59,5
0404-	2291	017-57	Spegepølse m. sky, grønt, mayon.	60	660	1110	6,4	27	14,3	50,0	2,22	1,63	1,60	0,99	630	9,7	41,4	48,9
0404-	2629	203-56	Spegepølse m. sky, grønt	101	620	610	9,6	23	1,5	36,6	2,47	1,85	1,80	1,12	710	26,7	63,8	9,5
0404-	1530	303-52	Spegepølse m. rå/ristede løg	48	740	1560	8,5	23	27	61,3	2,83	2,13	1,91	1,29	750	9,3	25,4	65,4
			Genm. 7 stk	70	710	1073	7,4	23	14,4	47,8	2,49	1,87	1,83	1,13	722	13,2	39,8	47,0
			Std. afv	17	141	310	1,5	2,7	8,0	8,3	0,27	0,27	0,25	0,16	99	6,8	11,9	18,1
			Median	68	710	1110	7,7	23	14,3	50,0	2,48	1,85	1,88	1,12	740	9,7	36,5	48,9
			25 % percentil	59	640	890	6,4	22	10,7	41,9	2,35	1,73	1,70	1,05	670	9,3	35,0	45,7
			75% percentil	76	765	1225	8,4	25	18,3	51,7	2,67	2,01	1,91	1,22	753	15,3	41,5	56,8
			95 % percentil	94	902	1479	9,3	27	24,8	58,8	2,82	2,23	2,15	1,35	848	23,4	57,1	63,6



Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	Vægt pr. stk.	Ener- gi	pr. 100 g										Energifordeling		
					Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
					kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	E%		
g	kJ/stk	kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	E%				
<b>Buffet-smørrebrød</b>																	
0405- 4183	303-93	Æg m. benfri sild, dild	80	730	910	9,4	17	12,1	40,5	1,90	1,47	1,38	0,89	543	17,6	31,9	50,4
0405- 17948	302-113	Æg m. agurk	84	520	620	8,0	18	4,6	31,9	1,20	0,69	0,69	0,42	270	22,0	49,6	28,4
0404- 1633	302-52	Æg m. grønt	71	440	620	9,6	15	5,1	31,3	1,31	0,89	0,91	0,540	357	26,3	42,1	31,6
0404- 8110	206-55	Æg m. mayonnaise, agurk, karse	77	570	740	8,7	16	8,5	34,2	1,33	0,77	0,85	0,464	335	20,1	36,0	43,8
0404- 13053	209-56	Æg m. mayonnaise, tomat	73	610	830	7,6	15	11,9	35,7	1,49	0,93	0,81	0,562	320	15,6	30,1	54,4
0404- 3020	014-54	Æg m. purløg	92	610	660	10,6	13	6,7	31,8	1,15	0,37	0,57	0,222	223	27,1	34,4	38,5
	Genm.	6 stk	80	580	730	9,0	16	8,2	34,2	1,40	0,85	0,87	0,52	341	21,4	37,4	41,2
	Std. afv		8	98	120	1,1	1,7	3,3	3,5	0,27	0,36	0,28	0,22	110	4,6	7,3	10,3
	Median		79	590	700	9,1	15	7,6	33,1	1,32	0,83	0,83	0,50	328	21,0	35,2	41,1
	25 % percentil		74	533	630	8,2	15	5,5	31,9	1,23	0,71	0,72	0,43	282	18,2	32,6	33,3
	75% percentil		83	610	808	9,5	17	11,1	35,3	1,45	0,92	0,89	0,56	352	25,2	40,6	48,8
	95 % percentil		90	700	890	10,3	18	12,1	39,3	1,80	1,33	1,26	0,81	497	26,9	47,7	53,4
<b>Sandwich</b>																	
0404- 2718	304-63	Æg m. grønt	293	3910	1330	7,0	28	19,4	55,9	1,39	0,98	0,97	0,593	381	8,9	35,8	55,3
0405- 5707	305-97	Æg m. rejer, grønt	300	2160	730	8,5	27	3,1	40,4	1,48	0,96	0,99	0,58	389	19,8	63,9	16,3
0404- 2290	017-56	Æg m. rejer, grønt	254	2220	870	7,5	30	6,2	45,2	1,41	1,15	1,05	0,700	413	14,6	58,4	27,0
0404- 3373	103-60	Æg m. rejer, grønt	241	2320	960	8,7	26	9,7	45,8	1,28	0,91	0,87	0,553	344	15,3	46,2	38,5
0404- 10050	304-79	Æg m. rejer, grønt	346	2260	650	10,0	18	4,7	34,0	1,40	0,92	0,86	0,558	337	26,1	46,6	27,4
	Genm.	5 stk	287	2574	908	8,3	26	8,6	44,2	1,39	0,99	0,95	0,60	373	16,9	50,2	32,9
	Std. afv		42	749	265	1,2	4,7	6,5	8,0	0,07	0,10	0,08	0,06	32	6,4	11,1	14,8
	Median		293	2260	870	8,5	27	6,2	45,2	1,40	0,96	0,97	0,58	381	15,3	46,6	27,4
	25 % percentil		254	2220	730	7,5	26	4,7	40,4	1,39	0,92	0,87	0,56	344	14,6	46,2	27,0
	75% percentil		300	2320	960	8,7	28	9,7	45,8	1,41	0,98	0,99	0,59	389	19,8	58,4	38,5
	95 % percentil		337	3592	1256	9,7	30	17,5	53,9	1,47	1,12	1,04	0,68	408	24,8	62,8	51,9

Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	Vægt pr. stk.	Ener- gi	pr. 100 g										Energifordeling			
					Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt	
					kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	E%			
g	kJ/stk	kJ	g	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	E%					
<b>Smurt-smørrebrød</b>																		
0404-	9606	301-72	Æg m. rejer, grønt	54	400	750	10,2	18	7,0	36,8	1,59	1,03	1,11	0,625	436	23,2	40,9	35,8
0404-	9607	301-73	Æg m. rejer, grønt, mayonnaise	58	590	1020	9,4	16	15,2	42,5	1,56	1,06	1,09	0,642	429	15,8	27,2	57,0
0404-	10037	304-72	Æg m. rejer, grønt	87	520	600	7,2	14	6,2	28,7	1,30	0,694	0,75	0,421	294	20,6	39,8	39,6
0404-	10038	304-73	Æg m. rejer, grønt	92	610	660	9,0	12	7,9	30,7	1,29	0,78	0,81	0,472	319	23,1	31,9	45,0
0404-	1476	301-59	Æg m. rejer, grønt, mayonnaise	59	600	1020	9,7	17	15,1	43,1	1,59	1,03	1,02	0,625	401	16,1	27,7	56,2
0404-	2523	304-53	Æg m. rejer, grønt, mayonnaise	96	710	740	8,1	16	8,8	33,8	1,13	0,60	0,61	0,363	240	18,5	36,2	45,4
0404-	9368	22-52	Æg m. rejer/kaviar, grønt	106	580	550	9,7	12	4,8	27,9	1,48	0,95	0,97	0,578	383	29,9	37,2	33,1
0404-	1475	301-58	Æg m. rejer/kaviar, grønt	49	350	710	11,2	17	5,9	36,1	1,55	1,02	1,04	0,620	409	26,7	41,8	31,5
0404-	10064	305-74	Æg m. rejer/kaviar, grønt	94	580	620	10,5	12	6,4	30,1	1,50	0,87	0,87	0,528	343	28,7	32,3	39,0
0404-	8619	16-04	Æg m. rejer/kaviar, mayo., grønt	199	1570	790	9,1	18	8,8	36,7	1,14	0,69	0,61	0,421	239	19,6	38,0	42,4
0405-	5974	304-91	Æg m. grønt	80	570	700	7,8	17	7,5	33,4	1,26	0,70	0,74	0,42	293	18,9	40,4	40,7
0404-	2532	305-52	Æg m. grønt	93	560	600	6,8	13	6,7	28,1	1,09	0,54	0,52	0,325	203	19,2	38,1	42,7
0405-	17429	301-111	Æg med tomat	73	460	630	7,7	16	6,0	31,1	1,35	0,87	0,86	0,525	338	20,7	43,2	36,1
0405-	3496	301-97	Æg med tomat	59	390	660	8,3	17	5,9	33,0	1,35	0,82	0,77	0,496	301	21,3	44,9	33,8
0405-	5720	305-104	Æg med tomat	81	480	580	7,0	17	4,7	29,6	1,25	0,63	0,63	0,38	246	20,6	48,8	30,6
0405-	5706	305-96	Æg med tomat	95	720	760	6,6	14	10,8	32,8	1,08	0,62	0,61	0,37	242	14,8	31,8	53,4
		Genm.	16 stk	86	606	712	8,6	15	8,0	33,4	1,34	0,81	0,81	0,49	320	21,1	37,5	41,4
		Std. afv		35	278	139	1,4	2,1	3,2	4,6	0,18	0,18	0,19	0,11	75	4,4	6,1	8,3
		Median		84	575	680	8,7	16	6,9	32,9	1,32	0,80	0,79	0,48	310	20,6	38,0	40,1
		25 % percentil		59	475	615	7,6	14	6,0	30,0	1,22	0,68	0,62	0,41	245	18,8	32,2	35,3
		75% percentil		94	603	753	9,7	17	8,8	36,3	1,52	0,97	0,98	0,59	388	23,2	41,1	45,1
		95 % percentil		129	933	1020	10,7	18	15,1	42,6	1,59	1,04	1,09	0,63	431	29,0	45,9	56,4

Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.

Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<i>Suppe</i>															
0404- 1967	001-51	Aspargessuppe	370	2,69	3,9	6,6	14,91	1,63	1,36	1,35	0,83	533	12,5	18,4	69,1
0405- 3499	301-100	Grønsagssuppe	120	1,14	6,2	<0,5	9,33	2,00	1,59	1,56	0,963	616	15,5	84,5	0,0
0405- 4192	303-96	Grønærtessuppe	160	1,81	7,5	<0,5	10,5	1,16	0,88	0,94	0,534	370	19,4	80,6	0,0
0404- 2834	203-59	Karrysuppe	290	0,71	7,8	3,7	13,10	0,91	0,680	0,78	0,412	306	4,2	46,2	49,6
0404- 10053	304-82	Kartoffel-rodfrugt suppe	180	1,20	9,3	<0,5	11,7	1,19	0,742	0,71	0,45	280	11,4	88,6	0,0
		Genm. 5 stk	224	1,5	6,9	2,1	11,9	1,38	1,05	1,07	0,64	421	12,6	63,7	23,7
		Std. afv	103	0,8	2,0	3,0	2,2	0,43	0,40	0,37	0,24	147	5,6	30,4	33,2
		Median	180	1,2	7,5	0,0	11,7	1,19	0,88	0,94	0,53	370	12,5	80,6	0,0
		25 % percentil	160	1,1	6,2	0,0	10,5	1,16	0,74	0,78	0,45	306	11,4	46,2	0,0
		75% percentil	290	1,8	7,8	3,7	13,1	1,63	1,36	1,35	0,83	533	15,5	84,5	49,6
		95 % percentil	354	2,5	9,0	6,1	14,5	1,93	1,54	1,52	0,94	599	18,6	87,8	65,2

Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.

Prøve-nr.	Enkelt-kompo-nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<i>Retter med hakket kød</i>															
0404- 10808	106-74	Dansk bøf m. bløde løg	970	20,0	4,5	14,5	40,4	1,34	0,432	0,46	0,262	182	35,1	7,9	57,0
0404- 2628	203-55	Hakkebøf	1000	28,8	1,0	12,9	44,6	1,91	0,95	0,96	0,579	376	49,1	1,6	49,3
0404- 3019	014-53	Karbonader	1070	24,4	2,8	16,0	45,1	1,91	1,03	1,04	0,623	411	38,8	4,5	56,7
0404- 12136	4-52	Forloren hare	770	15,6	5,6	10,8	34,1	2,19	1,54	1,58	0,933	620	34,4	12,4	53,4
0404- 11758	303-78	Forloren Hare	850	16,2	6,0	12,6	37,0	2,35	1,66	1,70	1,006	670	32,2	11,9	55,9
0405- 5709	305-99	Forloren hare	1100	20,9	3,5	18,0	44,4	2,04	1,39	1,37	0,84	540	32,3	5,5	62,2
0404- 8637	16-56	Frikadeller	900	13,2	6,2	14,9	36,4	2,01	1,33	1,27	0,804	500	25,1	11,8	63,1
0405- 3813	106-92	Hvidkålsrouletter	430	5,4	12	3,6	22,5	1,94	1,37	1,30	0,83	511	21,6	46,3	32,0
0404- 10051	304-80	Kalkunfrikadeller	520	17,5	8,6	1,9	30,1	2,13	1,24	1,14	0,751	448	57,8	28,4	13,8
0404- 1029	106-53	Frankfurter stegt	1170	14,5	4,2	22,4	44,7	3,53	2,61	2,77	1,58	1090	21,0	6,1	72,9
		Genm. 10 stk.	878	17,7	5,4	12,8	37,9	2,13	1,36	1,36	0,82	535	34,7	13,6	51,6
		Std afv.	244	6,4	3,1	6,2	7,5	0,56	0,56	0,60	0,34	238	11,6	13,7	17,0
		Median	935	16,8	5,0	13,7	38,7	2,03	1,35	1,28	0,82	506	33,3	9,9	56,3
		25 % percentil	790	14,8	3,7	11,2	34,7	1,92	1,08	1,07	0,65	420	26,9	5,6	50,3
		75 % percentil	1053	20,7	6,2	15,7	44,5	2,17	1,50	1,52	0,91	600	37,9	12,3	60,9
		95 % percentil	1139	26,8	10	20,4	44,9	3,00	2,18	2,29	1,32	901	53,9	38,3	68,5

Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.

Prøve-nr.	Enkelt-kompo-nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<b>Kød, magert</b>															
0404- 9616	301-76	Oksekød, stegt	1080	29,9	1,3	14,4	47,1	1,45	0,644	0,66	0,39	261	47,2	2,0	50,8
0404- 2693	305-61	Glaseret skinke	780	26,6	1,9	7,8	40,1	3,80	3,07	3,01	1,86	1184	57,8	4,1	38,0
0404- 2102	001-54	Hamburgerryg	770	26,2	2,0	7,7	39,8	3,83	2,74	2,87	1,66	1131	57,7	4,4	38,0
0404- 8109	206-54	Hamburgerryg	540	25,3	0,2	2,7	31,3	3,09	2,23	2,52	1,35	990	80,1	0,7	19,1
0404- 1855	303-59	Hamburgerryg	690	26,5	0	6,2	35,1	2,62	2,04	1,93	1,24	760	65,5	0,0	34,5
0404- 11502	302-76	Hamburgerryg	600	19,6	0,5	6,8	31,9	5,1	3,44	3,77	2,09	1483	55,7	1,3	43,0
0404- 10080	305-80	Svinekam, marineret	990	30,8	0	12,2	41,8	1,05	0,183	0,20	0,111	78	53,0	0	47,0
		<b>Genm. 8 stk</b>	<b>779</b>	<b>26,4</b>	<b>1</b>	<b>8,3</b>	<b>38,2</b>	<b>2,98</b>	<b>2,05</b>	<b>2,14</b>	<b>1,24</b>	<b>841</b>	<b>59,6</b>	<b>1,8</b>	<b>38,6</b>
		Std. afv	197	3,6	0,9	3,9	5,7	1,41	1,22	1,30	0,74	510	10,6	1,8	10,3
		Median	770	26,5	0	7,7	39,8	3,09	2,23	2,52	1,35	990	57,7	1,3	38,0
		25 % percentil	645	25,8	0	6,5	33,5	2,04	1,34	1,30	0,81	511	54,4	0,4	36,2
		75% percentil	885	28,3	2	10,0	41,0	3,82	2,90	2,94	1,76	1158	61,7	3,1	45,0
		95 % percentil	1053	30,5	2	13,8	45,5	4,69	3,33	3,54	2,02	1393	75,7	4,3	49,7
<b>Kød, fedt</b>															
0404- 1765	302-55	Ribbensteg m. sprød svær	1380	25,2	1,1	24,5	52,4	1,60	0,85	0,87	0,518	341	31,1	1,4	67,5

Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.

Prøve-nr.	Enkelt-kompo-nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<i>Kød og indmad, stegte stykker</i>															
0405- 4415	302-91	Kotelet i fad med porre, soltørret tomat og hvidkål	930	15,3	9,4	13,6	40,9	2,70	1,50	1,53	0,91	601	27,8	17,0	55,2
0404- 1532	303-54	Skinkeschnizel	810	25,1	5,9	7,3	40,1	1,76	0,742	0,73	0,450	287	52,9	12,4	34,6
0404- 9609	301-75	Skinkeschnizel	1120	21,5	22,8	9,6	57,3	3,30	2,25	2,34	1,36	920	32,7	34,7	32,6
0405- 4190	303-94	Stegt lever med bløde løg	970	23,1	12	9,9	47,2	2,21	1,00	1,01	0,604	397	40,4	20,8	38,7
0405- 3497	301-98	Stegt lever med bløde løg	770	17,1	11	7,6	37,7	1,81	0,92	0,90	0,559	355	37,8	24,9	37,3
0404- 3379	103-58	Stegt flæsk	2280	39,2	0	42	87,6	7,1	5,87	6,30	3,56	2480	29,3	0	70,7
		<b>Genm. 6 stk</b>	<b>1147</b>	<b>23,5</b>	<b>10</b>	<b>15,1</b>	<b>51,8</b>	<b>3,14</b>	<b>2,05</b>	<b>2,13</b>	<b>1,24</b>	<b>840</b>	<b>36,8</b>	<b>18,3</b>	<b>44,9</b>
		Std. afv	569	8,5	7,6	13,6	18,9	2,00	1,95	2,12	1,18	836	9,3	11,7	15,0
		Median	950	22,3	10	9,8	44,1	2,46	1,25	1,27	0,76	499	35,2	18,9	38,0
		25 % percentil	840	18,2	7	8,1	40,3	1,91	0,94	0,93	0,57	366	30,1	13,6	35,3
		75% percentil	1083	24,6	12	12,7	54,7	3,15	2,06	2,14	1,25	840	39,8	23,9	51,1
		95 % percentil	1990	35,7	20	35,2	80,0	6,11	4,96	5,31	3,01	2090	49,8	32,2	66,8

Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.

Prøve-nr.	Enkelt-kompo-nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<i>Gryderet/sammenkogt ret med kød</i>															
0404- 3609	102-53	Chilli con carne	440	9,6	11	2,4	24,43	1,71	0,86	0,79	0,519	310	37,5	41,3	21,2
0404- 11493	302-73	Chilli con carne	480	7,1	10,8	4,6	24,4	1,91	1,24	1,07	0,751	423	25,2	38,3	36,5
0404- 7947	206-52	Enebærgryde	800	17,0	4,9	11,3	34,58	1,431	0,48	0,44	0,291	175	36,0	10,4	53,5
0405- 17445	301-119	Gullasch	500	13,3	5,4	4,9	25,3	1,74	1,14	1,03	0,69	407	45,0	18,1	36,9
0405- 17956	302-115	Gullasch	570	15,4	4,3	6,3	27,8	1,89	1,19	1,22	0,72	482	45,7	12,8	41,5
0404- 2295	017-62	Kalvefrikasse	480	9,2	5,7	5,9	21,96	1,21	0,95	0,90	0,575	355	32,6	20,3	47,0
0405- 3822	106-95	Kalvekød i carrysovs	300	9,4	6,3	1,0	18,1	1,35	0,72	0,66	0,435	259	52,5	35,2	12,3
0404- 1479	301-62	Kødsovs alm.	600	11,4	6,4	7,8	27,5	1,90	1,25	1,24	0,760	486	32,5	18,2	49,3
0404- 1481	301-64	Kødsovs fitness.	490	17,4	3,0	3,9	25,8	1,57	1,00	0,98	0,608	384	59,9	10,2	29,9
0404- 2715	304-60	Kødsovs til tortilla	620	10,4	4,2	9,7	25,7	1,45	0,682	0,61	0,414	239	28,7	11,7	59,6
0404- 12689	110-51	Millionbøf	490	13,8	3,2	5,4	23,6	1,26	0,734	0,70	0,445	276	47,6	10,8	41,6
0405- 5723	305-107	Oksekød a'la Thai	1080	16,8	4,9	18,8	42,7	2,15	1,38	1,50	0,84	592	26,3	7,8	65,9
0404- 12147	4-54	Paprikagryde	440	7,1	5,8	5,8	20,2	1,45	0,8	0,83	0,486	328	27,5	22,5	50,0
0404- 10039	304-74	Vildtgullasch	340	11,2	4,9	1,7	19,0	1,21	0,588	0,56	0,357	220	56,3	24,6	19,1
0405- 5991	304-101	Lammegryde	490	9,7	5,0	6,3	23,3	2,30	1,43	1,47	0,87	576	33,8	17,5	48,7
		Genm. 16 stk.	541	11,9	5,7	6,4	25,6	1,63	0,96	0,93	0,58	367	39,1	20,0	40,9
		Std afv.	190	3,5	2,3	4,4	6,2	0,34	0,30	0,32	0,18	127	11,3	10,7	15,2
		Median	490	11,2	5,0	5,8	24,4	1,57	0,95	0,90	0,57	355	36,0	18,1	41,6
		25 % percentil	460	9,5	4,6	4,2	22,7	1,39	0,73	0,68	0,44	267	30,6	11,3	33,2
		75 % percentil	585	14,6	6,1	7,0	26,6	1,89	1,21	1,15	0,74	453	46,6	23,5	49,6
		95 % percentil	884	17,1	10,7	13,5	37,0	2,20	1,39	1,48	0,85	581	57,4	39,2	61,5

Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.

Prøve-nr.	Enkelt-kompo-nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<i>Gryderet/sammenkogt ret med fjerkræ</i>															
0405- 5711	305-101	Høns i asparges	470	10,3	4,6	5,7	22,6	2,01	1,62	1,55	0,99	611	37,1	16,8	46,1
0404- 12702	110-57	Kylling i karry	290	9,4	3,7	1,6	16,3	1,53	1,04	0,97	0,632	383	55,9	22,1	21,3
0404- 1030	106-54	Kylling i karry	420	8,4	5,8	4,7	20,6	1,77	1,08	1,24	0,653	488	34,1	23,5	42,4
0404- 2191	017-53	Kyllingeret til ristaffel	490	17,9	3,8	3,2	27,5	2,65	1,81	1,73	1,10	680	62,2	13,2	24,6
0404- 8287	101-52	Kalkunkødsovs	460	16,7	4,7	2,4	25,5	1,70	0,92	0,84	0,561	329	62,1	17,5	20,0
0404- 2522	304-52	Strudseragout	450	9,5	6,4	4,8	22,1	1,46	0,702	0,63	0,426	249	35,6	24,3	40,1
		<b>Genm. 6 stk</b>	<b>430</b>	<b>12,0</b>	<b>4,8</b>	<b>3,7</b>	<b>22,4</b>	<b>1,85</b>	<b>1,19</b>	<b>1,16</b>	<b>0,73</b>	<b>457</b>	<b>47,8</b>	<b>19,6</b>	<b>32,4</b>
		Std. afv	72	4,1	1,1	1,6	3,9	0,43	0,43	0,42	0,26	167	13,6	4,4	11,7
		<b>Median</b>	<b>455</b>	<b>9,9</b>	<b>4,7</b>	<b>3,9</b>	<b>22,4</b>	<b>1,74</b>	<b>1,06</b>	<b>1,11</b>	<b>0,64</b>	<b>436</b>	<b>46,5</b>	<b>19,8</b>	<b>32,4</b>
		25 % percentil	428	9,4	4,0	2,6	21,0	1,57	0,95	0,87	0,58	343	36,0	17,0	22,1
		75% percentil	468	15,1	5,5	4,7	24,8	1,95	1,49	1,47	0,91	580	60,6	23,2	41,8
		95 % percentil	485	17,6	6,3	5,5	27,0	2,49	1,76	1,68	1,07	663	62,2	24,1	45,2
<i>Andre kyllingeretter</i>															
0404- 1632	302-51	Kyllingeoverlår	1050	25,0	0,4	16,3	43,7	1,94	1,19	1,11	0,723	436	40,5	0,7	58,8
0404- 9380	22-57	Pestomarineret kylling	500	20,0	0,2	4,0	27,1	2,9	1,68	2,01	1,02	790	68,6	0,8	30,7



**Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.**

Prøve-nr.	Enkelt-kompo-nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<i>Fiskeretter</i>															
0404- 1401	301-51	Kulmule m. tomatchillipesto	600	16,1	5,7	6,0	29,3	1,41	0,600	0,61	0,364	239	45,7	16,1	38,2
0405- 5978	304-95	Mørk sej	460	21,8	0	2,4	24,7	1,60	0,43	0,42	0,26	164	80,1	0,0	19,9
0405- 3493	301-94	Mørksej, paneret, stegt, m. bløde løg	900	14,6	16	10,3	42,3	1,87	0,99	0,87	0,599	342	27,4	29,2	43,4
0404- 8291	101-56	Ovnbagt laks	1010	22,1	0,1	16,7	40,9	2,02	1,20	1,06	0,73	417	37,1	0,1	62,7
0405- 17946	302-111	Paneret fjordlaks	1310	15,7	19	18,7	55,8	1,95	0,98	1,16	0,594	456	20,4	25,3	54,4
0405- 4424	302-94	Sej stænger	1160	13,5	22	14,6	52,3	2,18	1,31	1,43	0,8	561	19,8	32,2	48,0
0404- 3146	014-56	Torskefilet	530	25,5	0	2,6	29,7	2,23	0,96	0,93	0,584	366	81,4	0,0	18,6
0404- 9369	22-53	Victoriafisk m. laksefars på urtebund og chili-limesauce	390	11,4	4,8	3,0	21,0	1,88	1,13	1,09	0,686	428	50,0	20,8	29,3
0404- 10062	305-72	Skaldyr i hummersauce	320	5,11	8,7	2,3	17,6	1,47	0,93	0,96	0,564	376	26,9	46,0	27,1
		Genm. 9 stk	742	16,2	9	8,5	34,8	1,85	0,95	0,95	0,58	372	43,2	18,9	37,9
		Std. afv	361	6,2	8,6	6,7	13,6	0,29	0,28	0,30	0,17	117	23,7	16,3	15,4
		Median	600	15,7	6	6,0	29,7	1,88	0,98	0,96	0,59	376	37,1	20,8	38,2
		25 % percentil	460	13,5	0	2,6	24,7	1,60	0,93	0,87	0,56	342	26,9	0,1	27,1
		75% percentil	1010	21,8	16	14,6	42,3	2,02	1,13	1,09	0,69	428	50,0	29,2	48,0
		95 % percentil	1250	24,1	21	17,9	54,4	2,21	1,27	1,32	0,77	519	80,9	40,5	59,3

**Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.**

Prøve-nr.	Enkelt-kompo-nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<i>Kartoffel-, ris- og pastaretter</i>															
0405- 17432	301-114	Biksemad	670	10,5	13	7,3	32,8	2,32	1,55	1,53	0,94	602	26,6	32,0	41,4
0404- 13042	209-51	Kartoffelfad med skinketern	410	5,36	12,2	2,9	22,7	2,22	1,62	1,52	0,98	600	22,3	50,6	26,9
0404- 11746	303-72	Kalkun m. ris, champignon og	480	9,6	15,3	1,4	27,7	1,32	0,97	1,03	0,585	404	34,2	54,3	11,4
0404- 13051	209-54	Kylling Jambalaya	440	13,1	8,1	2,2	25,7	2,30	1,53	1,55	0,93	610	50,1	31,1	18,8
0405- 4181	303-91	Stegte ris m. oksekød	690	8,6	28	1,5	40,0	1,45	1,00	0,89	0,607	351	21,3	70,3	8,4
0404- 677	106-51	Lasagne	460	9,5	8,0	4,3	23,28	1,52	0,87	0,86	0,527	339	35,3	29,5	35,3
0404- 10799	106-71	Pastaret	540	4,83	15,7	5,1	26,7	1,04	0,555	0,57	0,337	224	15,1	49,1	35,8
0404- 3261	103-57	Pastaret m. skinke	550	5,3	14	5,9	26,31	1,21	0,87	0,88	0,529	346	16,5	43,0	40,5
		Genm. 8 stk	530	8,4	14	3,8	28,1	1,67	1,12	1,10	0,68	435	27,7	45,0	27,3
		Std. afv	104	2,9	6,3	2,2	5,7	0,53	0,39	0,38	0,24	149	11,7	14,0	13,0
		Median	510	9,1	13	3,6	26,5	1,48	0,98	0,96	0,60	378	24,4	46,1	31,1
		25 % percentil	455	5,4	11	2,0	25,1	1,29	0,87	0,87	0,53	344	20,1	31,8	17,0
		75% percentil	580	9,9	15	5,3	29,0	2,24	1,53	1,53	0,93	601	34,5	51,6	37,0
		95 % percentil	683	12,2	24	6,8	37,5	2,31	1,60	1,54	0,97	607	44,9	64,7	41,1

**Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.**

Prøve-nr.	Enkelt-kompo-nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<b>Grøntsager som tilbehør til den varme ret</b>															
0404- 9371	22-55	Bagte rødbeder	630	2,21	26	3,9	34,4	2,11	1,23	1,15	0,746	454	6,0	70,3	23,5
0404- 2692	305-60	Flødestuvet spinat	650	2,95	7,0	12,7	24,3	1,58	0,86	0,80	0,521	313	7,7	18,2	74,1
0404- 2713	304-58	Marinerede grøntsager	220	1,08	6,5	2,5	10,9	0,89	0,391	0,36	0,237	143	8,2	49,4	42,4
0404- 3018	014-52	Ratatouille	200	1,17	5,9	2,2	10,57	1,28	0,675	0,58	0,409	228	9,8	49,6	40,7
0404- 3017	014-51	Ristede porrer / blomkål	200	2,05	6,5	1,3	11,05	1,18	0,581	0,58	0,353	230	17,8	56,7	25,5
0404- 3147	014-57	Stuvet spinat	370	<1,0	11	5,0	17,52	1,95	1,04	1,14	0,634	448	0,1	48,5	51,4
0404- 11501	302-75	Stuvet spinat	350	3,28	9,6	3,6	17,8	1,36	0,589	0,59	0,357	234	15,8	46,0	38,3
		<b>Genm. 7 stk</b>	<b>374</b>	<b>2,1</b>	<b>10</b>	<b>4,5</b>	<b>18,1</b>	<b>1,48</b>	<b>0,77</b>	<b>0,74</b>	<b>0,47</b>	<b>293</b>	<b>9,3</b>	<b>48,4</b>	<b>42,3</b>
		Std. afv	194	0,9	7,2	3,9	8,8	0,43	0,29	0,30	0,18	119	6,0	15,7	17,1
		Median	350	2,1	7	3,6	17,5	1,36	0,67	0,59	0,41	234	8,2	49,4	40,7
		25 % percentil	210	1,4	6	2,3	11,0	1,23	0,59	0,58	0,35	229	6,8	47,2	31,9
		75 % percentil	500	2,8	10	4,5	21,0	1,76	0,95	0,97	0,58	381	12,8	53,1	46,9
		95 % percentil	644	3,2	21	10,4	31,4	2,06	1,17	1,15	0,71	452	17,2	66,2	67,3
<b>Salat</b>															
0404- 8917	08-61	Broccolisalat	490	5,4	14	4,3	24,7	1,10	0,615	0,58	0,373	230	18,5	48,3	33,2
0405- 17958	302-117	Coleslawssalat	490	1,20	12	7,0	21,1	1,24	0,76	0,78	0,46	306	4,2	40,8	55,0
0404- 1032	106-56	Hvidkål-gulerodssalat	450	1,13	7,6	7,9	17,3	0,69	0,184	0,13	0,112	52	4,3	28,7	67,0
0405- 3814	106-93	Hvidkålssalat	260	1,53	9,3	1,9	13,6	0,90	0,393	0,28	0,239	110	10,1	61,7	28,2
0404- 1405	301-56	Rødkålssalat	200	1,10	10	<0,5	12,2	0,69	0,045	0,02	0,027	7,7	9,6	90,4	0,0
0404- 1766	302-56	Rødkålssalat	330	1,46	12	2,6	16,7	0,52	0,025	0,01	0,015	4,57	7,5	62,6	29,9
0404- 9381	22-58	Salat	490	1,72	25	1,0	28,1	0,75	0,233	0,21	0,141	82	6,0	86,0	7,8
		<b>Genm. 7 stk</b>	<b>387</b>	<b>1,9</b>	<b>13</b>	<b>4,1</b>	<b>19,1</b>	<b>0,84</b>	<b>0,32</b>	<b>0,29</b>	<b>0,20</b>	<b>113</b>	<b>8,1</b>	<b>55,9</b>	<b>36,0</b>
		Std. afv	123	1,5	5,6	2,8	5,8	0,25	0,28	0,29	0,17	114	4,8	23,7	25,3
		Median	450	1,5	12	3,4	17,3	0,75	0,23	0,21	0,14	82	6,8	55,0	31,6
		25 % percentil	295	1,2	10	2,1	15,2	0,69	0,11	0,08	0,07	30	4,3	37,8	23,1
		75 % percentil	490	1,6	13	6,3	22,9	1,00	0,50	0,43	0,31	170	9,7	68,4	58,0
		95 % percentil	490	4,3	21	7,7	27,1	1,20	0,72	0,72	0,43	283	15,6	88,9	67,0

**Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.**

Prøve-nr.	Enkelt-kompo-nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling			
			Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt	
			kJ	g							g	mg	E%			
<i>Kartofler som tilhører til den varme ret</i>																
0404-	11500	302-74	Brunede kartofler	460	1,77	21,9	1,4	26,2	1,16	0,367	0,32	0,223	127	6,6	81,6	11,8
0405-	3823	106-96	Kartoffelfad	400	4,44	14	2,4	22,2	1,61	0,78	0,65	0,473	255	18,8	58,1	23,1
0404-	12135	4-51	Kartoffelmix	390	1,9	11,2	4,5	18,3	0,79	0,101	0,01	0,062	3,12	8,4	48,5	43,7
0404-	7946	206-51	Kartoffelmos	250	1,37	13,2	<0,5	15,8	1,232	0,739	0,73	0,448	289	9,4	90,6	0,0
0404-	12690	110-52	Kartoffelmos	310	2,3	14,5	0,7	19,1	1,53	0,94	0,86	0,57	338	12,7	78,6	8,5
0405-	17446	301-120	Kartoffelmos	300	1,67	15	0,5	18,0	0,95	0,439	0,42	0,266	167	9,4	83,8	6,8
0405-	17957	302-116	Kartoffelmos	360	1,22	13	3,3	17,4	0,23	<0,07	0,05	<0,04	19,3	5,7	59,5	34,7
0404-	1028	106-52	Kartoffelsalat, varm	400	1,10	13	4,2	19,55	1,22	0,737	0,72	0,447	285	4,7	55,6	39,7
0404-	1634	302-53	Kartofler m. grøntsager	360	2,37	16	1,3	21,3	1,67	0,98	0,94	0,595	371	11,2	75,0	13,8
0404-	10079	305-79	Kartofler med rodfrugter	330	1,49	15,6	1,1	19,4	1,24	0,605	0,50	0,367	196	7,6	80,2	12,2
0404-	9618	301-78	Kartofler stegte	770	3,09	25,3	7,6	37,8	1,79	0,709	0,66	0,43	258	6,8	55,9	37,3
0405-	17947	302-112	Kartofler stegte	780	2,48	27	7,5	38,9	1,99	1,12	1,18	0,68	463	5,4	58,4	36,3
0404-	1402	301-52	Kartofler stegte	400	1,78	17	2,3	22,0	1,42	0,744	0,72	0,452	283	7,6	70,8	21,6
0404-	1533	303-55	Kartofler stegte	440	1,77	17	2,9	23,3	1,26	0,563	0,53	0,342	207	6,9	67,6	25,5
0405-	4416	302-92	Kartofler stegte, hele	640	2,08	26	4,2	34,3	1,73	0,64	0,58	0,388	229	5,5	69,7	24,8
0404-	2103	001-55	Kartoffelsalat, kold	660	1,73	14	10,3	28,35	1,91	1,30	1,24	0,79	489	4,4	36,9	58,6
0404-	8636	16-55	Kartoffelsalat, kold	390	1,6	18,1	1,5	22,4	1,17	0,730	0,69	0,443	270	7,0	78,4	14,6
0404-	10047	304-76	Kartoffelsalat, kold	350	2,33	12,5	2,6	18,5	1,08	0,543	0,55	0,329	215	11,2	60,5	28,2
		Genm.	18 stk.	444	2,0	17	3,2	23,5	1,33	0,71	0,63	0,43	248	8,3	67,2	24,5
		Std afv.		159	0,8	4,9	2,8	7,0	0,43	0,28	0,32	0,17	126	3,5	14,0	15,1
		Median		395	1,8	15	2,5	21,7	1,25	0,73	0,65	0,44	256	7,3	68,7	24,0
		25 % percentil		353	1,6	13	1,3	18,7	1,16	0,56	0,51	0,34	199	6,0	58,2	12,6
		75 % percentil		455	2,3	18	4,2	25,5	1,65	0,78	0,73	0,47	288	9,4	78,5	35,9
		95 % percentil		772	3,3	26	8,0	37,9	1,93	1,16	1,19	0,70	467	13,6	84,8	45,9

Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.

Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<i>Andre tilbehør</i>															
0404- 8903	08-53	Pommes frites	1470	4,79	44	16,6	68,3	2,50	0,83	0,84	0,506	331	5,5	51,4	43,0
0404- 2627	203-54	Pommes frites	1090	3,26	36	11,0	52,0	1,46	0,202	0,18	0,123	69	5,1	56,6	38,3
0404- 2521	304-51	Kogte ris m. carry og olie	730	3,19	33	2,9	40,1	0,69	0,480	0,46	0,291	182	7,4	77,7	14,9
0404- 10061	305-71	Butterdej (Floron)	2000	8,1	46,3	28	83,7	1,09	0,88	0,72	0,532	284	6,9	39,4	53,7
0404- 2714	304-59	Tortilla	1250	7,3	54	5,5	68,2	1,54	0,93	1,08	0,563	426	9,9	73,2	16,9
0405- 5722	305-106	Brød, Naan, indisk	1280	9,1	50	7,1	69,2	2,73	0,91	1,81	0,55	714	12,0	66,8	21,2

**Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.**

Prøve-nr.	Enkelt-kompo-nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<b>Sovs</b>															
0404- 8108	206-53	Aspargessovs	230	1,80	7,3	1,9	12,2	1,20	0,95	0,91	0,574	360	13,5	55,2	31,3
0404- 10052	304-81	Balsamicosauce	140	1,29	6,9	<0,5	9,95	1,79	1,21	0,77	0,736	304	15,8	84,2	0,0
0404- 2626	203-53	Bearnaisesauce	610	2,41	4,3	13,1	21,60	1,80	1,19	1,23	0,722	484	6,7	12,0	81,3
0404- 10809	106-75	Brun sovs	220	0,67	6,0	2,9	10,6	1,0	0,85	0,80	0,517	315	5,1	45,4	49,6
0405- 3812	106-91	Brun sovs	180	0,43	5,1	2,2	9,01	1,18	1,03	0,96	0,626	378	4,1	48,5	47,4
0405- 5708	305-98	Brun sovs	450	2,77	9,5	6,4	21,1	2,40	1,95	1,99	1,18	783	10,4	35,7	54,0
0405- 3494	301-95	Brun sovs	390	1,65	7,8	6,0	17,7	2,26	1,92	1,67	1,16	656	7,2	34,4	58,4
0405- 3498	301-99	Brun sovs	170	2,77	6,0	0,7	11,7	2,22	1,77	1,71	1,07	672	27,0	58,9	14,2
0404- 8901	08-51	Champignonsovs a'la' creme	550	2,75	14	6,9	26,3	2,27	1,44	1,58	0,87	620	8,4	44,0	47,3
0404- 2712	304-57	Cheddar ostesovs	670	2,79	6,9	13,3	24,7	1,73	1,01	1,23	0,614	483	7,1	17,4	75,5
0404- 1856	303-60	Hvid sauce	300	1,87	5,6	4,4	13,6	1,70	1,37	1,35	0,83	533	10,7	32,4	56,8
0404- 2192	017-55	Karrysovs	590	1,80	11	9,6	24,08	1,50	1,16	1,09	0,705	428	5,2	32,3	62,5
0404- 9617	301-77	Oystersauce	270	2,07	7,5	2,8	14,0	1,64	1,24	1,22	0,753	481	13,1	47,4	39,6
0404- 3380	103-59	Persillesovs	480	3,10	10	6,6	21,14	0,97	0,546	0,51	0,331	199	10,9	36,9	52,2
0404- 10081	305-81	Sauce til marineret svinekam	220	2,91	8,3	0,8	14,7	2,64	1,78	1,93	1,08	760	22,4	64,1	13,4
0404- 10054	304-83	Sennepssauce	400	3,94	10	4,2	20,8	2,24	1,56	1,55	0,94	610	16,6	44,0	39,4
0404- 8916	08-60	Sur/sød sauce	350	1,31	10	4,2	17,7	2,20	1,75	1,80	1,06	710	6,3	48,2	45,3
0404- 1403	301-53	Tomatsauce	390	1,44	12	4,3	20,7	2,93	2,54	2,49	1,54	980	6,2	51,9	41,9
		Genm. 18 stk.	367	2,10	8,3	5,0	17,3	1,87	1,40	1,38	0,85	542	10,9	44,0	45,0
		Std afv.	164	0,91	2,7	3,9	5,5	0,56	0,48	0,51	0,29	199	6,3	16,6	20,7
		Median	370	1,97	7,6	4,3	17,7	1,79	1,30	1,29	0,79	509	9,4	44,7	47,3
		25 % percentil	223	1,49	6,2	2,4	12,6	1,53	1,06	0,99	0,65	390	6,4	34,7	39,4
		75 % percentil	473	2,77	10	6,6	21,1	2,26	1,76	1,70	1,07	668	13,4	51,0	56,1
		95 % percentil	619	3,23	12	13,1	24,9	2,68	2,04	2,06	1,23	812	23,1	67,1	76,4

Bilag 11.2 Næringsstofindhold og natrium i varme retter fra 20 arbejdspladskantiner.

Prøve- nr.	Enkelt- kompo- nent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener- gi	Pro- tein (f=6,25)	Kulhy- drat	Fedt	Tør- stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<i>Diverse lune retter</i>															
0404- 11747	303-73	Kalkun m. æggestand, tomat, broccoli, blomkål	470	11,2	4,8	5,1	22,5	1,35	0,489	0,50	0,297	198	40,8	17,6	41,6
0405- 5990	304-100	Spansk æggekage	590	9,0	4,4	9,5	24,3	1,41	0,39	0,65	0,24	256	25,9	12,7	61,4
0404- 8896	08-02	Grøntsagstærte med marineret kylling	1040	11,9	17	14,4	45,6	2,06	1,37	1,35	0,83	530	19,5	28,1	52,4
0404- 8624	16-53	Skinkepakker	1080	12,2	31,5	8,8	54,6	2,03	1,24	1,22	0,752	479	19,2	49,7	31,0
0404- 11756	303-76	Skinkefyld til bagt katoffel	650	10,3	3,9	10,8	27,3	2,28	1,39	1,44	0,84	568	26,8	10,2	62,9
0405- 5976	304-93	Cowboy toast	770	14,8	12	8,2	36,2	1,10	0,46	0,47	0,28	185	32,6	26,9	40,5
0405- 6508	304-103	Kalkunsandwich	540	14,9	11	2,6	30,2	1,52	0,73	0,66	0,44	261	46,7	35,3	18,0
0404- 3462	102-52	Tarteletter m. høns og asparges	1000	15,0	17	12,2	46,0	2,08	1,38	1,47	0,84	580	25,5	28,3	46,2
0404- 10040	304-75	Tarteletfyld	190	3,63	5,2	1,0	11,1	1,31	0,97	1,10	0,589	431	32,8	47,3	19,8

**Bilag 11.3 Næringsindhold kage, dessert og diverse kolde retter fra 20 arbejdspladskantiner.**

Prøve-nr.	Enkelt-komponent	Ret	pr. 100 g										Energifordeling		
			Ener-gi	Pro-tein (f=6,25)	Kulhy-drat	Fedt	Tør-stof	Aske	NaCl ud fra Cl	NaCl ud fra Na	Cl	Na	Prot.	Kulh.	Fedt
			kJ	g							g	mg	E%		
<b>Kage</b>															
0404- 2293	017-59	Banankage	1580	5,1	56	14,3	76,3	1,04	0,301	0,50	0,183	197	5,5	60,1	34,3
0405- 6507	304-102	Bradepandekage	1760	5,3	44	24,2	75,6	2,15	0,41	1,28	0,25	504	5,2	42,5	52,4
0404- 2716	304-61	Chokoladekage	1620	5,5	49	18,3	73,8	1,42	0,306	0,65	0,186	254	5,8	51,2	43,0
0404- 1480	301-63	Drømmekage	1590	4,91	56	14,9	76,9	1,58	0,334	0,99	0,202	389	5,2	59,2	35,5
0405- 5710	305-100	Trøffel	1700	4,52	50	20,5	76,4	1,44	0,68	0,90	0,41	353	4,5	49,8	45,7
0404- 2294	017-60	Trøfler	1910	4,71	48	27	80,5	1,11	0,537	0,55	0,326	218	4,2	42,7	53,1
0404- 2536	305-56	Vandbakkelse m. flødecreme	1060	3,75	28	13,7	46,2	0,84	0,192	0,36	0,117	141	6,0	44,8	49,1
0404- 1031	106-55	Æblekage	660	0,84	29	3,9	34,2	0,24	<0,07	0,03	<0,04	11,1	2,2	75,1	22,7
		Genm. 8 stk	1485	4,34	45	17,1	67,5	1,23	0,39	0,66	0,24	258	4,8	53,2	42,0
		Std. afv	414	1,5	11	7,1	17,2	0,57	0,16	0,39	0,10	154	1,2	11,2	10,5
		Median	1605	4,81	48	16,6	76,0	1,26	0,33	0,60	0,20	236	5,2	50,5	44,4
		25 % percentil	1450	4,33	40	14,1	66,9	0,99	0,30	0,47	0,18	183	4,4	44,3	35,2
		75% percentil	1715	5,2	51	21,4	76,5	1,47	0,47	0,92	0,29	362	5,6	59,4	50,0
		95 % percentil	1858	5,4	56	25,8	79,2	1,95	0,63	1,18	0,38	464	5,9	69,9	52,8
<b>Dessert</b>															
0405- 5977	304-94	Pære m. creme	490	2,50	18	3,8	24,5	0,50	0,09	0,09	0,06	35,8	8,7	61,6	29,7
<b>Diverse kolde retter og salater</b>															
0404- 12692	110-55	Pastasalat	460	7,75	15,0	1,9	26,80	2,18	1,53	1,75	0,925	690	28,7	55,5	15,7
0404- 8286	101-51	Pastasalat	470	4,1	19,5	1,8	25,9	0,53	0,253	0,24	0,154	93	14,8	70,6	14,6
0404- 12149	4-56	Hønsesalat	740	14,3	2,7	11,9	30,8	2,00	1,33	1,27	0,81	498	32,9	6,2	61,2
0405- 4191	303-95	Tunsalat	530	17,5	4,1	4,4	27,1	1,19	1,54	0,51	0,93	200	55,6	12,9	31,5
0404- 9605	301-71	Fitnessmenu : 1 stk burgerbolle m. pastrami, mix salat og dressing	670	7,9	24,8	3,1	37,2	1,41	0,96	0,93	0,585	365	19,8	62,7	17,4
0404- 13052	209-55	Sylte	440	14,6	0	5,3	20,6	1,29	0,656	0,83	0,398	325	56,5	0	45,9



### Forslag til yderligere analyse af talmaterialet

Talmaterialet fra denne undersøgelse er meget omfangsrigt, og det har ikke været muligt inden for denne rapporters rammer at gå i dybden med alle aspekter. Der kan således med fordel foretages yderligere analyser af talmaterialet blandt andet på følgende punkter:

- Smørrebrødet er en god dansk madtradition. Rugbrød er en af de mest fiberrige fødevarer i danskernes kost. Men denne undersøgelse viser også, at smørrebrødet ofte indeholder meget fedt, men der er også eksempler på, at det med justeringer kan være anderledes. Der kan udtrækkes oplysninger om, hvad der batter ernæringsmæssigt, herunder brødtype/tykkelse og samspil mellem brød, pålæg og pynt samt gode eksempler på, at det kan lade sig gøre. I analysen bør mængden af frugt og grønt ligeledes inddrages.
- Danskernes indtag af salt ligger væsentlig over den anbefalede mængde på omkring 6-7 g om dagen som NNR anbefaler. Den enkelte kan selv medvirke ved at nedsætte sit saltforbrug, men det anbefalede niveau kan ikke opnås uden industriens og catering- og kantinebranchens medvirken. Resultaterne fra denne undersøgelse kan give detaljeret viden om niveauet og variationen af saltindholdet i maden, og dermed viden om, hvilken indsat det kan være relevant at igangsætte på området.
- Kilder til fedt i kantinemaden med fokus på reducere mættet fedt samt brug af fedtstoffer med højere grad af umættethed. De fleste danskere bør spise mindre fedt, især mindre mættet fedt, som er en stor risikofaktor for udvikling hjerte-karsygdomme. Fedtsyresammensætningen er analyseret i nærværende undersøgelse for alle dobbeltportioner, og kan skabe grundlaget for en nærmere afdækning af mulighederne for at anvende planteolier på bekostning af de animalske fedtstoffer i kantinemaden.
- Hvad karakteriserer den sunde mad i forhold til den mindre sunde? Der har i de senere år været en stor og øget interesse fra såvel kantiner, medarbejdere og ledelse for at tilbyde sund mad på arbejdspladserne, ligesom tendenser i retning af øget udlicitering kan være med til at skubbe på denne udvikling. Der mangler imidlertid viden om, hvordan de ernæringsmæssige anbefalinger gøres operationelle i forhold til maden på arbejdspladsen, ligesom kantinerne og virksomhederne mangler redskaber til at vurdere madens ernæringsmæssige kvalitet, f.eks. gennem tjeklister eller brug af fakturaer.

Fødevareinstituttet  
Danmarks Tekniske Universitet  
Mørkhøj Bygade 19  
2860 Søborg

T: +45 72 34 70 00  
F: +45 72 34 70 01  
[www.food.dtu.dk](http://www.food.dtu.dk)

ISBN: 978-87-92158-09-3