

FAKTA – Middag 2019

Kontaktperson: Sofia Zafirakos, presseansvarlig, mobil: 28304185

Sundhed

- Hvert femte barn i 0. klasse får mindst én bemærkning af sundhedsplejerskerne i deres journal om, at deres mad- og måltidsvaner er problematiske¹.
- Overvægt og svær overvægt er en af de største trusler mod folkesundheden, ifølge WHO's børneundersøgelse 2018².
- 51 % af danskerne (16 år eller derover) er overvægtige³.
- Frokostmåltidet i daginstitutionen skal være varieret og sundt⁴.
- Op til 70 % af børns energibehov dækkes i løbet af en dag i daginstitutionen⁵.
- 97,5 % af de 3-5-årige går i daginstitution⁶. Der ligger derfor et kæmpe potentiale ved at sætte ind med gode måltidsvaner her.
- Måltidsvaner og sundhedsadfærd grundlægges i barndommen og har indflydelse på livsstilsvaner i voksenlivet⁷.
- Frokostordninger er mest udbredt i hovedstaden: 69 % af børn i Region Hovedstaden har frokostordning, 31% i Region Sjælland, 35 % i Region Syddanmark, 48 % i Region Midtjylland og 43 % i Region Nordjylland⁸.
- Vuggestuebørn spiser gerne varieret, men fra 3 års alderen bliver børn ofte mere skeptiske. Når madordninger aktivt inddrager børnene i tilberedning af mad, konkret ved at lade børnene se, dufte, mærke og smage på råvarerne, giver det dem mod på at spise varieret og afhjælper kræsenhed⁹.

Kartofler

- Har haft en fast plads i den danske kost siden midten af 1800-tallet.
- Indeholder næsten alle vitaminer, specielt er de en vigtig kilde til C-vitamin og kostfibre, og indeholder næsten ingen fedt¹⁰.
- Noget af det mest klimavenlige, vi kan spise, fordi de giver mest protein og energi pr. kg CO₂¹¹.
- Kartofflen er en af de råvarer, der mætter mest per kalorie¹².
- Selvom kartofflen er velsmagende, billig, bæredygtig og sund, så er danskernes indtag af kartofler faldende. På blot tre år er kartofflens plads på danskernes middagstallerkener faldet med 11 %¹³.

1 [Databasen Børns Sundhed, bemærkninger til mad og måltider, SDU 2017.](#)

2 [WHO, Childhood overweight and obesity 2018](#)

3 Den Nationale Sundhedsprofil 2017

4 [Bekendtgørelse af lov om dag-, fritids- og klubtilbud m.v. til børn og unge \(dagtilbudsloven\)](#)

5 [En undersøgelse af mad- og måltidskulturen i daginstitutioner](#), DTU Fødevarerinstitutioner, 2011.

6 [Danmarks statistik, 2013](#)

7 [The official journal of the British Dietetic Association](#), 23(1), 2010.

8 [Bureau 2000 – analyse og forskning, tendenser på dagtilbudsområdet 2018](#)

9 [Projektet FRIDA \(Frokostordninger i dagtilbud 2015\)](#) var et samarbejde mellem tre Ph.d. projekter på Aalborg Universitet, København.

10 [altomkost.dk](#)

11 [concito.dk](#)

12 [altomkost.dk, kartofflens-egenskaber.](#)

13 [madkulturen.dk, Madindeks 2018.](#)

- Det er især blandt de yngre, at kartofflen taber terræn. Her er den traditionelle danske mad udfordret af fristelser fra andre lande, som fx italiensk og asiatisk mad, hvor kartofflen spiller en mindre rolle¹⁴.
- Sammenlignet med fx kornafgrøder, produceres kartofler ca. 4 gange så effektivt¹⁵.
- 90 % af danske kartofler dyrkes stadig i Jylland¹⁶.
- Kartofflen kommer fra Sydamerika sammen med de store opdagelsesrejsende i middelalderen.
- Kartoffeltyskerne: blev inviteret til Danmark omkring 1760 for at opdyrke den jyske hede.
- I midten af 1800-tallet, får kartofflen en fast plads i den danske kost.
- Kartofler blev i de første mange år primært brugt som dyrefoder, da man mente, at afgrøder, der voksede under jorden, tilhørte djævelen.

Maddag 2019

- I alt deltager 27.575 børn fra 301 institutioner i Maddag 2019, som foregår torsdag 12. september.
- På dagen spiser alle det samme måltid, med kartofflen i hovedrollen.
- Ambitionen er, at sætte fokus på børns maddannelse og på det velsmagende sundhedsfremmende fælles måltid i daginstitutionerne. Gerne med et legende og skabende pædagogisk perspektiv.
- Parterne bag: Eventen arrangeres af Kost og Ernæringsforbundet i samarbejde med FOA. Det er medlemmerne fra de to forbund, der typisk har ansvaret for madordningen i den enkelte institution. Maddag 2019 støttes desuden af: FOLA, Rådet for sund mad, Landbrug & Fødevarer, BUPL, Fødevarestyrelsen og Komiteen For Sundhedsoplysning.

Sproglige udtryk

- En varm kartoffel: Sagen er ømtålelig
 - At hælde vandet fra kartoflerne: Slang for at tisse
 - At tale som om man har en kartoffel i munden: At tale utydeligt
 - Kartoffeltud: En stor uformelig næse
 - Kartoffelkur: Et finanspolitisk indgreb i efterårsferien (kartoffelferien) i 1986, der blandt andet gjorde det dyrere at låne penge
 - Komme fra syvende kartoffelrække: At være bondsk eller komme fra provinsen
 - Ligne en sæk kartofler: Nedladende udtryk om andres beklædning eller krop/vægt
 - Sofakartoffel: At være doven
 - At grave kartofler: Slang for at pille sig i næsen
 - Hype sine egne kartofler: At tage mest hensyn til sig selv
- At svale kartofler: Slang for at have åben mund.

¹⁴ [Madkulturen, fremtidens forbrugere.](#)

¹⁵ <https://cipotato.org/crops/potato/potato-facts-and-figures/>

¹⁶ <https://www.jv.dk/husoghave/En-heldig-kartoffel/artikel/1799220>.