



Kosthold blant 2-åringer

Landsomfattende kostholdsundersøkelse - Småbarnskost



Forord

Den første nasjonale kostholdsundersøkelsen blant sped- og småbarn i Norge ble gjennomført i 1998-99. Undersøkelsen omfatter "Spedkost" hvor en gruppe barn ble undersøkt ved 6- og 12-månedersalder og "Småbarnskost" hvor en annen gruppe barn ble undersøkt ved 2-årsalder.

I denne rapporten presenteres resultater fra Småbarnskost. Resultatene fra Spedkost er publisert tidligere (1, 2).

Undersøkelsen er gjennomført av Sosial- og helsedirektoratet (SHdir) (tidligere Statens råd for ernæring og fysisk aktivitet) i samarbeid med Mattilsynet, Avdeling for ernæringsvitenskap ved Institutt for medisinske basalfag, Universitetet i Oslo (UiO) og Statistisk sentralbyrå. Norges forskningsråd støttet prosjektet i 2000-2002 ved et doktorgradsstipend. Undersøkelsen inngår som en del av systemet for kartlegging av kostholdet i den norske befolkningen.

Rapporten er utarbeidet av Britt Lande, Avdeling for ernæring, SHdir i samarbeid med Lene Frost Andersen, Avdeling for ernæringsvitenskap, UiO.

Takk til Lars Johansson, SHdir, Christina Bergsten, Mattilsynet, Kerstin Trygg, Avdeling for ernæringsvitenskap, UiO, Anne Bærug, Nasjonalt kompetansesenter for amming og leder i Nasjonalt råd for ernæring, Knut-Inge Klepp, som alle har bidratt med verdifulle kommentarer til rapporten.

Takk til barn og foreldre som deltok i Småbarnskost. Takk til landets helsestasjoner og til prosjektgruppen for Spedkost og Småbarnskost bestående av Lene Frost Andersen, Kerstin Trygg, Anne Bærug, Kari Lund-Larsen og Britt Lande. Anne Bærug i samarbeid med Lene Frost Andersen utarbeidet forslag til Spedkost og Småbarnskost som ble testet ut i en pilotstudie og som i stor grad ligger til grunn for undersøkelsen.

Oslo, 2005



Gunn-Elin Aa. Bjørneboe
konst. direktør



Arnhild Haga Rimestad
avdelingsdirektør

Innhold

Forord	3
Sammendrag	6
1 Innledning	8
2 Utvalg og metode	9
2.1 Utvalg	9
2.2 Design	9
2.3 Metode	10
2.3.1 Kostdata	10
2.3.2 Andre data	10
2.4 Data-analyser	11
3 Resultater	12
3.1 Beskrivelse av utvalget	12
3.2 Vekt og lengde ved 2-årskontrollen	12
3.3 Amming i andre leveår	13
3.4 Inntak av matvarer	13
3.4.1 Grøt	13
3.4.2 Brød og andre kornvarer	13
3.4.3 Smør/margarin på brødet	13
3.4.4 Pålegg	13
3.4.5 Fukt og grønnsaker	14
3.4.6 Kjøtt og fisk	14
3.4.7 Kumelk og yoghurt	14
3.4.8 Morsmelkerstatning	14
3.4.9 Søte drikker, vann og juice	14
3.4.10 Søtsaker	15
3.5 Tran/vitamin- og mineraltilskudd	15
3.6 Energi- og næringsstoffinntak	15
3.7 Kilder til næringsstoffer	16
3.8 Ulikheter i kostvaner	16
3.9 Matvarer som unngås	16
3.10 Problemer i forhold til spising/mat	16
3.11 Kanaler for informasjon og vurdering av informasjonen	16
4 Oppsummering	17
5 Litteratur	18

6	Oversikt over tabeller	19
7	Tabeller	21
	Vedlegg	45
Vedlegg 1	Tabell. Matvareinntak blant brukere av den enkelte matvare	
Vedlegg 2	Anbefalinger – energi og næringsstoffinntak	
Vedlegg 3	Matvarefrekvensskjemaet	

Sammendrag

Dataene fra den landsomfattende kostholdsundersøkelsen Småbarnskost viste flere positive trekk ved kostholdet til 2-åringene. Mange hadde et variert kosthold med brød- og kornvarer, frukt og grønnsaker, kjøtt, fisk og melk, og inntaket av de fleste vitaminer og mineraler var i tråd med anbefalingene. Noen kostvaner var imidlertid ikke i samsvar med anbefalingene. Særlig hadde barna mer sukker og fett i kosten enn anbefalt. Klare forbedringer vil være å drikke mindre saft og andre søte drikker, spise mer frukt og grønnsaker og å velge magre melketyper framfor helmelk.

- En del av barna hadde fått morsmelk i andre leveår: 31 % ble ammet ved 13-månedersalder, 21 % ved 15 måneder, 11 % ved 18 måneder og 4 % ved 24-månedersalder.
- Ca. halvparten av 2-åringene fikk grøt. Hjemmelaget grøt var mer vanlig å gi (36 %) enn industriframstilt grøt (18 %).
- Gjennomsnittsinntaket av brød var i underkant av 100 g/dag, og det var vanligst med mellomgrovt eller grovt brød. De mest brukte påleggstypene var leverpostei, søtt pålegg og ost.
- Det samlede inntaket av grønnsaker, poteter, frukt (inkludert juice) og bær var gjennomsnittlig i overkant av 250 g/dag.
- De fleste fikk både kjøtt og fisk. Inntaket av kjøtt var høyere enn inntaket av fisk.
- Gjennomsnittsinntaket av kumelk var i overkant av 3 dl per dag. Det ble brukt omtrent like mye helmelk som lettmelk, mens skummet melk i liten grad ble brukt. Halvparten av barna fikk helmelk som drikke.
- De fleste barna (89 %) fikk yoghurt, og dette var i overveiende grad fruktyoghurt. Gjennomsnittsinntaket av yoghurt var 81 g/dag.
- Gjennomsnittsinntaket av søte drikker (nektar, saft, brus) var i underkant av 2 dl per dag. I første rekke var dette søt saft.
- Bruken av tran eller annet vitamin D-tilskudd var utbredt; 78 % av barna fikk slikt tilskudd. Noe under halvparten (47 %) fikk tran.
- Gjennomsnittsinntaket av vitaminer og mineraler var på nivå eller høyere enn anbefalt, med unntak av jern som var noe under anbefalt nivå. Tran eller annet vitamin-D-tilskudd var nødvendig for å komme opp på anbefalt nivå av vitamin D.

- Barna fikk mer fett, mettede fettsyrer og tilsatt sukker enn anbefalt. Over 70 % av barna fikk mer fett i kosten enn anbefalt, over 90 % fikk mer mettede fettsyrer og over 50 % fikk mer tilsatt sukker enn anbefalt.
- De viktigste kildene til fett og mettede fettsyrer var smør/margarin, kumelk og kjøtt/kjøttprodukter. Hovedkildene til tilsatt sukker var søte drikker, yoghurt, syltetøy og sjokolade/søtsaker.
- Totalt var det 24 % som oppga at barna hadde enkelte problemer i forhold til spising/mat, som dårlig matlyst, at barnet var småspist, likte få matvarer og allergi/intoleranse mot enkelte matvarer.
- De fleste foreldrene svarte at de hadde fått svært nyttig eller nyttig informasjon om ernæring fra helsestasjonen. Andre viktige informasjonskilder var familie/kjente og brosjyrer. Nær halvparten av foreldrene ønsket mer informasjon om småbarnsernæring.

Kostholdet ble undersøkt ved hjelp av et spørreskjema til barnets foreldre/foresatte. Utvalget var på 3000 barn, og 1720 barn ble inkludert i analysene. Deltakelsesprosenten var på 57 %, og utvalget vurderes som landsrepresentativt.

Undersøkelsene er gjennomført av Sosial- og helsedirektoratet i samarbeid med Mattilsynet, Avdeling for ernæringsvitenskap ved Universitetet i Oslo og Statistisk sentralbyrå. Norges forskningsråd støttet prosjektet i 2000-2002 ved et doktorgradsstipend. Undersøkelsene inngår som en del av systemet for kartlegging av kostholdet i den norske befolkningen.

1 Innledning

I sped- og småbarnstiden skjer det store endringer i kostholdet. Barnet vokser og utvikler seg raskt og har relativt høye ernæringsmessige behov. Sped- og småbarnskosten har stor betydning for barnets vekst og helse. Vekst- og ernæringsforhold i tidlige barneår kan dessuten ha betydning for helsa senere i livet.

Kunnskap om hva sped- og småbarna i Norge spiser er av stor betydning for å kunne vurdere barnas kostholds- og ernæringsmessige situasjon og for oppfølging og evaluering av ernæringspolitiske tiltak og utforming av strategier for å forebygge kostholdsrelaterte helseproblemer blant barn.

I den nasjonale kostholdsundersøkelsen blant sped- og småbarn er kostholdet undersøkt ved 6- og 12-månedersalder (Spedkost) og ved 2-årsalder (Småbarnskost).

I denne rapporten presenteres resultater fra Småbarnskost-undersøkelsen.

Formålet med Spedkost og Småbarnskost var å øke kunnskapen om kostholdet til sped- og småbarn i Norge for å få et bedre grunnlag for å gi råd om kosthold og forebygge kostholdsrelaterte helseproblemer i denne aldersgruppen. Kostholdsundersøkelsene skulle fremskaffe data som ga grunnlag for å:

- beskrive kostvaner
- vurdere den ernæringsmessige kvaliteten
- vurdere om kostholdsvanene er i tråd med de anbefalinger som blir gitt
- vurdere faktorer som forklarer forskjeller i kostholdet
- skaffe oversikt over innholdet av fremmedstoffer i kostholdet
- bidra til at det blir etablert et system for å kunne følge kostholdsutviklingen over tid.

2 Utvalg og metode

2.1 Utvalg

Et landsomfattende utvalg på 3000 barn ble etablert av Statistisk sentralbyrå (SSB) (3). Utvalget inkluderte alle som ble født i Norge i en 3-ukersperiode fra 8.-27. mars 1997 av mødre født i Norge eller andre skandinaviske land. Barn av mødre født i land utenom Skandinavia ble ikke inkludert fordi det ble vurdert at egne undersøkelser var nødvendig for å beskrive kostholdet i disse gruppene. Hvis barnet var tvilling eller trilling, skulle bare ett av barna (det eldste) være med. Utvalget besto av 1579 (53 %) gutter og 1421 (47 %) jenter.

Regional komite for medisinsk forskningsetikk, helseregion II ga sin tilslutning til undersøkelsen, og samtykke ble gitt fra foreldrene.

2.2 Design

Datainnsamlingen ble gjennomført i februar-juli 1999. Barnets mor mottok en invitasjon og et spørreskjema i posten ca. 2 ½ uke før barnet fylte 2 år. Barnets mor, far eller annen omsorgsperson ble bedt om å fylle ut spørreskjemaet så nært opp til barnets 2-årsdag som mulig. Foreldrene ble bedt om å ta med spørreskjemaet til 2-årskontrollen på helsestasjonen for å få data om barnets vekt og lengde.

Helsestasjonspersonalet målte barnets vekt og lengde og påførte disse dataene på skjemaet, sammen med opplysninger om barnets fødselsvekt og fødselslengde. Foreldrene returnerte ferdig utfylt skjema i en frankert svarkonvolutt.

Alle de inviterte fikk en kombinert påminning/takk. Det ble sendt ut én purring med spørreskjemaet vedlagt. De som returnerte spørreskjemaet i utfylt stand, var med i en trekning av 5 gavekort á kr 2000.

Alle landets helsestasjoner fikk i forkant av undersøkelsen brev med informasjon om Småbarnskost. De fikk spørreskjemaet til orientering og en plakat om Småbarnskost til å henge opp på helsestasjonen som påminning og motivasjon til foreldrene. Helsestasjonene ble bedt om å måle vekt og lengde på barna ved 2-årskontrollen og å føre disse opplysningene inn i skjemaene, sammen med opplysninger om barnas vekt og lengde ved fødsel. De ble også bedt om å delta som støttespillere i arbeidet for å motivere foreldrene til deltakelse.

SSB hadde hovedansvar for etablering av utvalg, utsending og innsamling av spørreskjemaene, optisk lesing av skjemaene og etablering av rådatafiler. Dette er nærmere beskrevet i en egen rapport fra SSB (3).

2.3 Metode

2.3.1 Kostdata

Det ble utviklet et spørreskjema (semi-kvantitativt matvarefrekvensskjema) som skulle beskrive kostholdet ved 2-årsalder. Foreldrene skulle fylle ut spørreskjemaet så nært opp til barnets 2-årsdag som mulig. Kostholdet skulle beskrives slik det vanligvis er. Foreldrene skulle prøve å angi et "gjennomsnitt" av barnets kosthold og ha de siste 14 dager i tankene når de fylte ut skjemaet.

Skjemaet ble først testet ut i en pilotstudie, og revidert etter piloten. Det endelige matvarefrekvensskjemaet inkluderte 39 spørsmål og var på 12 sider (se vedlegg 3). Skjemaet var delt opp i følgende temaområder:

- Vekt og lengde ved fødsel og ved 2-årsalder
- Spørsmål om barnets kosthold (inkludert ammespørsmål)
- Spørsmål om tran, vitamin- og mineraltilskudd
- Spørsmål om foreldrenes informasjonskilder, samt behov og ønsker om informasjon
- Bakgrunnsspørsmål om barnet og om barnets mor og far.

Spørsmålene om amming var relatert til om barnet fikk morsmelk ved 24-månedersalder og om hvor gammelt barnet var da det sluttet å få morsmelk. Det ble ikke samlet inn informasjon om mengde morsmelk. Spørsmålene om kostholdet omfattet bruk av ca. 135 matvarer. For hver matvare ble det rapportert hvor ofte barnet vanligvis fikk matvaren og hvor mye barnet vanligvis fikk per gang.

Et bildehefte ble vedlagt som hjelp til å bestemme mengde mat. Til sammen var det bilder av 16 ulike matvarer/-retter. For hver av matvarene/-rettene var det bilde av 4 ulike mengder som rangerte fra liten mengde (A) til stor mengde (D). For industriframstilt grøt var det 6 ulike mengder. Hvis foto ikke var tilgjengelig for en matvare, skulle husholdningsmål benyttes, for eksempel skiver, stykker, skjeer. Frekvens og mengde ble også rapportert for tran/vitamin- og mineraltilskudd.

I tillegg var det spørsmål om matvarer som ble unngått med tanke på å forebygge allergi og om spiseproblemer hos barnet. Spørsmål om mors og fars utdanningsnivå, antall barn mor hadde født, fødselstidspunkt i forhold til termin, mors familiesituasjon, mors arbeidssituasjon og allergi-/astmabelastning i familien ble også inkludert i frekvensskjemaet.

Frekvensskjemaet ble validert mot en annen kostholdsmetode (veid registrering) (5).

2.3.2 Andre data

Barnets vekt og lengde ble målt av helsepersonell på den ordinære 2-årskontrollen. SSB supplerte med data om barnets kjønn, mors alder, mors/barnets bosted (fylke, region, kommunetype) og mors sivilstand.

Ytterligere informasjon om utvalg, metode og bakgrunn for metodevalg er publisert tidligere (4).

2.4 Data-analyser

Kontroll av utfylte skjema ble gjort på følgende måte: Mer enn én avkryssing av mengde eller frekvens, gitt enten for ganger per dag eller ganger per uke, ble korrigert til det høyeste alternativet når markeringene sto ved siden av hverandre. Dersom det var ett åpent alternativ imellom dobbelmerkingen, ble det korrigert til dette alternativet. Ved to åpne alternativ imellom, ble det korrigert til det høyeste åpne alternativet. Markering for både ganger per dag og ganger per uke eller ganger per måned ble korrigert til den laveste frekvensen i det aktuelle spørsmålet. Dersom frekvens var gitt uten at det var angitt mengde, ble den minste mengden brukt. Matvaren ble ansett som ikke brukt dersom verken frekvens eller mengde var fylt ut eller dersom "aldri/sjeldnere enn hver uke"/ "aldri/sjeldnere enn hver måned" var fylt ut. Det samme gjaldt dersom mengde var angitt, men ikke frekvens.

Inntaksdata er presentert som gjennomsnitt og standardavvik (SD), og i tillegg som persentiler for noen matvarer. Forskjeller mellom grupper er testet med Student's *t*-test. Kji-kvadrat-test er brukt for å teste forskjeller i andeler mellom grupper.

Alle *p*-verdier gitt i rapporten er to-sidige, og et 5 % signifikansnivå er benyttet. De statistiske analysene er gjort med bruk av statistikk-pakken SPSS, versjon 11.0.

3 Resultater

3.1 Beskrivelse av utvalget

Av de 3000 utsendte skjemaene ble 1731 skjema returnert. Elleve av disse skjemaene var ufullstendig utfyllt og ble ikke regnet med. Endelig utvalg besto av 1720 barn, og dette ga en svarprosent på 57 %.

De fleste skjemaene (81 %) var fylt ut av barnets mor (tabell 1). Det var kun små forskjeller i fordeling for kjønn, svangerskapslengde og landsdel mellom spedbarna/mødrene som deltok i Småbarnskost og alle som ble født/som fødte i 1997 (tabell 2). Gjennomsnittlig fødselsvekt til barna som deltok i Småbarnskost (3597 g) var ganske lik fødselsvekten til alle som ble født i 1997 (3528 g). Mødrenes og fedrenes utdanningsnivå er presentert i tabell 3. Førtiseks prosent av mødrene hadde 13 års utdanning eller mer. I tabell 4 er mødrenes utdanningsnivå sammenlignet med tilgjengelige data for utdanningsnivået blant kvinner som fødte i Norge i 1998 (personlig meddelelse, Trude Lappegård, Statistisk sentralbyrå). Det var noe lavere andeler med lave utdanningsnivåer og høyere andel med høyeste utdanningsnivå i Småbarnskost sammenlignet med dataene på landsbasis, mens fordelingen var ganske lik for "videregående skole/gymnas/fagbrev" og "høyskole- eller universitetsutdanning på ≤ 4 år". Utvalget vurderes som landsrepresentativt.

Arbeidssituasjonen blant mødrene som deltok i Småbarnskost er presentert i tabell 5, og 77 % hadde vært utearbeidende heltid eller deltid før barnet ble født og 56 % var utearbeidende da barnet var 2 år gammelt.

Det var 35 % av barna som gikk i barnehage, 19 % var hos dagmamma, 17 % ble passet av besteforeldre eller andre enn foreldrene og 4 % gikk i barnepark (tabell 6). Totalt var det 66 % av barna som ble passet av andre enn foreldrene på hverdager (én eller flere dager).

Ca. halvparten (48 %) av barna hadde mor, far og/eller søsken som hadde eller hadde hatt astma/allergi (tabell 7).

3.2 Vekt og lengde ved 2-årskontrollen

Barnas gjennomsnittlige vekt og lengde var henholdsvis 12.6 kg og 88 cm ved 2-årskontrollen på helsestasjonen (tabell 8). Gutter hadde signifikant høyere vekt og lengde enn jenter.

3.3 Amming i andre leveår

Andelen barn som fikk morsmelk var 31 % ved 13-månedersalder, 21 % ved 15 måneder, 11 % ved 18 måneder og 4 % ved 24-månedersalder (tabell 9). Det var noe høyere andeler jenter enn gutter som ble ammet, særlig mellom 13- og 15-månedersalder. På bakgrunn av at morsmelken er verdifull også for barn over ett år, anbefales det at barnet gjerne kan få morsmelk også utover 1-årsalder hvis mor og barn trives med ammingen (6). Verdens helseorganisasjon anbefaler en samlet ammeperiode på 2 år.

3.4 Inntak av matvarer

Gjennomsnittsinntak (gram per person per dag) av matvarer er presentert i tabell 10-16. Andel av barna som brukte de ulike matvarene er presentert i teksten og i enkelte av tabellene. I vedlegg 1 presenteres en tabell med gjennomsnitt og persentiler for brukere av de enkelte matvarene og andel brukere.

3.4.1 Grøt

Nær halvparten (48 %) av barna fikk grøt daglig eller ukentlig. Det var vanligst å gi hjemmelaget grøt; 36 % fikk hjemmelaget grøt og 18 % fikk industriframstilt grøt. Samlet gjennomsnittsinntak (spiseklar mengde) av grøt var 63 g/dag (tabell 10). Hvis man ser på inntaket blant de som brukte de ulike grøttypene, var gjennomsnittsinntaket av industrigrøt 182 g/dag blant de som fikk slik grøt og inntaket av hjemmelaget grøt 86 g/dag blant de som fikk hjemmelaget grøt (tabell i vedlegg 1).

Type industriframstilte og hjemmelagde grøter som ble brukt er presentert i tabell 11.

3.4.2 Brød og andre kornvarer

Gjennomsnittsinntaket av brød var 101 g/dag for gutter og 90 g/dag for jenter (tabell 10). Dette tilsvarer 3-4 brødsiver. Det var vanligst å gi mellomgrovt eller grovt brød. Ca. 1/3 av barna fikk brødsivene uten skorper (tabell 13). Over halvparten (58 %) fikk kornblanding med melk daglig eller ukentlig.

3.4.2 Smør/margarin på brødet

De fleste barna (96 %) fikk margarin eller smør på brødet (tabell 14). Det var vanligst å bruke myk margarin. Brelett og lett margarin var også vanlig, mens få brukte smør. Mengde smør/margarin som ble brukt på brødsivene fremgår av tabell 15.

3.4.3 Pålegg

De mest brukte påleggstypene var leverpostei, søtt pålegg (syltetøy, sjokoladepålegg o.l.) og hvitost/smøreost (tabell 16).

3.4.4 Frukt og grønnsaker

De aller fleste barna fikk frukt/bær og grønnsaker/poteter daglig eller ukentlig; hhv 98% og 99%. I gjennomsnitt spiste barna 113 g frukt/bær og 84 g grønnsaker/poteter per dag (tabell 10). Gjennomsnittsinntaket av grønnsaker, poteter, frukt (inkludert juice) og bær var til sammen 257 g/dag. Det anbefales at barn og voksne får fem porsjoner med frukt og grønnsaker hver dag (7). Bær, juice og poteter er inkludert i de fem porsjonene. For voksne anbefales et samlet inntak på ca. 750 g/dag. Det gis ingen mengdeanbefalinger for inntaket av frukt og grønnsaker for barn i Norge. I Danmark anbefales et inntak på 400 g frukt og grønnsaker (potet er ikke inkludert) per dag for barn i alderen 4-10 år (8). Dersom man tar utgangspunkt i denne anbefalingene og legger til en porsjon potet, vil dette utgjøre 500 g. Selv om denne mengden kan nedjusteres noe pga. alder, vurderes det at inntaket av frukt og grønnsaker blant 2-åringene er for lavt.

3.4.5 Kjøtt og fisk

Kjøtt/kjøttprodukter og fisk/fiskeprodukter (industri framstilt barnemat ikke medregnet) ble gitt ukentlig eller månedlig til henholdsvis 99 % og 98 % av barna. Gjennomsnittsinntaket av kjøtt/kjøttprodukter var 44 g/dag og ca. dobbelt så høyt som inntaket av fisk/fiskeprodukter (tabell 10). Noen av barna fikk industri framstilt barnemat på glass, i første rekke ble kjøtt/lever med grønnsaker brukt (15 %).

Type fett som ble brukt til matlaging fremgår av tabell 17.

3.4.6 Kumelk og yoghurt

Gjennomsnittsinntaket av kumelk var 330 g/dag (tabell 10). Fra 1-årsalder anbefales lett-, ekstra lett- eller skummet melk hvis barnet har normal vekstutvikling (6). Undersøkelsen viste at det var vanlig å bruke helmelk ved 2-årsalder. Det ble brukt omtrent like mye helmelk som lettmelk; ca. 150 g/dag for hver av melketyperne. Over halvparten av barna (56 %) fikk lettmelk som drikke, halvparten fikk helmelk, 23 % fikk sjokolademelk o.l., mens 6 % fikk skummet melk (tabell 12). Ekstra lett lettmelk var ikke kommet på markedet da undersøkelsen pågikk.

De fleste barna (89 %) fikk yoghurt, og dette var i overveiende grad fruktyoghurt. Gjennomsnittsinntaket av yoghurt var til sammen 81 g/dag (tabell 10).

3.4.7 Morsmelkerstatning

Det var kun få (1 %) som fikk morsmelkerstatning, mens noe flere (4 %) fikk melkerstatning/annen melk enn kumelk (tabell 11).

3.4.8 Søte drikker, vann og juice

Bruk av søte drikker (nektar, saft, brus) var utbredt. Nittito prosent av barna fikk søte drikke daglig eller ukentlig; 79 % fikk saft, 62 % fikk brus og 35 % fikk nektar. Til sammen var gjennomsnittsinntaket av søte drikker 189 g/dag, og av dette var 134 g søt saft. Nesten halvparten (47 %) fikk søt saft til daglig. De fleste (91 %) fikk vann daglig eller ukentlig, og gjennomsnittsinntaket var 191 g/dag (tabell 10). Juice var

også vanlig å gi. Gjennomsnittsinntaket av juice var 60 g/dag, og 64 % av barna drakk juice daglig eller ukentlig.

3.4.9 Søtsaker

Gjennomsnittsinntaket av sjokolade og annet godteri var 6 g/dag (tabell 10), og 93% fikk dette ukentlig eller månedlig.

3.5 Tran/vitamin- og mineraltilskudd

Det var vanlig å gi barna tran/vitamin- og mineraltilskudd; 78% fikk dette daglig eller ukentlig (tabell 18). Tran, eventuelt vitamin D dråper, anbefales i sped- og småbarnsalder (6). Tran var vanligst å gi; 47 % av barna fikk tran daglig eller ukentlig, i gjennomsnitt 4.4 ml per dag blant de som brukte tran (tabell 19). Vitamin D ble også tilført i form av multivitamin-tilskudd; Sanasol ble gitt til 36 % og Biovit til 21 % av barna. Vitamin D-dråper var ikke på markedet da undersøkelsen pågikk. Vitamin- og mineraltilskudd utenom vitamin D-tilskudd ble i liten grad brukt.

3.6 Energi- og næringsstoffinntak

Gjennomsnittlig energiinntak var 6.3 MJ/dag for gutter og 5.8 MJ/dag for jenter (tabell 20). Energiinntaket var høyere enn referanseinntaket for energi for denne aldersgruppen (9, 10; se vedlegg 2). Dette kan skyldes at metoden har gitt noe overestimert energiinntak (5).

Gjennomsnittsinntaket av vitaminer og mineraler (tabell 20) var på nivå eller høyere enn anbefalt inntak (9; se vedlegg 2), med unntak av jern som var noe under anbefalt nivå. Det må tas forbehold om at inntak av vitaminer og mineraler kan være noe overestimert pga. metodiske forhold (5). Hvis tran/vitamin- og mineraltilskudd ikke ble inkludert i næringsberegningene (tabell 21), var inntaket av jern, vitamin D og vitamin E lavere enn anbefalt. For vitamin D økte inntaket fra 2.6 til 10.2 mikrogram per dag hvis tilskudd ble inkludert i beregningene. Inntaket av vitamin A ble beregnet å være høyere enn anbefalt. Pga. relativt stor grad av overestimert inntak av vitamin A ifølge valideringsstudien (5) og en viss grad av usikkerhet i forhold til beregnet inntak, blir vitamin A-inntaket ikke presentert. I etterkant av undersøkelsen er vitamin A-innholdet i tran redusert fra 1000 til 250 mikrogram per 5 ml.

Tabell 22 viser andelen av energi som kommer fra de energigivende næringsstoffene. I gjennomsnitt var andelen av energi fra fett, mettede fettsyrer og tilsatt sukker henholdsvis 33.3, 14.2 og 11.7 energiprosent, som er over anbefalt nivå på henholdsvis 30, 10 og 10 energiprosent (9; se vedlegg 2). Over 70 % av barna fikk mer fett i kosten enn anbefalt, over 90 % fikk mer mettede fettsyrer og over halvparten fikk mer tilsatt sukker enn anbefalt. Dette gjaldt for både gutter og jenter.

3.7 Kilder til næringsstoffer

Tabell 23-27 presenterer kilder til utvalgte næringsstoffer. Smør/margarin, kumelk og kjøtt/kjøttprodukter var de viktigst kildene til totalt fett (tabell 23) og mettet fett (tabell 24). Søte drikker (nektar, saft og brus), yoghurt, syltetøy og sjokolade/søtsaker var hovedkilder til tilsatt sukker (tabell 25). For vitamin D bidro tilskuddene med 73 % av totalt inntak blant gutter og 75 % av inntak blant jenter, mens margarin var en annen viktig kilde til vitamin D (tabell 26). Brød bidro med en fjerdedel av jerninntaket, mens andre viktige kilder var industriframstilt grøt/kornblanding og kjøtt/kjøttprodukter (tabell 27).

3.8 Ulikheter i kostvaner

Andel av barna som hadde høyere inntak av totalt fett, mettede fettsyrer og tilsatt sukker enn anbefalt, er presentert i undergrupper av mor og barn i tabell 28. Andelen barn med sukkerinntak over anbefalt nivå varierte noe med barnets kjønn, mors alder, mors utdanning, landsdel, bostedstype og om barnet hadde pass på dagtid (barnehage/dagmamma o.l.) eller ikke. Det var mindre forskjeller etter bakgrunnsfaktorer for inntak av totalt fett og mettede fettsyrer.

3.9 Matvarer som unngås

En del matvarer ble unngått gitt til barnet fordi man var redd det kunne reagere med allergi/intoleranse. Dette gjaldt særlig nøtter, men også andre matvarer som appelsin/appelsinjuice, matvarer med tilsetningsstoffer, vanlig melk, egg og erter (tabell 29). Totalt var det 26 % som oppga at en eller flere matvarer ble unngått.

3.10 Problemer i forhold til spising/mat

Totalt var det 24 % som oppga at barna hadde problemer i forhold til spising/mat (tabell 30). Problemer med dårlig matlyst/småspist ble oppgitt av 14 %, liker få matvarer av 8 %, allergi/intoleranse mot enkelte matvarer av 5 % og vanskelig med tilvenning til familiens kosthold ble oppgitt av 2 %.

3.11 Kanaler for informasjon og vurdering av informasjonen

Foreldrenes kanaler for informasjon om kosthold og ernæring for barnet i andre leveår og vurdering av kanalene ble rapportert (tabell 31). De fleste (84 %) hadde fått slik informasjon på helsestasjonen, 77 % fra familie/kjente og 70 % fra brosjyren "Mat for spedbarn". De fleste vurderte informasjonen de hadde fått som svært nyttig eller nyttig. Ca. halvparten (47 %) av foreldrene ønsket mer informasjon om småbarnsernæring (tabell 32). Mange (40 %) ønsket mer informasjon om et sunt og variert kosthold til barnet (tabell 33). Andre tema som foreldrene ønsket mer informasjon om var tran/vitamin- og mineraltilskudd, matvareallergi/-intoleranse og tilvenning til familiens kosthold.

4 Oppsummering

Dataene fra Småbarnskost viste flere positive trekk ved kostholdet til 2-åringene. Mange hadde et variert kosthold med brød- og kornvarer, frukt og grønnsaker, kjøtt, fisk og melk, og inntaket av de fleste vitaminer og mineraler var i tråd med anbefalingene. Noen kostvaner var imidlertid ikke i samsvar med anbefalingene. Særlig hadde barna mer sukker og fett i kosten enn anbefalt. Klare forbedringer vil være å drikke mindre saft og andre søte drikker, spise mer frukt og grønnsaker og å velge magre melketyper framfor helmelk.

Morsmelk er en verdifull næringskilde også etter 1-årsalder, og andelen som fikk morsmelk var 31 % ved 13-månedersalder, 21 % ved 15 måneder, 11 % ved 18 måneder og 4 % ved 24-månedersalder.

Ca. halvparten av 2-åringene fikk grøt. Hjemmelaget grøt var mer vanlig å gi (36 %) enn industriframstilt grøt (18 %). Gjennomsnittsinntaket av brød var i underkant av 100 g/dag, og det var vanligst med mellomgrovt eller grovt brød. Det samlede inntaket av grønnsaker, poteter, frukt (inkludert juice) og bær var gjennomsnittlig i overkant av 250 g/dag. Inntaket av kjøtt var høyere enn inntaket av fisk. Det ble brukt omtrent like mye helmelk som lettmelk, mens skummet melk i liten grad ble brukt. Halvparten fikk helmelk som drikke. De fleste barna (89 %) fikk yoghurt, og dette var i overveiende grad fruktyoghurt. Gjennomsnittsinntaket av søte drikker (nektar, saft, brus) var i underkant av 2 dl per dag. I første rekke var dette søt saft.

Bruken av tran eller annet vitamin D-tilskudd var utbredt; 78 % av barna fikk slikt tilskudd. Noe under halvparten (47 %) fikk tran.

Gjennomsnittsinntaket av vitaminer og mineraler var på nivå eller høyere enn anbefalt, med unntak av jern som var noe under anbefalt nivå. Tran eller annet vitamin D-tilskudd var nødvendig for å komme opp på anbefalt nivå av vitamin D.

Barna fikk mer fett, mettede fettsyrer og tilsatt sukker enn anbefalt. Over 70 % av barna fikk mer fett i kosten enn anbefalt, over 90 % fikk mer mettede fettsyrer og over 50 % fikk mer tilsatt sukker enn anbefalt. De viktigste kildene til fett og mettede fettsyrer var smør/margarin, kumelk og kjøtt/kjøttprodukter. Hovedkildene til tilsatt sukker var søte drikker, yoghurt, syltetøy og sjokolade/søtsaker.

5 Litteratur

- 1 Lande B. Spedkost 6 måneder. Landsomfattende kostholdsundersøkelse blant spedbarn i Norge, Rapport, IS-1074. Oslo: Sosial- og helsedirektoratet, 2003.
- 2 Lande B, Andersen LF. Spedkost 12 måneder. Landsomfattende kostholdsundersøkelse blant spedbarn i Norge, Rapport, IS-1248. Oslo: Sosial- og helsedirektoratet, 2005.
- 3 Undersøkelse om kosthold blant 2-åring, Notater 1999/65. Oslo: Statistisk sentralbyrå, 1999.
- 4 Lande B, Frost Andersen L, Bærug A, Trygg K, Lund-Larsen K, Bjørneboe G-EAa. Valg av metode for en landsrepresentativ undersøkelse av kostholdet blant sped- og småbarn i Norge – Spedkost og Småbarnskost. Norsk Epidemiologi 2000;10 (1):43-50.
- 5 Andersen LF, Lande B, Trygg K, Hay G. Validation of a semi-quantitative food-frequency questionnaire used among 2-year-old Norwegian children. Public Health Nutr 2004;7:757-64.
- 6 Anbefalinger for spedbarnsernæring. Oslo: Statens råd for ernæring og fysisk aktivitet (nå Sosial- og helsedirektoratet), 2001.
- 7 Blomhoff R, Lande B, Ose T. Anbefalinger for økt forbruk av frukt og grønnsaker. Oslo: Statens ernæringsråd (nå Sosial- og helsedirektoratet), 1996.
- 8 Trolle E, Fagt S, Ovesen L. Frugt og grønnsaker – anbefalinger for indtagelse. Rapport nr. 244. København: Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri, Veterinær- og Fødevedirektoratet, 1998.
- 9 Norske anbefalinger for ernæring og fysisk aktivitet, IS-1219. Oslo: Sosial- og helsedirektoratet, 2005.
- 10 Nordic Nutrition Recommendations 2004 – Integrating nutrition and physical activity. Nord 2004:13, Nordic Council of Ministers, Copenhagen 2005.

6 Oversikt over tabeller

- 1 Oversikt over hvem som har fylt ut spørreskjemaet.
- 2 Sammenligning av deltakere i Småbarnskost med alle som ble født/fødte i Norge i 1997.
- 3 Utdanning blant mødrene og fedrene.
- 4 Sammenligning av utdanningsnivå blant mødrene i Småbarnskost med utdanningsnivå blant kvinner som fødte i Norge i 1998.
- 5 Arbeidssituasjon blant mødrene.
- 6 Tilsyn/pass av barnet på dagtid (hverdager).
- 7 Andel (%) av barna som har foreldre og/eller søsken med astma/allergi.
- 8 Vekt og lengde ved 2-årskontrollen, gjennomsnitt (SD).
- 9 Andel (%) av barna som ammes i andre leveår.
- 10 Inntak av matvarer, gjennomsnitt (SD).
- 11 Inntak, gjennomsnitt (SD), og andel (%) av barna som bruker ulike typer grøt og morsmelkerstatning.
- 12 Andel (%) av barna som bruker ulike typer melk som drikke.
- 13 Andel (%) av barna som vanligvis får brødsriver uten skorpe.
- 14 Type smør/margarin som vanligvis smøres på brødet til barna, andeler i prosent.
- 15 Mengde smør/margarin som vanligvis smøres på brødet til barna, andeler i prosent av barna som bruker smør/margarin på brødet.
- 16 Inntak av pålegg, gjennomsnitt (SD), og andel (%) av barna som bruker ulike typer pålegg.
- 17 Type fett som vanligvis brukes til matlaging (sauser, steking o.l.), andeler i prosent.
- 18 Andel (%) av barna som får tran/vitamin- og mineraltilskudd.
- 19 Inntak, gjennomsnitt (SD), og andel (%) som bruker tran/vitamin D-tilskudd.
- 20 Inntak av energi og næringsstoffer (med tilskudd), gjennomsnitt (SD).
- 21 Inntak av energi og næringsstoffer (uten tilskudd), gjennomsnitt (SD).
- 22 Inntak av energigivende næringsstoffer som del av totalt energiinntak (energiprosent), gjennomsnitt (SD).
- 23 Kilder til totalt fett.
- 24 Kilder til mettet fett.
- 25 Kilder til tilsatt sukker.
- 26 Kilder til vitamin D.
- 27 Kilder til jern.
- 28 Andel (%) av barna med inntak av totalt fett, mettede fettsyrer og tilsatt sukker over anbefalt nivå, etter bakgrunnsvariable.
- 29 Matvarer det kunne vært aktuelt å gi barnet, men som unngås fordi man er redd barnet kan reagere med allergi/intoleranse, andeler i prosent.
- 30 Andel (%) av barna som har problemer i forhold til spising/mat.
- 31 Kanaler for informasjon om kosthold og ernæring i barnets andre leveår og foreldrenes vurdering av nytten, andeler i prosent.
- 32 Andel (%) av foreldrene som ønsker mer informasjon om småbarnsernæring.

- 33 Tema det særlig ønskes mer informasjon om i forhold til småbarnsernæring, andeler i prosent.

Tabell i vedlegg 1:

Inntak av matvarer blant de som bruker den enkelte matvare, gjennomsnitt (SD), 10-, 25-, 50- (median), 75-, 90- og 95-persentiler (P_{10} , P_{25} , P_{50} , P_{75} , P_{90} , P_{95}).

7 Tabeller

Tabell 1. Oversikt over hvem som har fylt ut spørreskjemaet, andeler i prosent, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Har fylt ut spørreskjemaet	Andel ¹ (%)
Barnets mor	81
Barnets far	1
Både far og mor	18

¹Antall ubesvarte: 35. Andeler er beregnet ut fra antall som har svart.

Tabell 2. Sammenligning av deltakere i Småbarnskost 1999 med alle som ble født/fødte i Norge i 1997, andeler i prosent.

Bakgrunnsvariabel	Småbarnskost ¹ (n =1720)	Landet ² (n = 60 085)
Kjønn, %		
Gutter	50	52
Jenter	50	48
Fødselsvekt, %		
<2500 g	4	5
2500-3499 g	36	38
3500-3999 g	37	35
≥4000 g	23	22
Svangerskapslengde, %		
<38. svangerskapsuke	14	12
≥38. svangerskapsuke	86	88
Landsdel, %		
Oslo/Akershus	20	23
Østlandet ellers	27	24
Agder/Rogaland	15	15
Vestlandet	19	18
Trøndelag	9	9
Nord-Norge	11	11

¹Antall ubesvarte: fødselsvekt (92), svangerskapslengde (36). Andeler er beregnet ut fra antall som har svart.

²Norsk fødselsstatistikk, data for 1997 fra Medisinsk fødselsregister:

<http://www.uib.no/mfr/statistikk.html>. Antall ubesvarte: fødselsvekt (31), svangerskapslengde (5742). Andeler er beregnet ut fra antall som har svart.

Tabell 3. Utdanning blant mødrene og fedrene, andeler i prosent, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Høyeste fullførte utdanning	Andel av mødrene ¹ (%)	Andel av fedrene ¹ (%)
≤10 år		
9-årig skole eller kortere	2	5
9-årig skole <u>og</u> folkehøgskole el. annen ettårig utdanning	7	5
11-12 år		
Videregående skole/gymnas	33	20
Fagbrev	7	24
≥13 år		
Høyskole- eller universitetsutdanning på ≤ 4 år	31	23
Høyskole- eller universitetsutdanning på > 4 år	15	19
Annet/flere kryss	5	4

¹Antall ubesvarte: blant mødrene (6) og fedrene (134). Andeler er beregnet ut fra antall som har svart.

Tabell 4. Sammenligning av utdanningsnivå blant mødrene i Småbarnskost med utdanningsnivå blant kvinner som fødte i Norge i 1998, andeler i prosent.

Høyeste fullførte utdanning	Småbarnskost ¹ (n = 1720)	Landet ² (n = 51 600)
9-årig skole eller kortere	2	6
9-årig skole <u>og</u> folkehøgskole el. annen ettårig utdanning	7	15
Videregående skole/gymnas/fagbrev	40	43
Høyskole- eller universitetsutdanning på ≤ 4 år	31	31
Høyskole- eller universitetsutdanning på > 4 år	15	5

¹Antall med annen utdanning (78) og ubesvarte (6) er ikke inkludert.

²Tall fra Statistisk sentralbyrå – regnet ut for kvinner (selv født i Norge, Sverige eller Danmark) som fødte i Norge i 1998 (personlig meddelelse, Trude Lappegård SSB). Utdanningsnivå er fra 1. oktober 1997.

Tabell 5. Arbeidssituasjon blant mødrene, andeler i prosent, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Mors arbeidssituasjon	Andel av mødrene ¹ (%)	
	Før barnet ble født	Når barnet er 2 år
Utearbeidende heltid	57	25
Utearbeidende deltid	20	31
Hjemmearbeidende	9	18
Sykemeldt ²	1	2
Permisjon	1	10
Uføretrygdet	<0.5	1
Under attføring	1	1
Student/elev	6	5
Arbeidsledig	2	2
Annet/flere kryss	4	6

¹Antall ubesvarte: arbeidssituasjon før barnet ble født (15), arbeidssituasjon når barnet er 2 år (19). Andeler er beregnet ut fra antall som har svart.

²Sykemeldinger i forbindelse med svangerskap skulle ikke regnes med.

Tabell 6. Tilsyn/pass av barnet på dagtid (hverdager), andeler i prosent, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Tilsyn/pass av barnet på dagtid	Andel av barna ¹ (%)
Mor	70
Far	21
Barnehage	35
Dagmamma	19
Besteforeldre eller annen omsorgsperson	17
Barnepark	4

¹Noen har flere enn én type tilsyn, slik at summen blir over 100%.

Tabell 7. Andel (%) av barna som har foreldre og/eller søsken med astma/allergi, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Astma/allergi hos barnets foreldre eller søsken	Andel av barna (%)
Nei, mor/far/søsken har ikke/har ikke hatt astma/allergi	52
Ja, mor har/har hatt astma/allergi	27
Ja, far har/har hatt astma/allergi	22
Ja, søsken har/har hatt astma/allergi	16

Tabell 8. Vekt og lengde ved 2-årskontrollen, gjennomsnitt (SD), Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Alle ¹ (n = 1720)	Gutter ² (n = 868)	Jenter ³ (n = 852)	P-verdi ⁴
Vekt, g	12649 (1417)	12875 (1417)	12423 (1381)	<0.001
Lengde, cm	88 (3)	88 (3)	87 (3)	<0.001

¹Antall ubesvarte: vekt (150), lengde (166).

²Antall ubesvarte blant gutter: vekt (83), lengde (95).

³Antall ubesvarte blant jenter: vekt (67), lengde (71).

⁴Forskjell i gjennomsnittsverdier mellom gutter og jenter er testet med Student's *t*-test.

Tabell 9. Andel (%) av barna som ammes i andre leveår, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Barnets alder (månedder)	Andel ammede (%)		
	Gutter (n = 868)	Jenter (n = 852)	Alle (n = 1720)
13	28	33	31
14	22	27	25
15	18	23	21
16	15	18	16
17	12	14	13
18	11	12	11
19	9	9	9
20	7	8	8
21	6	7	7
22	5	6	6
23	4	6	5
24	4	4	4

Tabell 10. Inntak av matvarer, gjennomsnitt (SD), Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Inntak ¹ (g/dag)		
	Gutter (n = 868)	Jenter (n = 852)	Alle (n = 1720)
Grøt	69 (121)*	58 (115)	63 (118)
Industri framstilt grøt	34 (101)	31 (101)	32 (101)
Hjemmelaget grøt	35 (70)	27 (59)	31 (65)
Brød	101 (43)*	90 (36)	95 (40)
Mellomgrovt/grovt brød	91 (41)	81 (36)	86 (39)
Fint brød	3 (13)	3 (11)	3 (12)
Knekkebrød, kavring o.l.	4 (7)	3 (6)	4 (6)
Kornblanding, gryn m melk	46 (74)	47 (88)	47 (81)
Andre kornprodukter:			
Mel, ris, pasta	14 (11)	13 (11)	13 (11)
Pizza	6 (6)	5 (6)	6 (6)
Kaker, boller, vafler og søte kjeks	19 (14)*	17 (13)	18 (14)
Poteter og grønnsaker	86 (60)	83 (65)	84 (63)
Kokte poteter	38 (30)	36 (30)	37 (30)
Pommes frites/stekte poteter	5 (12)	4 (8)	5 (10)
Hjemmelaget mos – potet og grønnsaker	8 (14)	7 (15)	7 (15)
Grønnsaker, friske/fryste	32 (33)	33 (35)	33 (34)
Industri framstilt barnemat – grønnsaker	0.5 (5)	1 (12)	1 (9)
Frukt og bær	116 (88)	110 (80)	113 (84)
Frukt og bær, frisk/fryst	113 (86)	107 (78)	110 (82)
- Frukt, frisk	111 (85)	105 (77)	108 (81)
- Bær, frisk/fryst	1 (4)	2 (5)	1 (4)
Hjemmelaget mos - frukt/bær	2 (12)	2 (14)	2 (13)
Industri framstilt barnemat – frukt/bær	1 (11)	1 (7)	1 (10)
Industri framstilt barnemat – kjøtt/lever med grønnsaker	16 (58)	18 (49)	17 (54)
Kjøtt og kjøttprodukter	46 (23)*	42 (20)	44 (22)
Kjøtt, helt	9 (7)	9 (7)	9 (7)
Pølser	14 (12)	12 (10)	13 (11)
Kjøttkaker, karbonader, hamburgere o l	9 (8)	8 (8)	8 (8)
Kjøttpålegg	5 (7)	4 (6)	5 (6)
Leverpostei	11 (10)	10 (9)	10 (10)
Industri framstilt barnemat – fisk med grønnsaker	2 (13)	3 (16)	3 (15)
Fisk og fiskeprodukter	20 (15)	19 (13)	20 (14)
Fisk, mager/halvfet	3 (3)	3 (3)	3 (3)
Fisk, fet	1 (1)	1 (1)	1 (1)
Fiskeboller, -pudding, -kaker	8 (9)	8 (8)	8 (8)
Fiskepinner o.l.	3 (4)	3 (4)	3 (4)
Fiskepålegg/kaviar	5 (9)	5 (7)	5 (8)
Egg	6 (10)	6 (10)	6 (10)

Tabell 10, forts.	Inntak ¹ (g/dag)		
	Gutter (n = 868)	Jenter (n = 852)	Alle (n = 1720)
Kumelk	337 (222)	323 (218)	330 (220)
Helmelk	144 (198)	152 (194)	148 (196)
Lettmelk	158 (201)	139 (189)	149 (195)
Skummet melk	7 (49)	11 (77)	9 (65)
Sjokolademelk o.l.	21 (68)	14 (47)	18 (59)
Melk, uspesifisert (tillaging)	7 (7)	7 (6)	7 (6)
Morsmelkerstatning/melkeerstatning/annen melk	13 (72)	9 (57)	11 (65)
Morsmelkerstatning (som drikke)	2 (36)	2 (24)	2 (31)
Annen melk/melkeerstatning	11 (62)	8 (52)	9 (57)
Yoghurt	83 (75)	78 (79)	81 (77)
Fruktyoghurt, alle typer	76 (67)	72 (70)	74 (69)
Naturell yoghurt	0.4 (5)	0.9 (9)	1 (8)
Drikkeyoghurt	7 (27)	6 (27)	6 (27)
Fløte, rømme, is mv	8 (8)	8 (7)	8 (7)
Iskrem	5 (6)	5 (6)	5 (6)
Ost	17 (17)	16 (13)	17 (15)
Smør og margarin²	20 (11)*	18 (9)	19 (10)
Myk margarin	7 (11)	6 (9)	7 (10)
Lettmargarin/Brelett	6 (9)	6 (9)	6 (9)
Smør/Bremykt/Smøregod	3 (7)	2 (5)	2 (6)
Søte drikker	200 (211)*	178 (201)	189 (206)
Nektar	35 (92)	27 (74)	31 (83)
Saft med sukker	140 (177)	128 (171)	134 (174)
Brus med sukker	24 (39)	23 (34)	24 (36)
Kunstig søte drikker	40 (121)	30 (101)	35 (112)
Saft uten sukker	35 (116)	24 (98)	30 (107)
Brus uten sukker	5 (20)	5 (21)	5 (21)
Annen drikke:			
Vann	193 (182)	189 (180)	191 (181)
Juice	61 (103)	59 (99)	60 (101)
Industri framstilt barnedrikk	13 (77)	11 (70)	12 (73)
Nypeekstrakt, drikkeferdig	1 (18)	2 (31)	1 (25)
Annet:			
Sjokolade, annet godteri	6 (5)	6 (5)	6 (5)
Snacks (potetgull o.l.)	2 (2)	2 (2)	2 (2)

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

²Smør/margarin benyttet ved tilberedning/matlaging er ikke inkludert.

*Signifikant forskjell mellom gutter og jenter ($P < 0.05$). Forskjell i inntak er testet for hovedgruppene av matvarer med Student's *t*-test.

Tabell 11. Inntak, gjennomsnitt (SD), og andel (%) av barna som bruker ulike typer grøt og morsmelkerstatning, Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Inntak ¹ (g/dag)	Andel som bruker matvaren ² (%)
Industriframstilt grøt	32 (101)	18
Nestlé grøt – tilberedes med melk	8 (40)	7
Nestlé grøt – tilberedes med vann	21 (77)	13
Nestlé velling	1 (18)	1
Semper grøt	1 (13)	<0.5
Semper drikkegrøt/velling	1 (24)	1
Hjemmelaget grøt	31 (65)	36
Havregryn	20 (44)	28
Grovt/sammalt mel	2 (14)	3
Jernberiket hvetemel (Nordkronen)	2 (18)	2
Fint/hvitt mel/kavring/semulje	6 (29)	10
Hirse (vanlig)	0.1 (3)	<0.5
Helios barnemel (hirse/andre meltyper)	1 (16)	<0.5
Morsmelkerstatning som drikke	2 (31)	1
Annen melk/melkeerstatning som drikke	9 (57)	4

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

²Daglig og ukentlig brukere av matvaren.

Tabell 12. Andel (%) av barna som bruker ulike typer melk som drikke, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Melk som drikke	Andel som bruker matvaren ¹ (%)
Lettmelk	56
Helmelk	50
Sjokolademelk o.l.	23
Skummet melk	6
Morsmelkerstatning	1
Annen melk/melkeerstatning	4

¹Daglig og ukentlig brukere av matvaren.

Tabell 13. Andel (%) av barna som vanligvis får brødsiver uten skorpe, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Brødsiver med eller uten skorper	Andel av barna ¹ (%)
Bruker ikke brød	<0.5
Får brødsiver uten skorper	32
Får brødsiver med skorper	68

¹Antall ubesvarte: 14. Andeler er beregnet ut fra de som har svart.

Tabell 14. Type smør/margarin som vanligvis smøres på brødet til barna, andeler i prosent, Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Andel av barna ¹ (%)
Bruker ikke smør/margarin på brødet	4
Myk margarin	34
Brelett	23
Lettmargarin	16
Bremykt, Smøregod	10
Smør (meierismør)	4
Vita	3
Fast margarin	1
Annen margarin	2
Flere kryss	3

¹Antall ubesvarte: 9. Andeler er beregnet ut fra de som har svart.

Tabell 15. Mengde smør/margarin som vanligvis smøres på brødet til barna, andeler i prosent av barna som bruker smør/margarin på brødet (n = 1648), Småbarnskost 1999.

Mengde smør/margarin på brødet	Andel blant barna som bruker smør/margarin på brødet (%)
Skrapet lag	33
Middels lag	58
Godt dekket lag	8
Tykt lag	1

Tabell 16. Inntak av pålegg, gjennomsnitt (SD), og andel (%) av barna som bruker ulike typer pålegg, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Pålegg	Inntak ¹ (g/dag)	Andel som bruker matvaren ² (%)
Brunost/prim	7 (8)	67
Brunost/prim, helfet	6 (8)	63
Brunost/prim, halvfet/mager	1 (3)	8
Hvitost/smøreost	10 (11)	81
Hvitost, helfet	8 (9)	71
Hvitost/smøreost, halvfet/mager	0.4 (2)	5
Leverpostei	10 (10)	90
Levepostei, vanlig	10 (10)	89
Levepostei, mager	0.2 (1)	3
Kjøttpålegg	5 (6)	73
Kokt skinke o.l.	2 (3)	37
Salami/fårepølse/serelat	3 (5)	61
Fiskepålegg/kaviar	5 (8)	52
Makrell i tomat o.l.	3 (7)	33
Kaviar	1 (3)	34
Søtt pålegg	10 (11)	83
Syltetøy/marmelade	7 (9)	67
Lettsyltetøy/frysetøy	1 (3)	8
Sjokoladepålegg/honning/annet søtt pålegg	2 (5)	52
Egg	6 (10)	86

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

²Brukere: bruker pålegg på ½ skive brød eller mer per uke.

Tabell 17. Type fett som vanligvis brukes til matlaging (sauser, steking o.l.), andeler i prosent, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Type fett til matlaging	Andel av barna ¹ (%)
Olje	69
Fast margarin	56
Myk margarin	35
Smør	8
Bremykt	4
Vita	1
Annen margarin	1

¹Flere enn én type fett kunne rapporteres, slik at summen blir over 100%.

Tabell 18. Andel (%) av barna som får tran/vitamin- og mineraltilskudd, Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Andel av barna ¹ (%)
Får tran/vitamin-/mineraltilskudd ved 2-årsalder	78
Har fått tran/vitamin-/mineraltilskudd tidligere, men ikke nå	18
Har aldri fått tran/vitamin-/mineraltilskudd	4

¹Antall ubesvarte: 24. Andeler er beregnet ut fra de som har svart.

Tabell 19. Inntak, gjennomsnitt (SD), og andel (%) som bruker tran/vitamin D-tilskudd, Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Inntak blant alle ¹ (ml/dag)	Andel som bruker tilskuddet ² (%)	Inntak blant de som bruker tilskuddet ² (ml/dag)
Tran/vitamin D-tilskudd	-	78	-
Tran	2.1 (2.8)	47	4.4 (2.4)
Sanasol	1.9 (3.1)	36	5.3 (2.9)
Biovit	1.1 (2.4)	21	5.0 (2.8)

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

²Daglig og ukentlig brukere av tilskuddet.

Tabell 20. Inntak av energi og næringsstoffer (med tilskudd), gjennomsnitt (SD), Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Gjennomsnitt (SD) per person per dag ¹		
	Gutter (n = 868)	Jenter (n = 852)	Alle (n = 1720)
Energi (MJ)	6.3 (1.7)*	5.8 (1.5)	6.0 (1.7)
Protein (g)	48.8 (14.6)*	45.6 (13.6)	47.2 (14.2)
Fett (g)	56.6 (18.7)*	52.0 (15.9)	54.3 (17.5)
- Mettede fettsyrer (g)	24.0 (8.4)*	22.1 (7.2)	23.1 (7.9)
- Enumettede fettsyrer (g)	17.5 (5.8)*	16.1 (5.0)	16.8 (5.5)
- Flerumettede fettsyrer (g)	9.8 (4.4)*	8.7 (3.8)	9.2 (4.1)
Karbohydrater (g)	197 (59)*	180 (53)	189 (57)
- Tilsatt sukker (g)	43.8 (25.1)*	39.6 (24.7)	41.7 (25.0)
Kostfiber (g)	14.1 (5.4)*	13.0 (4.9)	13.6 (5.2)
Kolesterol (mg)	170 (76)*	161 (69)	165 (73)
Vitamin D (µg)	10.4 (7.0)	10.0 (7.0)	10.2 (7.0)
Vitamin E (mg)	9.9 (5.1)	9.6 (5.1)	9.7 (5.1)
Tiamin (mg)	1.2 (0.6)	1.2 (0.6)	1.2 (0.6)
Riboflavin (mg)	1.9 (0.9)	1.8 (0.8)	1.9 (0.9)
Vitamin C (mg)	99 (63)	95 (58)	97 (61)
Kalsium (mg)	798 (309)*	753 (301)	776 (306)
Jern (mg)	7.5 (3.2)*	6.9 (3.0)	7.2 (3.1)

¹Inntak av energi, vitaminer og mineraler kan pga. metodiske forhold være noe overestimert, se s. 15. Se vurdering i forhold til vitamin A-inntak s. 15.

*Signifikant forskjell mellom gutter og jenter ($P < 0.05$). Forskjell i inntak er testet med Student's *t*-test.

Tabell 21. Inntak av energi og næringsstoffer (uten tilskudd), gjennomsnitt (SD), Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Gjennomsnitt (SD) per person per dag ¹		
	Gutter (n = 868)	Jenter (n = 852)	Alle (n = 1720)
Energi (MJ)	6.2 (1.7)*	5.7 (1.5)	5.9 (1.7)
Protein (g)	48.8 (14.6)*	45.6 (13.6)	47.2 (14.2)
Fett (g)	54.4 (18.3)*	50.0 (15.7)	52.2 (17.2)
- Mettede fettsyrer (g)	23.7 (8.4)*	21.8 (7.2)	22.7 (7.9)
- Enumettede fettsyrer (g)	16.5 (5.6)*	15.2 (4.8)	15.8 (5.3)
- Flerumettede fettsyrer (g)	9.2 (4.3)*	8.2 (3.7)	8.7 (4.1)
Karbohydrater (g)	196 (59)*	179 (53)	188 (57)
- Tilsatt sukker (g)	43.8 (25.1)*	39.6 (24.7)	41.7 (25.0)
Kostfiber (g)	14.1 (5.4)*	13.0 (4.9)	13.6 (5.2)
Kolesterol (mg)	159 (74)*	151 (68)	155 (71)
Vitamin D (µg)	2.8 (1.5)*	2.5 (1.2)	2.6 (1.4)
Vitamin E (mg)	4.4 (1.6)*	4.1 (1.5)	4.2 (1.6)
Tiamin (mg)	0.8 (0.2)*	0.8 (0.2)	0.8 (0.2)
Riboflavin (mg)	1.4 (0.5)*	1.3 (0.5)	1.3 (0.5)
Vitamin C (mg)	82 (58)	78 (54)	80 (56)
Kalsium (mg)	793 (305)*	749 (297)	771 (302)
Jern (mg)	7.5 (3.2)*	6.8 (3.0)	7.1 (3.1)

¹Inntak av energi, vitaminer og mineraler kan pga. metodiske forhold være noe overestimert, se s. 15. Se vurdering i forhold til vitamin A-inntak s. 15.

*Signifikant forskjell mellom gutter og jenter ($P < 0.05$). Forskjell i inntak er testet med Student's *t*-test.

Tabell 22. Inntak av energigivende næringsstoffer som del av totalt energiinntak (energiprosent), gjennomsnitt (SD), Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Energiprosent Gjennomsnitt (SD)		
	Gutter (n = 868)	Jenter (n = 852)	Alle (n = 1720)
Protein	13.3 (1.8)*	13.5 (1.8)	13.4 (1.8)
Fett	33.3 (5.1)	33.4 (5.2)	33.3 (5.1)
- Mettede fettsyrer	14.2 (2.7)	14.2 (2.8)	14.2 (2.7)
- Enumettede fettsyrer	10.3 (1.8)	10.4 (1.9)	10.4 (1.8)
- Flerumettede fettsyrer	5.8 (1.9)*	5.6 (1.9)	5.7 (1.9)
Karbohydrater	53.5 (5.5)	53.1 (5.7)	53.3 (5.6)
- Tilsatt sukker	11.8 (5.6)	11.6 (6.0)	11.7 (5.8)

*Signifikant forskjell mellom jenter og gutter ($P < 0.05$). Forskjell i inntak er testet med Student's *t*-test.

Tabell 23. Kilder til totalt fett, Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Prosentvis bidrag til inntak av totalt fett	
	Gutter (n = 868)	Jenter (n = 852)
Smør og margarin (på brød)	24	23
Kumelk	15	16
Kjøtt og kjøttprodukter	14	14
Ost	8	8
Brød	5	5
Yoghurt	5	5
Kaker, boller, vafler, søte kjeks	4	4
Fisk	4	4
Tran	4	4

Tabell 24. Kilder til mettet fett, Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Prosentvis bidrag til inntak av mettet fett	
	Gutter (n = 868)	Jenter (n = 852)
Kumelk	21	23
Smør og margarin (på brød)	20	19
Kjøtt og kjøttprodukter	13	13
Ost	12	12
Yoghurt	7	7
Kaker, boller, vafler, søte kjeks	4	4

Tabell 25. Kilder til tilsatt sukker, Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Prosentvis bidrag til inntak av tilsatt sukker	
	Gutter (n = 868)	Jenter (n = 852)
Søte drikker (nektar, saft, brus)	42	42
Yoghurt	19	19
Syltetøy/marmelade	11	11
Sjokolade, søtsaker	7	8
Kaker, boller, vafler og søte kjeks	5	6
Annet søtt pålegg (sjokoladepålegg o.l.)	4	3

Tabell 26. Kilder til vitamin D, Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Prosentvis bidrag til inntak av vitamin D	
	Gutter (n = 868)	Jenter (n = 852)
Tran/vitamintilskudd	73	75
Smør og margarin (på brød)	15	14
Fisk	5	5

Tabell 27. Kilder til jern, Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Prosentvis bidrag til inntak av jern	
	Gutter (n = 868)	Jenter (n = 852)
Brød	25	25
Industri framstilt grøt/kornblanding med melk	17	17
Kjøtt og kjøttprodukter (inkl. lever/leverprodukter)	15	14
Brunost	9	9
Poteter og grønnsaker	5	6

Tabell 28. Andel (%) av barna med inntak av totalt fett, mettede fettsyrer og tilsatt sukker over anbefalt nivå, etter bakgrunnsvariable, Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Andel barn med inntak over anbefalt nivå (%)			
	Antall (n)	>30 E% totalt fett	>10 E% mettet fett	>10 E% sukker
Alle	1720	74	94	55
Kjønn				
Gutter	868	74	95	57
Jenter	852	75	94	52
P ¹		ns	ns	<0.05
Mors alder (år)				
≤24	153	69	91	63
25-34	1195	76	95	56
≥35	372	71	94	49
P trend ²		ns	ns	<0.01
Mors utdanning (år)				
≤10	166	75	93	53
11-12	684	74	92	61
≥13	786	75	96	49
P trend ²		ns	<0.01	<0.01
Antall barn mor har født				
1	545	76	94	52
2	695	76	95	57
≥3	452	70	94	56
P trend ²		<0.05	ns	ns
Landsdel				
Oslo og Akershus	345	73	94	47
Østlandet ellers	465	73	93	56
Agder og Rogaland	253	78	97	55
Vestlandet	328	75	94	58
Trøndelag	147	76	93	56
Nord-Norge	182	72	96	60
P ¹		ns	ns	<0.05
Bostedstype				
<2000	590	74	94	59
2000-19 999	360	74	97	57
20 000-99 999	260	72	92	58
≥100 000	453	76	94	48
P trend ²		ns	ns	<0.01
Pass på dagtid (hverdager)				
Ikke barnehage/dagmamma o.l.	578	69	93	59
Barnehage/dagmamma o.l.	1142	77	95	53
P ¹		<0.01	ns	<0.05

¹Test for forskjeller i andeler (Kji-kvadrat-test). ²Test for trend.

ns = ikke signifikant forskjell, P>0.05.

Tabell 29. Matvarer det kunne vært aktuelt å gi barnet, men som unngås fordi man er redd barnet kan reagere med allergi/intoleranse, andeler i prosent, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Matvare som unngås	Andel som unngår matvare (%)
Nøtter	23
Appelsin/appelsinjuice	7
Matvarer med tilsetningsstoffer	6
Vanlig melk	5
Egg	4
Erter	3
Morsmelkerstatning	2
Fisk	1
Soya	0.5
Hvete	<0.5
Havre	<0.5
Rug	<0.5
Bygg	<0.5
Annet	5
Unngår en eller flere matvarer, total andel ¹	26

¹Antall ubesvarte: 35. Andeler er beregnet ut fra de som har svart.

Tabell 30. Andel (%) av barna som har problemer i forhold til spising/mat, Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Andel av barna ¹ (%)
Dårlig matlyst/småspist	14
Liker få matvarer	8
Allergi/intoleranse mot enkelte matvarer	5
Vanskelig med tilvenning til familiens kost	2
Andre problemer	5
Har problemer, total andel ¹	24

¹Antall ubesvarte: 30. Andeler er beregnet ut fra de som har svart.

Tabell 31. Kanaler for informasjon om kosthold og ernæring i barnets andre leveår og foreldrenes vurdering av nytten, andeler i prosent, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Informasjonskanal	Andel av foreldrene (%)					
	Ikke fått info	Fått svært nyttig info	Fått nyttig info	Fått lite nyttig info	Fått unyttig info	Ubesvart
Helsestasjonen	11	13	54	15	2	4
Familie, kjente	12	18	51	7	1	10
Brosjyren "Mat for spedbarn"	20	16	46	7	1	10
Bøker, oppslagsverk	35	9	31	7	2	15
Aviser, TV, ukeblad	34	3	26	16	5	17
Andre brosjyrer	46	4	20	10	2	18
Reklamemateriell	41	1	12	19	10	18
Dagligvarebutikken	49	1	7	16	8	18
Helsepersonell utenfor helsestasjonen	64	3	11	4	1	18
Homøopat	75	2	3	1	1	19
Annet	50	3	3	2	2	40

Tabell 32. Andel (%) av foreldrene som ønsker mer informasjon om småbarnsernæring, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Ønske om mer informasjon	Andel av foreldrene ¹ (%)
Ja, ønsker mer informasjon	47
Nei, ønsker ikke mer informasjon	42
Vet ikke	12

¹Antall ubesvarte: 25. Andeler er beregnet ut fra de som har svart.

Tabell 33. Tema det særlig ønskes mer informasjon om i forhold til småbarnsernæring, andeler i prosent, Småbarnskost 1999, n = 1720.

Tema det ønskes mer informasjon om	Andel av foreldrene (%)
Sunt og variert kosthold	40
Tran/vitamin- og mineraltilskudd	20
Matvareallergi/-intoleranse	16
Tilvenning til familiens kosthold	11
Andre tema	4

Vedlegg

- Vedlegg 1 Tabell. Matvareinntak blant brukere av den enkelte matvare
- Vedlegg 2 Anbefalinger – energi og næringsstoffinntak
- Vedlegg 3 Matvarefrekvensskjemaet

Vedlegg 1

Tabell. Inntak av matvarer blant de som bruker den enkelte matvare, gjennomsnitt (SD), 10-, 25-, 50- (median), 75-, 90- og 95-persentiler (P₁₀, P₂₅, P₅₀, P₇₅, P₉₀, P₉₅), Småbarnskost 1999, n = 1720.

	Andel som bruker matvaren ¹ (%)	Inntak blant de som bruker matvaren (g/dag)						
		Gj.snitt (SD)	P ₁₀	P ₂₅	P ₅₀	P ₇₅	P ₉₀	P ₉₅
Brød	99.8	96 (40)	52	65	91	121	150	163
Grøt	48	132 (142)	29	43	72	150	300	411
- Industriframstilt grøt	18	182 (172)	43	57	114	250	400	580
- Hjemmelaget grøt	36	86 (83)	29	43	57	100	178	214
Poteter og grønnsaker	99	85 (62)	31	47	73	106	150	189
- Kokte poteter	97	38 (30)	10	18	29	45	65	91
- Grønnsaker, friske/fryste	98	33 (34)	7	14	25	44	64	80
- Industriframstilt barnemat – grønnsaker	1	70 (49)	18	56	56	56	189	195
Frukt og bær	98	115 (84)	34	57	94	148	219	280
- Frukt, frisk	98	110 (81)	33	54	90	142	208	261
- Industriframstilt barnemat – frukt/bær	2	54 (39)	14	28	46	66	101	147
Industriframstilt barnemat – kjøtt/lever med grønnsaker	15	111 (92)	42	56	112	112	168	195
Kjøtt og kjøttprodukter	99	44 (22)	21	30	40	55	70	84
Industriframstilt barnemat – fisk med grønnsaker	4	62 (36)	39	56	56	56	56	195
Fisk og fiskeprodukter	98	20 (14)	6	10	17	27	39	46
Yoghurt	89	91 (76)	27	36	74	125	175	214
- Fruktoghurt	88	84 (67)	27	36	67	125	161	183
- Naturell yoghurt	1	47 (46)	13	13	28	50	135	175
Smør og margarin ²	100	19 (10)	9	12	17	24	32	37
Kumelk	99.5	332 (220)	70	185	285	447	589	737
- Helmelk	80	186 (203)	5	10	120	360	485	555
- Lettmelk	88	169 (200)	4	9	95	249	483	544
- Skummet melk	6	169 (220)	17	34	60	240	480	540
Morsmelkerstatning	1	276 (254)	27	120	210	360	816	960
Vann	91	211 (178)	34	69	180	300	480	600
Juice	64	94 (113)	17	34	51	120	240	360
Industriframstilt barkedrikk	6	193 (231)	17	34	86	240	540	720
Søte drikker	92	204 (207)	34	60	137	274	497	634
- Nektar	35	89 (121)	17	34	34	120	240	360
- Saft med sukker	79	169 (180)	34	43	120	240	360	540
- Brus med sukker	62	38 (40)	17	17	34	34	51	69
Kunstig søte drikker	25	141 (188)	17	34	60	180	360	565
- Saft uten sukker	18	170 (205)	17	34	86	240	480	720
- Brus uten sukker	12	41 (45)	17	17	34	43	69	125
Kaker, boller, vafler, kjeks	98	18 (14)	5	10	16	23	35	43
Sjokolade, annet godteri	93	7 (5)	1	3	6	9	13	18

¹Daglig og ukentlig brukere av matvaren. For kjøtt, fisk, kaker og sjokolade/annet godteri er også månedlige brukere inkludert. ²Smør/margarin tilberedning/matlaging er ikke inkludert.

Vedlegg 2

Anbefalinger – energi og næringsstoffinntak

Næringsstoffinntaket er vurdert i forhold til de offisielle Norske anbefalinger for ernæring og fysisk aktivitet (9). Disse er utarbeidet på grunnlag av nordiske anbefalinger (10). Det gis følgende anbefalinger for aldersgruppen 2-5 år:

Energigivende næringsstoffer	Anbefalt inntak
Protein	15 energiprosent (10-20 energiprosent)
Fett	30 energiprosent (25-35 energiprosent)
- Mettede fettsyrer og transfett	maks 10 energiprosent
- Enumettede fettsyrer	5-10 energiprosent
- Flerumettede fettsyrer	5-10 energiprosent
Karbohydrat	55 energiprosent (50-60 energiprosent)
- Tilsatt sukker	maks 10 energiprosent

Vitaminer og mineraler	Anbefalt inntak
Vitamin A, retinolaktivitets-ekvivalenter	350
Vitamin D, mikrogram	7.5
Vitamin E, tokoferol-ekvivalenter	5
Tiamin, milligram	0.6
Riboflavin, milligram	0.7
Vitamin C, milligram	30
Kalsium, milligram	600
Jern, milligram	8

Referanseverdi for energiinntak:

Referanseverdien for energiinntak for aldersgruppen 2-5 år er 5.3 MJ/dag med en referansevekt på 16.1 kg (9). Ved å benytte gjennomsnittlig vekt for deltakerne i Småbarnskost og estimert daglig gjennomsnittlig energibehov; 355 kJ/kg kroppsvekt for gutter og jenter ved 2-årsalder (10), blir estimert daglig energibehov 4.6 MJ for gutter og 4.4 MJ for jenter.

LES DETTE FØR DU FYLLER UT SPØRRESKJEMAET

Denne undersøkelsen tar sikte på å kartlegge kostholdet til barnet ditt som nå er ca. 2 år gammelt.

Vi spør om kostholdet til barnet ved 24 måneders alder, slik det **vanligvis** er. Vi er klar over at kostholdet varierer fra dag til dag og at du kanskje ikke har oversikt over alt barnet spiser og drikker, særlig hvis det er i barnehage, -park eller hos dagmamma. Prøv likevel så godt du kan å angi et «gjennomsnitt» av barnets kosthold. Du kan ha de siste 14 dagene i tankene når du fyller ut skjemaet. Det er også noen spørsmål om hva barnet har spist før det ble 2 år.

Vi spør om hvor ofte og hvor mye barnet ditt spiser eller drikker av en matvare. Vær oppmerksom på at du bare skal sette ett kryss for **hvor ofte** matvaren spises. For eksempel skal du sette ett kryss for *enten* ganger pr. dag *eller* ganger pr. uke. Velg det alternativet som passer best.

Det settes i tillegg ett kryss for **hvor mye** barnet spiser eller drikker pr. gang. Kryss av i spørreskjemaet for det mengdealternativet som stemmer best med det barnet vanligvis spiser. Hvis barnet spiser mindre enn alternativet som er angitt, velger du minste mengde. Hvis barnet spiser mer enn angitt, velger du største mengde. Hvis mengden varierer mye fra måltid til måltid, prøv å anslå en gjennomsnittsmengde og velg nærmeste mengdealternativ.

Det er vanlig at barn i denne alderen søler og ikke spiser/drikker hele porsjonen de får servert. Ved spørsmål om hvor mye barnet ditt spiser, prøv så godt du kan å angi hvor mye det faktisk har spist.

Til spørreskjemaet følger det et bildehefte som kan være til hjelp ved bestemmelse av den mengden mat barnet vanligvis spiser pr. gang. Bildeheftet skal ikke sendes i retur sammen med utfylt skjema.

Eksempler på utfylling av enkelte spørsmål finner du bakerst i spørreskjemaet.

Vi har brukt følgende forkortelser i spørreskjemaet:

ts betyr teskje

bs betyr barneskje

ss betyr spiseskje

+

SMÅBARNSKOST

Undersøkelse av kostholdet blant 2-åringer i Norge

+

Kryss av for "Ja" i ruten under dersom du samtykker i å delta i undersøkelsen. Dersom du ikke ønsker å delta, kryss av for "Nei" og returnér skjemaet.

 Ja

 Nei

+

Fyll ut etter beste skjønn. Hvis det er spørsmål du ikke kan svare på, så la det stå åpent. Det utfylte skjemaet vil bli lest av en maskin. De små kryssene i skjemaet er justeringsmerker for maskinen og du trenger ikke å bry deg om disse. Bruk blå eller svart penn/tusj ved utfylling.

Det er viktig at du går frem slik:

- I de små boksene setter du kryss for det svaret som passer best.
- I de store boksene skriver du tall eller blokkbokstaver.

Eksempel: Avkrysning, slik: Ikke slik: Tall, slik:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Bokstaver, slik:

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

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

+

Husk å ta med spørreskjemaet til helsestasjonen ved 2-årskontrollen for påføring av opplysninger om barnets vekt og lengde.

Fylles ut på helsestasjonen

Dato for måling av vekt/lengde:

dag	mnd

Barnets vekt (2 år):

--

g

Barnets lengde (2 år):

--

cm

Fødselsvekt:

--

g

Lengde ved fødsel:

--

cm

+

1. Dato for utfylling av skjema:

dag	mnd

+

2. Hvem fyller ut skjemaet? *Sett kun ett kryss her*

- | | |
|--------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Barnets mor | <input type="checkbox"/> Både far og mor |
| <input type="checkbox"/> Barnets far | <input type="checkbox"/> Annen omsorgsperson |

+

Spørsmål om barnets kosthold

Melk, morsmelk og yoghurt

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

For hver melketype settes ett kryss for hvor ofte, enten ganger pr. døgn eller ganger pr. uke og ett kryss for hvor mye pr. gang. Se mengdeangivelser i bildeheftet - bilde nr. 1 og 2. 100 ml = 1 dl. Morsmelk regnes ikke med her.

	Hvor ofte?					Hvor mye?					
	Ganger pr. døgn eller					Ganger pr. uke		Mengde (ml) pr. gang			
	1	2	3	4	5 el. flere	1-3	4-6	60 A	120 B	180 C	240 D
Aldri/sjeldnere enn hver uke											
Helmelk (søt og sur)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lettmelk (søt og sur)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skummet melk (søt og sur)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sjokolademelk, O'boy o.l. med skummet-, lett- eller helmelk...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Drikkeyoghurt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Morsmelkerstatning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Annen melk/melkeerstatning; ..	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

oppgi type.....

+

4. Får barnet morsmelk? *Sett kun ett kryss her*

- Ja ⇨ *Gå til spørsmål 6*
- Nei, barnet har aldri fått morsmelk ⇨ *Gå til spørsmål 6*
- Nei, men barnet har fått morsmelk tidligere ⇨ *Gå til spørsmål 5*

+

5. Hvor gammelt var barnet da det sluttet å få morsmelk? *Sett kun ett kryss her*

Uker								Måneder												
0	1	2	3	4	5	6	7	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

+

9. Hva slags væske tilsettes vanligvis grøten/vellingen ved tilberedning/koking?

Hvis det vanligvis brukes mer enn én type væske, settes flere kryss

Bruker ikke grøt/velling

Helmelk

+

Vann

Lettmelk

Morsmelk

Skummet melk

Morsmelkerstatning

Annet

10. Dersom barnet har fått Nestlé grøt eller Semper grøt daglig i en periode fra ett til to års alder, hvor mye spiste barnet da det spiste mest?

Sett ett kryss for ganger pr. dag og ett kryss for hvor mye pr. gang. Se mengdeangivelser i bildeheftet - bilde nr. 3.

	Ganger pr. dag				Mengde ferdig grøt (dl) pr. måltid					
	1	2	3	4 el. flere	½ A	1 B	1½ C	2 D	2½ E	3 F
Nestlé grøt eller Semper grøt.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Brød og pålegg

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

For hver brødtype settes ett kryss for antall skiver pr. dag.

(1/2 rundstykke = 1 skive)

	Antall skiver pr. dag										
	0	½	1	2	3	4	5	6	7	8	9 el. flere
Fint brød (loff, fine rundstykker o.l.).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Grovt og mellomgrovt brød (kneipp, grovbrød o.l.)..	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Knekkebrød, kavring o.l.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Sum skiver pr. dag = _____ x 7 = _____. = Sum pr.uke. Summen brukes i spørsmål 15.

12. Skjæres skorpen på brødsnivene til barnet vanligvis bort? Sett kun ett kryss her

Bruker ikke brødsnivene

Ja

+

Nei

13. Hva smører du vanligvis på brødet til barnet? Sett kun ett kryss her

Bruker ikke smør/margarin på brødet ⇨ Gå til spørsmål 15

Smør (meierismør)

Bremykt, Smøregod

Brelett

Fast margarin (Per, Melange o.l.)

Myk margarin (Soft, Soya o.l.)

Vita

+

Lettmargarin (Soft light, Vita lett o.l.)

Annen margarin

14. Hvor mye smører du vanligvis på brødet til barnet? *Se mengdeangivelse i bildeheftet - bilde nr. 5.*

Sett kun ett kryss her

- A. Skrapet lag
- B. Middels lag
- C. Godt dekket lag
- D. Tykt lag

+

15. Hvilke påleggstyper pleier barnet å spise?

For hver påleggstype settes ett kryss for antall brødskeer i løpet av en uke. Ta utgangspunkt i sum brødskeer pr. uke fra spørsmål 11.

+

+	Aldri/sjeldnere enn hver uke	På antall skiver pr. uke								
		½-1	2-3	4-5	6-7	8-14	15-21	22-28	29 el. flere	
	Brunost/prim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Lett/mager brunost/prim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Hvitost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Lett/mager hvitost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Smøreost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Lett/mager smøreost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Leverpostei	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Mager leverpostei	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Serelat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Kokt skinke, lettserelat o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Salami, fårepølse o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Makrell i tomat o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Kaviar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Egg (kokt, stekt, eggerøre)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Syltetøy, marmelade	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Lettsyltetøy, frysetøy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Honning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Sjokolade-, nøttepålegg o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Annet søtt pålegg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Peanøttsmør	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Salat med majones	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Frukt som pålegg (banan o.l.) ...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Grønnsaker som pålegg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Annet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

+

+

Middag, grønnsaker, desserter, godterier m.v. og frukt

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

For hver type middagsmat settes kun ett kryss for hvor ofte og ett kryss for hvor mye pr. gang
 Industriframstilt barnemat på glass regnes ikke med.

+

	Aldri/sjeldnere enn hver måned	Hvor ofte?					1-3	Hvor mye?				
		Ganger pr. uke eller Ganger pr. mnd						Mengde pr. gang				
		1	2	3	4	5 el. flere		½	1	1½	2	
Kjøtt og kjøttretter:												
Grill-, wienerpølse.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kjøttpølse o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kjøttkaker, medisterkaker, kjøttpudding.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk/skive	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hamburgere, karbonader o.l.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kjøttsaus og andre kjøttdeigretter....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 6	A	B	C	D
Kjøtt av okse, lam, svin o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 6	A	B	C	D
Kylling, høne, kalkun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 6	A	B	C	D
Lapskaus, gryte med kjøtt/- grønnsaker/poteter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 6	A	B	C	D
Fisk og fiskemat:									A	B	C	D
Fiskeboller, fiskekaker, fiskepudding	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk/skive	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fiskepinner o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	1	2	3	4
Torsk, sei, annen hvit fisk.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 7	A	B	C	D
Ørret, laks, makrell, sild	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 7	A	B	C	D
Annen middagsmat:									A	B	C	D
Tomatsuppe, annen suppe.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pannekaker.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	½	1	2	3
Risgrøt.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 10	A	B	C	D
Pizza (1 bit = 1/8 Pizza Grandiosa) ...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bit	½	1	2	3
Saus og annet:									1	2	3	4
Brun saus, hvit saus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Smeltet margarin, smør	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	1	2	3	4
Ketchup	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	½	1	1½	2
Hamburger-, pølsebrød, lomper.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	½	1	1½	2
Annen middagsmat;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					

oppgi type.....

20. Hvor ofte og hvor mye is, kaker, godterier m.v. pleier barnet å spise ? **+**

For hver matvaretype settes kun ett kryss for hvor ofte og ett kryss for hvor mye pr. gang.

	Aldri/sjeldnere enn hver måned	Hvor ofte?					Hvor mye?				
		Ganger pr. uke eller Ganger pr. måned					Mengde pr. gang				
+		1	2	3	4 5 el. flere	1-3		A	B	C	D
Is - fløteis (1 pinne = mengde C).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde16	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								$\frac{1}{2}$	1		
Is - saftis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	pinne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
								A	B	C	D
Puddinger, gelè, fromasj.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde16	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	1	2
Boller, skolebrød o.l.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	1	2
Kaker (sjokoladecake, formkake o.l.)...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	1	1½
Vafler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	plate	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								$\frac{1}{2}$	1	2	3
Søte kjeks (Mariekjeks, fylte kjeks o.l.)...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								$\frac{1}{2}$	1	2	3
Smørbrødkjeks (havrekjeks o.l.).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								2	4	6	8
Sjokolade.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								2	4	6	8
Smågodt, seigmenn o.l.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{4}$	1
Pastiller, drops	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	eske	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								$\frac{1}{2}$	1	1½	2
Potetgull o.l.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	liten kopp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

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

For hver type frukt/bær settes kun ett kryss for hvor ofte og ett kryss for hvor mye pr. gang. Frukt og bær som pålegg til brødsiver og fra industriframstilt barnemat på glass regnes ikke med.

	Aldri/sjeldnere enn hver uke	Hvor ofte?				Hvor mye?					
		Ganger pr. dag eller Ganger pr. uke				Mengde pr. gang					
+		1	2	3 el. flere	1-3	4-6		A	B	C	D
Hjemmelaget mos av frukt og bær.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								2	4	6	8
Appelsin, clementin o.l.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	båter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{4}$	1
Banan.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{4}$	1
Eple, pære.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								3	6	9	12
Druer.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{4}$	1
Annen frukt (kiwi, fersken o.l.).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{4}$	1
Rosiner (1 eske = 45 g).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	eske	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
								1	2	3	4
Bær (friske, frosne)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ss	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vann, saft, juice o.l.

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

+ For hver drikk settes kun ett kryss for hvor ofte og ett kryss for hvor mye pr. gang. Se mengdeangivelser i bildeheftet - bilde nr. 1 og 2.

	Aldri/sjeldnere enn hver uke	Hvor ofte?					Hvor mye?					
		Ganger pr. døgn eller Ganger pr. uke					Mengde pr. gang					
		1	2	3	4	5 el. flere	1-3	4-6	A	B	C	D
Vann	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Barnesaft på glass/flaske.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Saft, sukret (husholdningssaft o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Saft, kunstig søtet (Kvick up, Fun light o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Juice	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nektar (eplenektar o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nypeekstrakt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Urtete.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Brus/mineralvann med sukker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Brus/kunstig søtet mineralvann (lett-brus)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Andre spørsmål om kostholdet

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

Ja

Nei → *Gå til spørsmål 25*

+

24. Hvilke matvarer/ingredienser i matvarer unngår du å gi barnet? *Her kan du sette flere kryss*

Hvete

Fisk

Egg

Havre

Nøtter

Soya

Rug

Erter

Matvarer med tilsetningsstoffer

Bygg

Morsmelkerstatning

Annet

Appelsin/appelsinjuice

Vanlig melk

+

25. Har barnet problemer i forhold til spising/mat?

Ja

Nei → *Gå til spørsmål 27*

26. Hvilke problemer har barnet i forhold til spising/mat? *Her kan du sette flere kryss*

Allergi/intoleranse mot enkelte matvarer

Dårlig matlyst/småspist

Liker få matvarer

Vanskelig med tilvenning til familiens kosthold

Andre problemer;

oppgi hvilke:

+

+

Tran, vitamin- og mineraltilskudd

27. Får barnet tran eller annet vitamin- og mineraltilskudd?

- Ja
 Nei, men barnet har fått tran/vitamin-/mineraltilskudd tidligere → *Gå til spørsmål 29*
 Nei, barnet har aldri fått tran/vitamin-/mineraltilskudd → *Gå til spørsmål 30*

+

+

28. Hvor ofte og hvor mye tran eller annet vitamin-/mineraltilskudd pleier barnet å få?

For hver type tran/vitamin-/mineraltilskudd settes kun ett kryss for hvor ofte og ett kryss for hvor mye pr. gang. Mengden 3 ml tilsvarer liten teskje og 5 ml stor teskje.

	Aldri/sjeldnere enn hver uke	Hvor ofte?				Hvor mye?					
		Ganger pr. dag		eller 3 el. flere	Ganger pr. uke		Mengde pr. gang				
		1	2		1-3	4-6	1ts 3ml	1ts 5ml	1bs 7ml	1ss 10ml	
Tran.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Biovit.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sanasol.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Floradix.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Multivitaminer for barn.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kalktabletter.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andre vitamin-/mineraltilskudd.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
oppgi type:.....											

29. Hvilke av følgende vitamin-/mineraltilskudd(tran inkludert) har barnet fått de første 2 årene?

Sett kryss ved alle alderstrinnene barnet har fått tran/vitamin-/mineraltilskudd

+

+

	Barnets alder (måneder)						
	1	3	6	9	12	18	24
Tran.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Biovit.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sanasol.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Floradix.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Collett spedbarnsvitaminer.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Multivitaminer for barn.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kalktabletter.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andre vitamin-/mineraltilskudd.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
oppgi type:.....							

Informasjon om kosthold og ernæring

30. Hvor har du fått informasjon om kosthold og ernæring til barnet fra ett- til to-årsalder, og hvordan vurderer du denne informasjonen?

Sett ett kryss i hver linje

	Svært nyttig	Nyttig	Lite nyttig	Unyttig	Ikke fått informasjon
Helsestasjonen.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Helsepersonell utenfor helsestasjonen.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Homøopat.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Familie/kjente.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Brosjyren: «Mat for spedbarn».....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andre brosjyrer.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bøker/oppslagsverk.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aviser/TV/Ukeblad.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reklamemateriell.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dagligvarebutikken.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Annet.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

+

31. Ønsker du mer informasjon om kosthold hos småbarn? *Sett kun ett kryss her*

+

- Ja
- Nei → *Gå til spørsmål 33*
- Vet ikke → *Gå til spørsmål 33*
-

32. Hvilke tema(er) er det du særlig ønsker mer informasjon om i forhold til kosthold og ernæring nå når barnet er ca. 2 år gammelt? *Her kan du sette flere kryss*

- Tilvenning til familiens kosthold
- Generelt om et sunt og variert kosthold til barnet
- Matvareallergi/-intoleranse
- Tran/vitamin-/mineraltilskudd
- Andre tema;

+

oppgi hvilke:

+

Bakgrunnsspørsmål

33. Når ble barnet født i forhold til ultralydstermin?

- I 38. svangerskapsuke eller senere
- Før 38. svangerskapsuke
-

34. Hvor mange barn har mor født?

- 1 barn
- 2 barn
- 3 barn
- 4 barn eller flere

+

35. Hvem har tilsyn med/passer barnet vanligvis på dagtid (hverdager)? *Her kan du sette flere kryss*

- | | |
|-----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Mor | <input type="checkbox"/> Barnehage |
| <input type="checkbox"/> Far | <input type="checkbox"/> Barnepark |
| <input type="checkbox"/> Dagmamma | <input type="checkbox"/> Besteforeldre eller annen omsorgsperson |
-

+

36. Hvilken utdanning har barnets mor og far?

Sett ett kryss for høyeste fullførte utdanning hos mor og ett kryss for høyeste fullførte utdanning hos far (må ikke fylles ut for faren)

	Barnets mor	Barnets far	
9-årig skole eller kortere	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Grunnkurs/ett-årig utdanning utover 9-årig skole.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Videregående skole/gymnas/yrkesskole	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Fagbrev	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	+
Høyskole- eller universitetsutdanning på 4 år eller mindre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Høyskole- eller universitetsutdanning på mer enn 4 år.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Annet.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

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

Sykemeldinger i forbindelse med svangerskapet skal ikke regnes med. Dersom flere alternativer passer, kryss av for det alternativet som passer best. Sett ett kryss for arbeidssituasjon før fødsel og ett kryss for arbeidssituasjon nå.

	Før	Nå		
Utearbeidende heltid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Utearbeidende deltid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Hjemmearbeidende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
+	Sykemeldt.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Permisjon.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Uføretrygdet.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Under attføring.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Student/skoleelev.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Arbeidsledig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Annet.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		

38. Hvordan er mors familiesituasjon? Sett kun ett kryss her

- Gift/samboer med barnets far
 Bor alene med barnet/barna
 Annet

+

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

Her kan du sette flere kryss

- Nei
 Mor har/har hatt astma/allergi
 Far har/har hatt astma/allergi
 Barnets søsken har/ har hatt astma/allergi

+

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

Skjemaet returneres i vedlagte svarkonvolutt. NB!Skjemaet må ikke brettes.

EKSEMPLER PÅ UTFYLNING AV ENKELTE SPØRSMÅL

Spørsmål 11 - om brød

Anders spiser vanligvis 4 skiver brød og ett knekkebrød pr. dag. Han spiser vanligvis kneippbrød på hverdagene og loff på lørdager og søndager. Spørsmål 11 fylles ut slik:

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

For hver brødtype settes ett kryss for antall skiver pr. dag.

(1/2 rundstykke = 1 skive)

	Antall skiver pr. dag										
	0	1/2	1	2	3	4	5	6	7	8	9 el. flere
Fint brød (loff, fine rundstykker o.l.).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Grovt og mellomgrovt brød (kneipp, grovbrød o.l.).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Knekkebrød, kavring o.l.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Sum skiver pr. dag = 5 x 7 = 35 = Sum pr. uke. Summen brukes i spørsmål 15.

Spørsmål 15 - om pålegg

Anders spiser tilsammen 35 skiver brød i løpet av en uke. Vanligvis bruker han brunost, leverpostei, makrell i tomat og syltetøy som pålegg. I helgene spiser han også kokt egg. Han bruker alltid brunost på knekkebrødet og på ca. 1 brødskeiv daglig (til 14 skiver/uke). Han bruker leverpostei på ca. 1 skive daglig (til 7 skiver/uke). Makrell i tomat bruker han på ca. 5 skiver pr. uke. Egg bruker han på ca. 4 skiver pr. uke. Syltetøy bruker han på ca. 5 skiver pr. uke. Tilsammen blir dette pålegg til ca. 35 brødskeiver. Spørsmål 15 fylles ut slik:

15. Hvilke påleggstyper pleier barnet å spise?

For hver påleggstype settes ett kryss for antall brødskeiver i løpet av en uke. Ta utgangspunkt i sum brødskeiver pr. uke fra spørsmål 11.

	På antall skiver pr. uke								
	Aldri/sjeldnere enn hver uke	1/2-1	2-3	4-5	6-7	8-14	15-21	22-28	29 el. flere
Brunost/prim.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leverpostei.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Makrell i tomat o.l.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Egg (kokt, stekt, eggerøre).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Syltetøy, marmelade.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Spørsmål 16 - om middag

Anders spiser vanligvis 1 pølse til middag 2 ganger i måneden. Han spiser aldri hamburgere eller karbonader. Han spiser suppe 2 ganger i uken, og den mengden han spiser er omtrent så stor som mengde C på bilde 8 i bildeheftet. (I dette eksemplet er det bare valgt ut *noen* av middagsrettene Anders spiser). Spørsmål 16 fylles ut slik:

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

For hver type middagsmat settes kun ett kryss for hvor ofte **og** ett kryss for hvor mye pr. gang.

Industriframstilt barnemat på glass regnes ikke med.

	Hvor ofte?					Hvor mye?					
	Aldri/sjeldnere enn hver måned	Ganger pr. uke eller Ganger pr. mnd					Mengde pr. gang				
		1	2	3	4	5 el. flere	1-3	1/2	1	1 1/2	2
Grill-, wienerpølse.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hamburgere, karbonader o.l.....	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	stk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tomatsuppe, annen suppe.....	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	bilde 8	A	B	C	D