

Undersøkelse om kosthold i barnehager

Med spesielt fokus på frukt og grønt

November 2016

Prosjektnummer 16101725

Innhold

1

Om barnehagene 6

2

Hva serveres og hva spiser barna 11

3

Frukt og grønnsaker spesielt 21

4

Rangering av drivere for et sunt mat- og måltidstilbud i barnehagene 24

5

Informasjon og opplæring 26

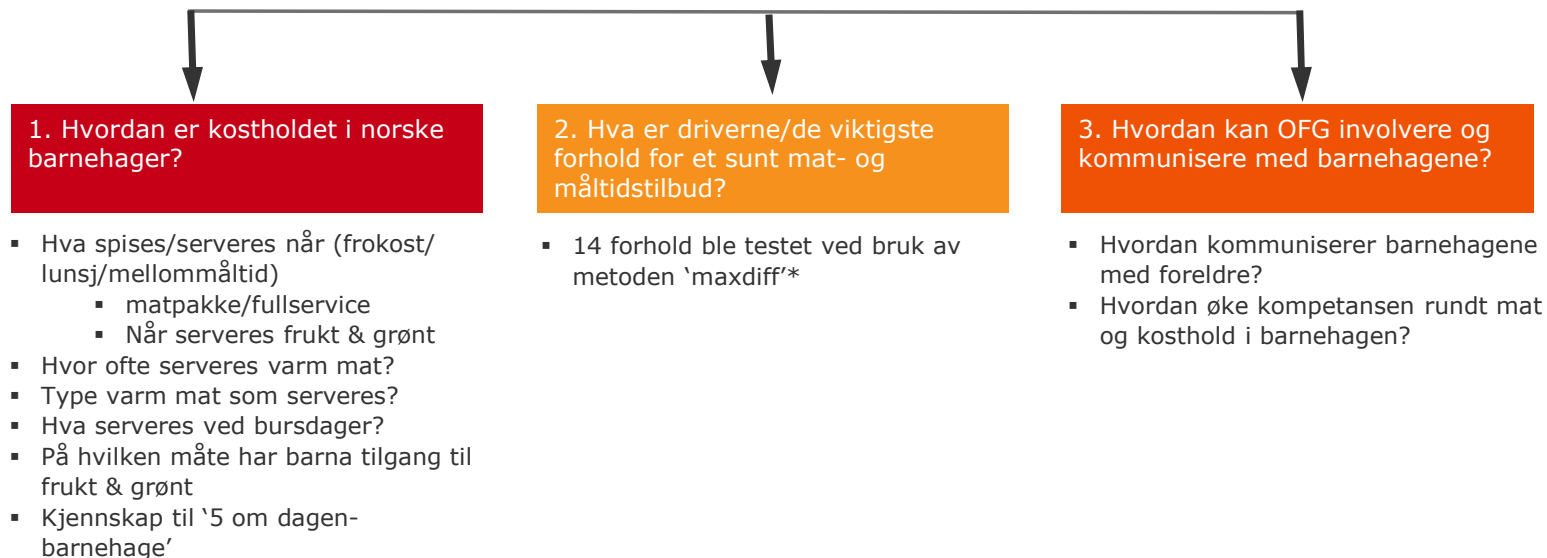
6

Oppsummering og innsikt 31

Bakgrunn og formål

OGF gjør en systematisk innsats mot barnehager under konseptet '5 om dagen-barnehage'. I 2015 ble det gjennomført en undersøkelse blant medlemmer i '5 om dagen-barnehage' som dokumenterte en positiv sammenheng mellom høyt forbruk av frukt & grønt og engasjement til konseptet.

Nå ønsket OFG å gjennomføre en undersøkelse for å kartlegge kostholdet i norske barnehager generelt og med spesielt fokus på frukt & grønt både for de som er med på '5 om dagen-barnehage' og de som ikke er med i ordningen.



* Maximun Difference Scaling

Gjennomføring

Metode:

Undersøkelsen ble gjennomført som en online/web basert undersøkelse.

Utvalg:

Kantar TNS mottok lister over barnehager fra Utdanningsdirektoratet. Etter ønske fra OFG ble barnehager i Buskerud og Vestfold tatt ut. Listene ble deretter 'kjørt' mot liste over '5 om dagen-barnehage' mottatt fra OFG og 'medlemmer' ble merket.

Vi satt da igjen med følgende bruttoutvalg:

- Totalt 4986 barnehager, hvorav 1397 registrert som '5 om dagen-barnehage'

Fra dette utvalget ble det trukket et tilfeldig utvalg på 2430 barnehager.

Totalt besvarte 551 undersøkelsen (297 registrert som '5 om dagen-barnehage' og 254 ikke registret som '5 om dagen-barnehage')

Svarprosent totalt: 23%

Feltperiode:

3. – 11. november 2016

Det ble gjennomført en puring

Ansvarlig for undersøkelsen hos Kantar TNS:

Mari Thorshaug

Epost: mari.thorshaug@tns-gallup.no

Mobil: 99268377

Utvalget

Antall intervju	551
	%
Stilling:	
Styrer	91
Leder	3
Nestleder	1
Pedagogisk leder	2
Kokk/ansvarlig for mat/måltidene	3
Antall barn:	
Under 10 barn	3
10-19 barn	8
20-29 barn	11
30-49 barn	23
50-69 barn	31
70-99 barn	16
100 barn +	8
Tilknyttet barnehagekjede:	
Ja	13
Nei	87
Privat/kommunal:	
Privat barnehage	52
Kommunal barnehage	48
Hovedansvarlig for matlagning:	
Egen kokk	13
En av de ansatte	10
Går på rundgang	71
Andre	6

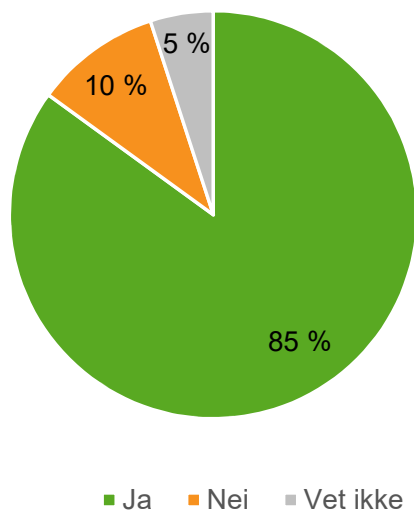
76% av barnehagene tillater
Opplysningskontoret for frukt og
grønt å ta kontakt med
barnehagen.

1

Om barnehagene

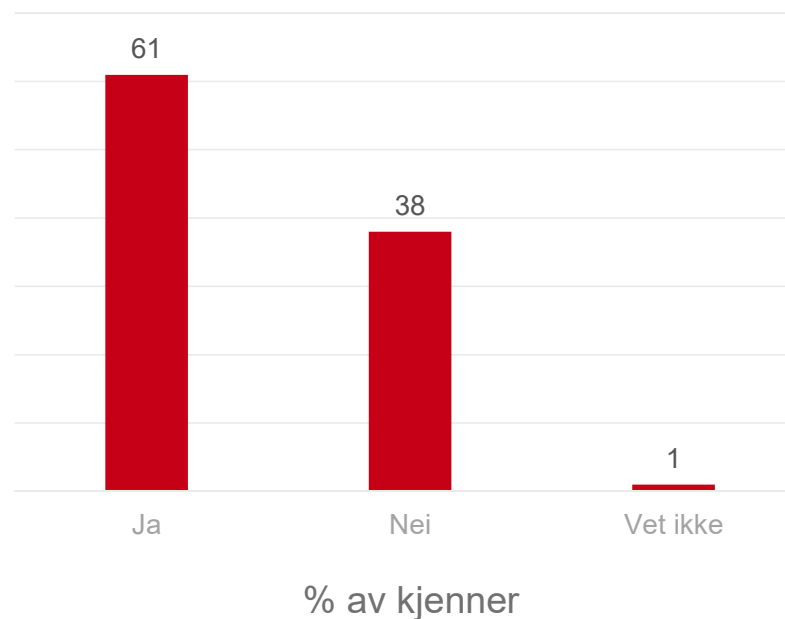
Et klart flertall kjenner til konseptet '5 om dagen-barnehage'. Av disse svarer 6 av 10 at barnehagen er en '5 om dagen-barnehage'. Dvs. at totalt er 52% av barnehagene med i ordningen.

Kjenner/hørt om '5 om dagen-barnehage'?



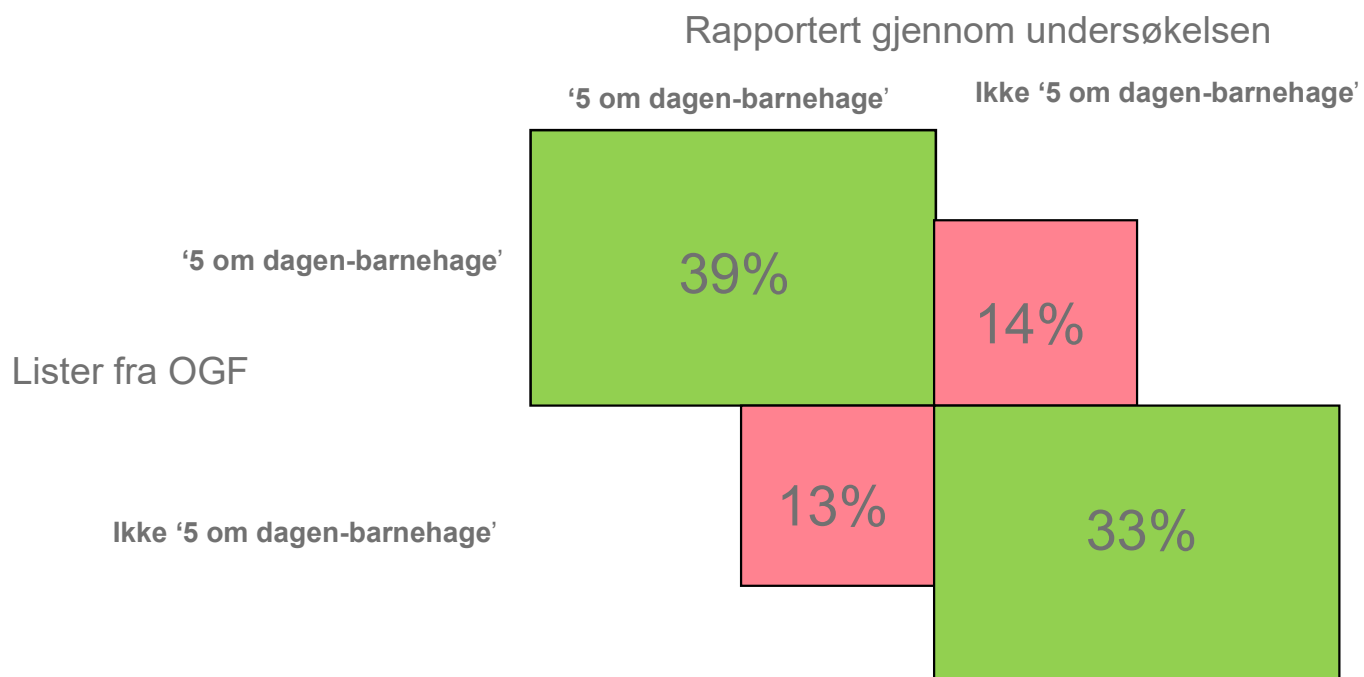
Er din barnehage en '5 om dagen-barnehage'?

Selvrapportert



Base: 551

Selvrappotering mot lister fra OFG

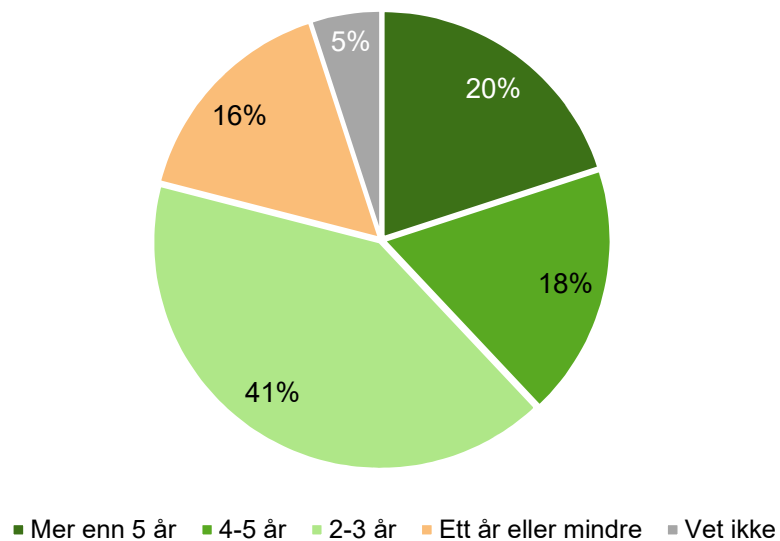


For 27% av barnehagene er det ikke overenstemmelse mellom selvrappotering og lister fra OFG.

Base: 551

Ca. 40% av barnehagene har vært en '5 om dagen-barnehage' i mer enn 4 år.

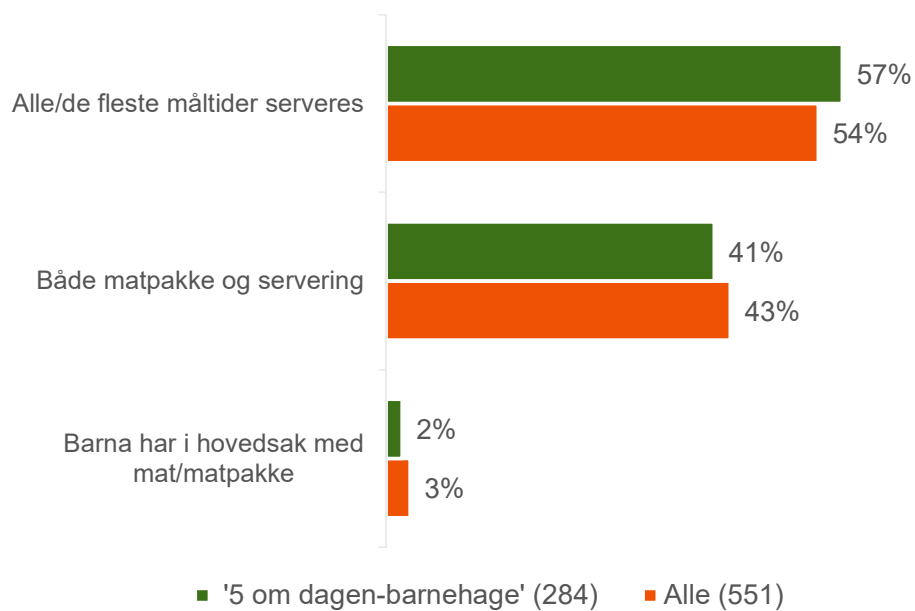
«Kjenner du til hvor lenge barnehagen har vært en '5 om dagen-barnehage'?



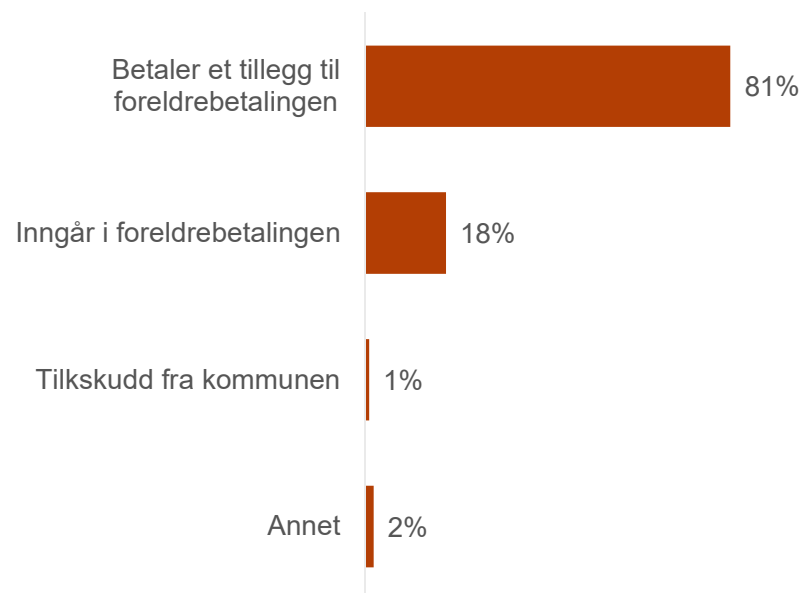
Base: 284

Kun 3% av barnehagene er rene 'matpakkebaserte', mens flertallet serverer alle/nesten alle måltider. Utgiftene til mat dekkes av et tillegg til foreldrebetalingen.

«Hvilke av følgende beskrivelser passer best for din barnehage?»



«Hvordan dekkes utgiftene til mat og drikke i barnehagen?»



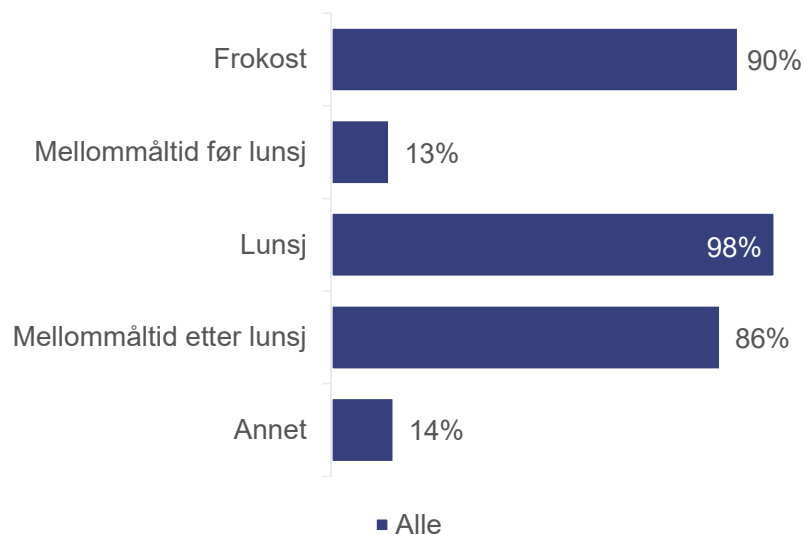
Det er ingen forskjeller mellom undergrupper.

2

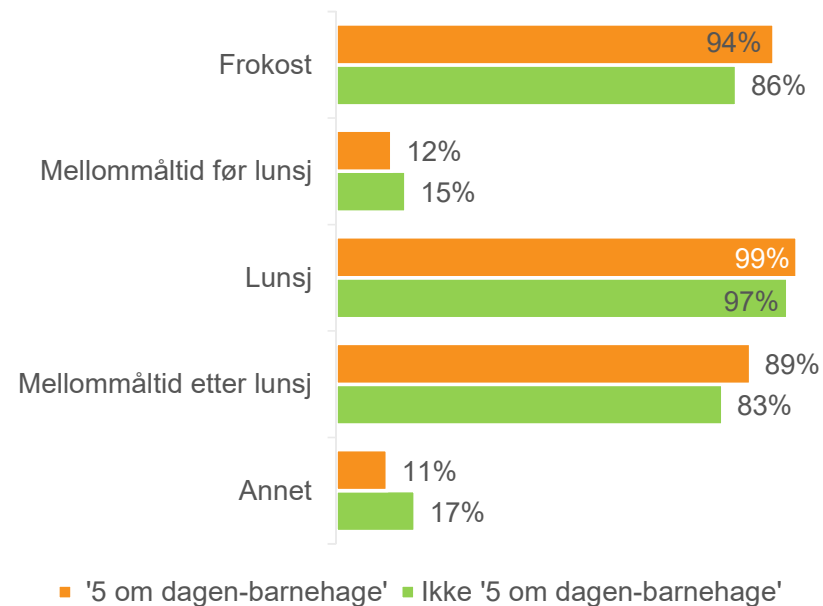
Hva serveres og hva spiser barna

Hovedtyngden av barnehagene serverer tre måltider per dag, - frokost, lunsj og et mellommåltid etter lunsj.

«Hvilke måltider har barna mulighet for å spise i barnehagen?»



'5 om dagen-barnehage' serverer i noe større grad frokost og mellommåltid etter lunsj.



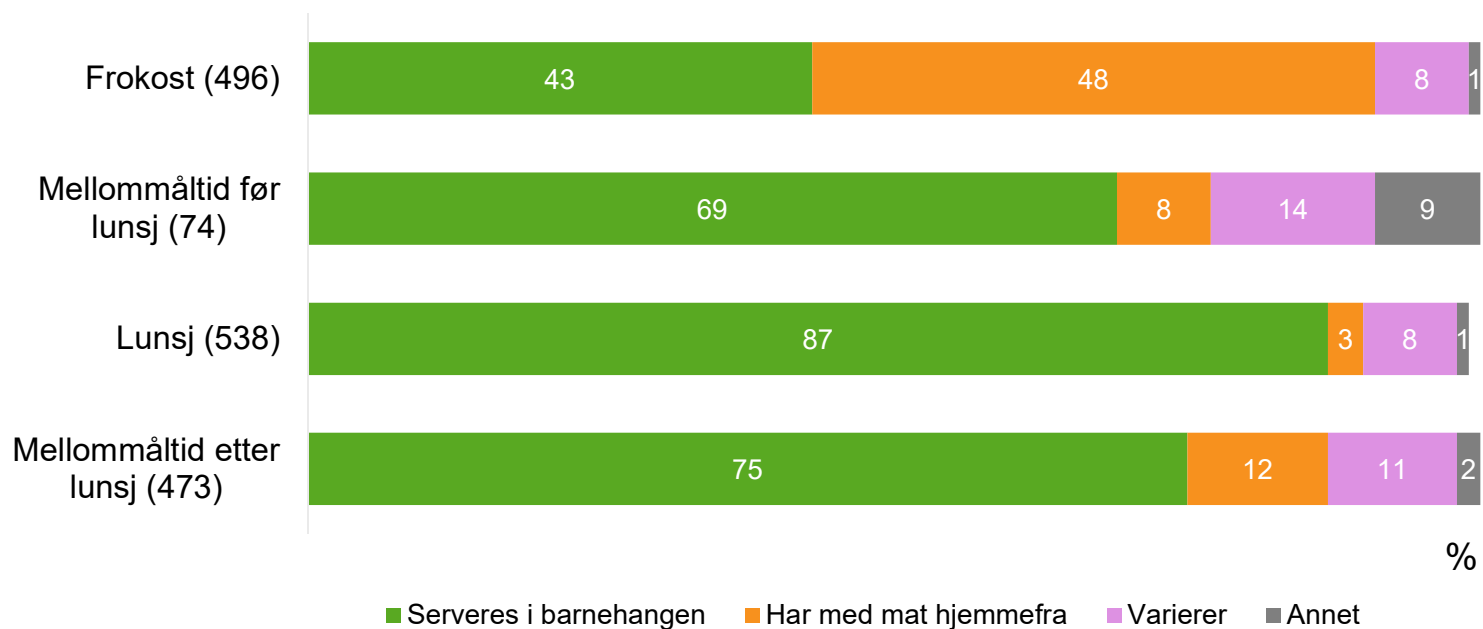
Base: 551

Under 'annet' nevner flere et fruktmåltid.

Base: 284/267

Alle måltider, med unntak av frokost, serveres hovedsakelig av barnehagen.
- Det er her ingen forskjeller mellom '5 om dagen-barnehager' og ikke '5 om dagen barnehager'.

«Serverer barnehagen ... eller har barna selv med seg mat hjemmefra?»

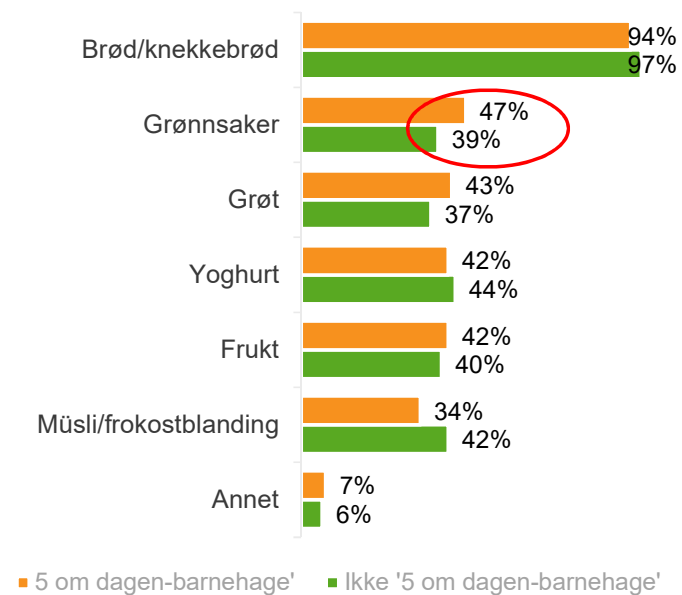


Frokost er i hovedsak et brødbasert måltid. Grønnsaker serveres i større grad i '5 om dagen-barnehagene'.

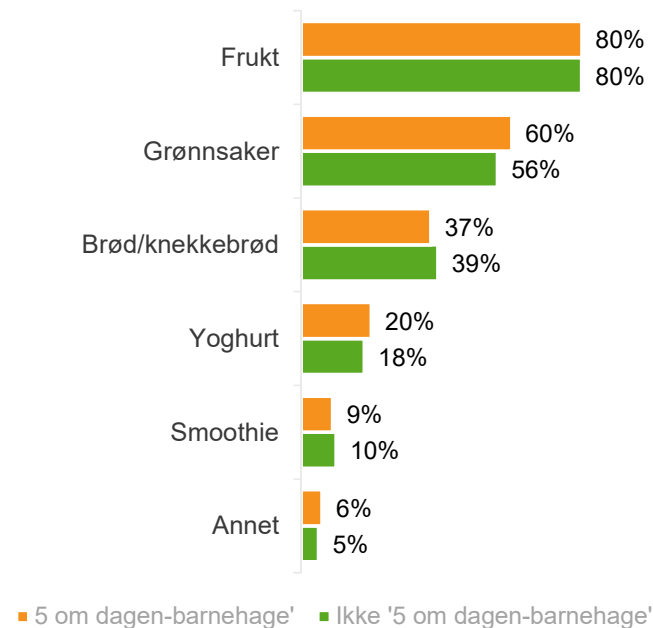
Mellommåltid før lunsj er i hovedsak basert på frukt og grønnsaker.

«Hva spiser barna normalt til ...?»

Frokost (n= 496)



Mellommåltid før lunsj (n= 74)

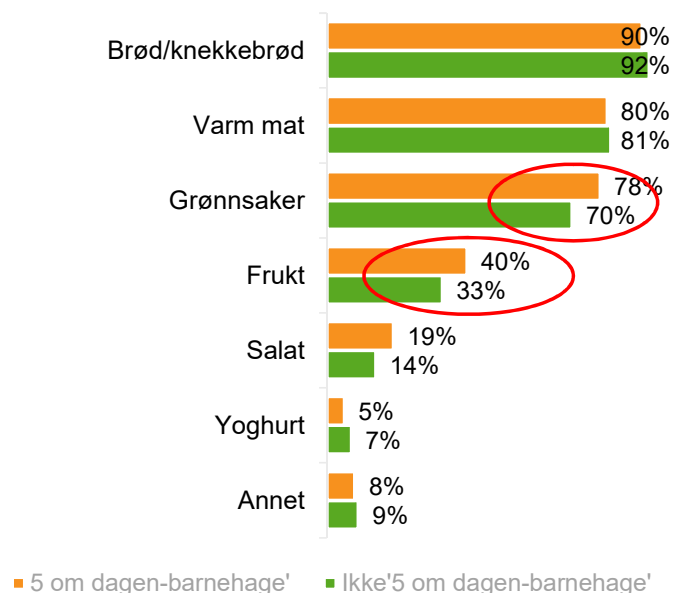


Lunsj er et måltid hvor det enkelte dager serveres brødmat og andre dager varm mat. Grønnsaker og frukt serveres i større grad i '5 om dagen-barnehage' enn i andre barnehager. **Mellommåltid etter lunsj** er i hovedsak frukt/grønnsaksbasert og/eller et brødmåltid. Grønnsaker og smoothie serveres i større grad i '5 om dagen-barnehage'.

«Hva spiser barna normalt til ...?»

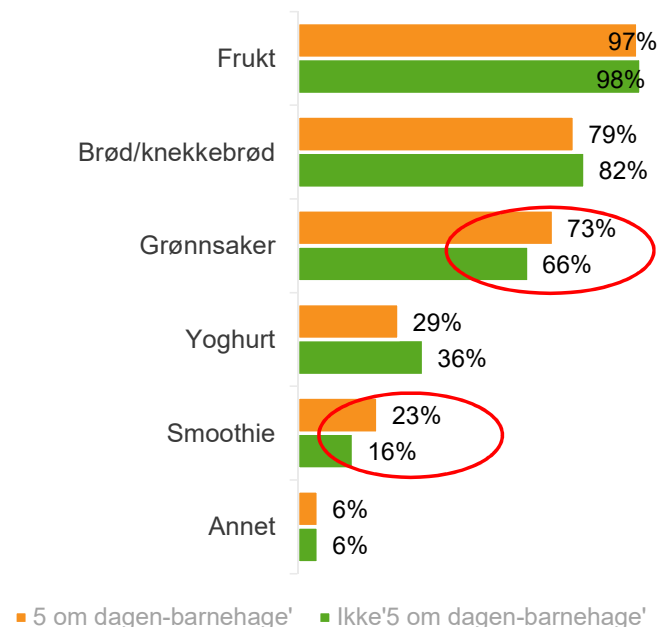
Lunsj

(n= 538)



Mellommåltid etter lunsj

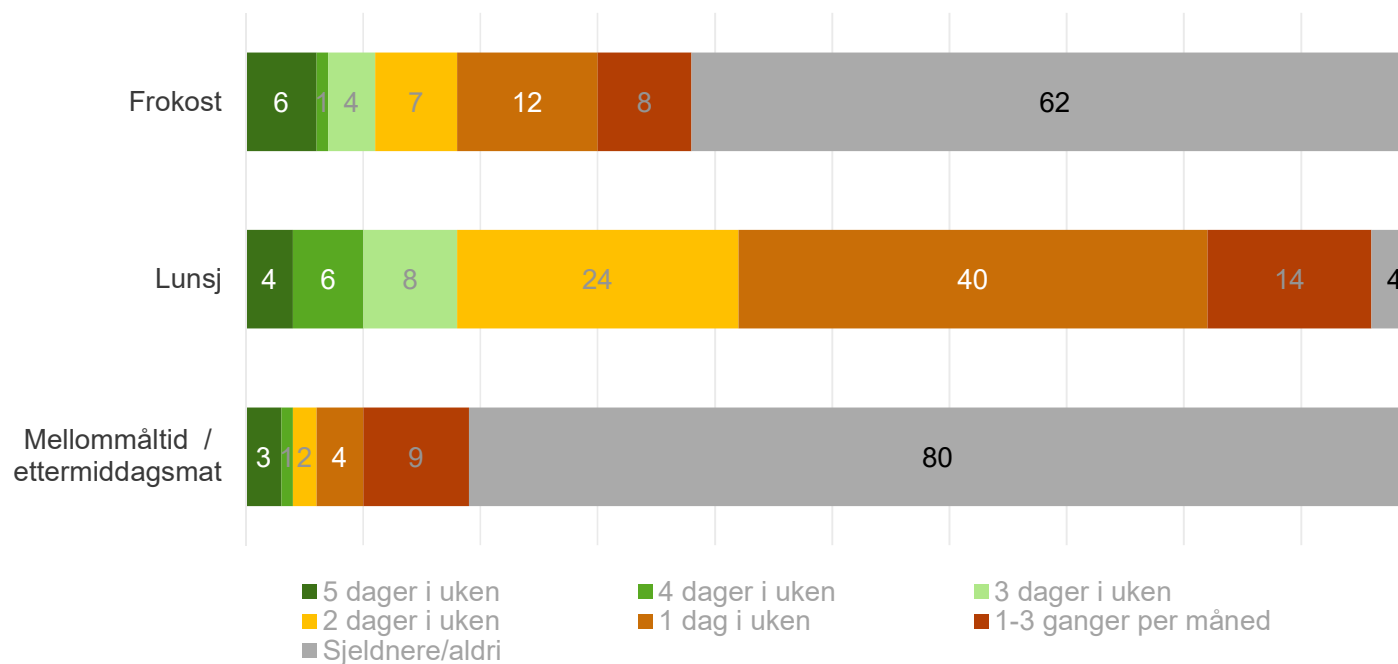
(n= 473)



Det er spesielt til lunsj at barnehagene serverer varm mat, og 42% serverer varm mat hyppigere enn en gang i uken.

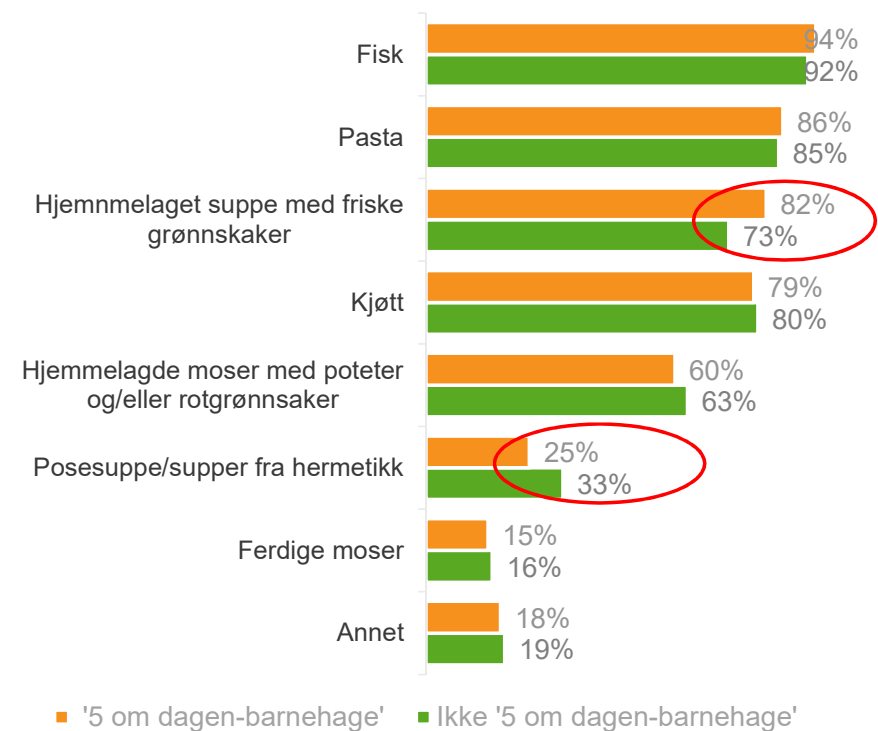
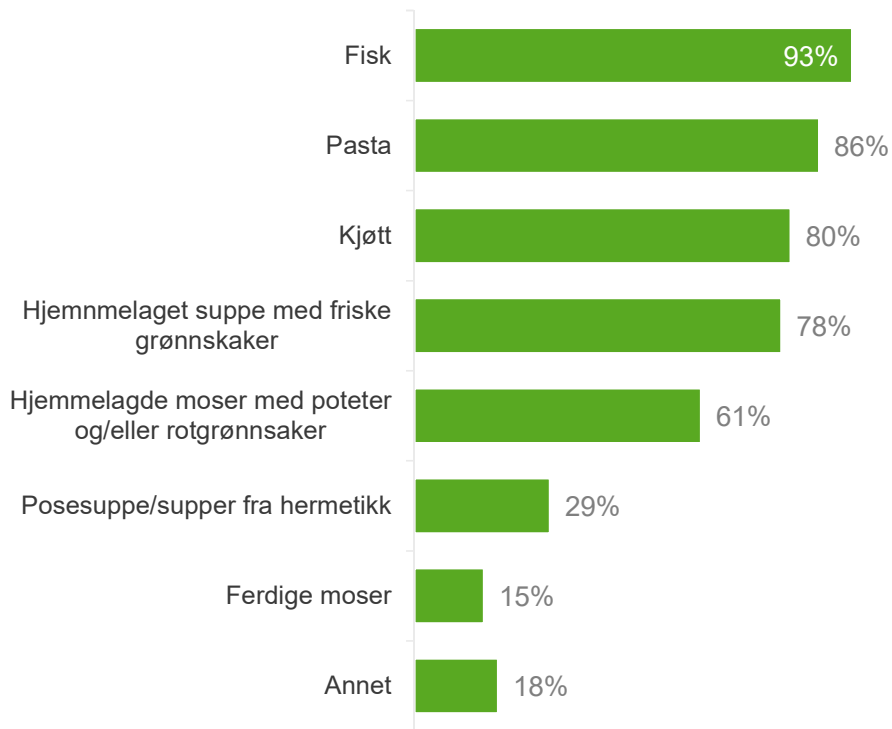
Det er ingen forskjeller mellom type barnehage

«Hvor ofte får barna servert varm mat til de følgende måltidene i barnehagen?»



Generelt serverer barnehagene i langt større grad hjemmelaget suppe og moser enn ferdiglagde. '5 om dagen-barnehage' serverer i større grad hjemmelaget suppe med friske grønnsaker enn barnehager som ikke er med i ordningen.

«Hva slags varm mat får barna servert i barnehagen?»



Base: 537

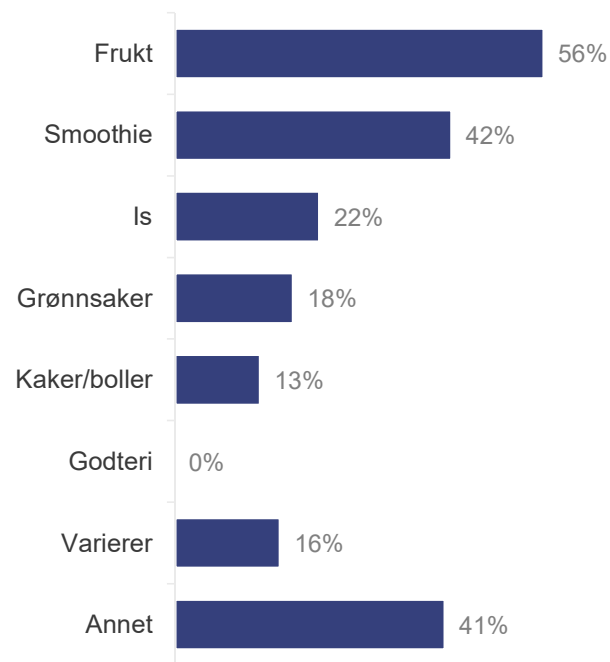
«Hva slags varm mat får barna servert i barnehagen?»

Annet:

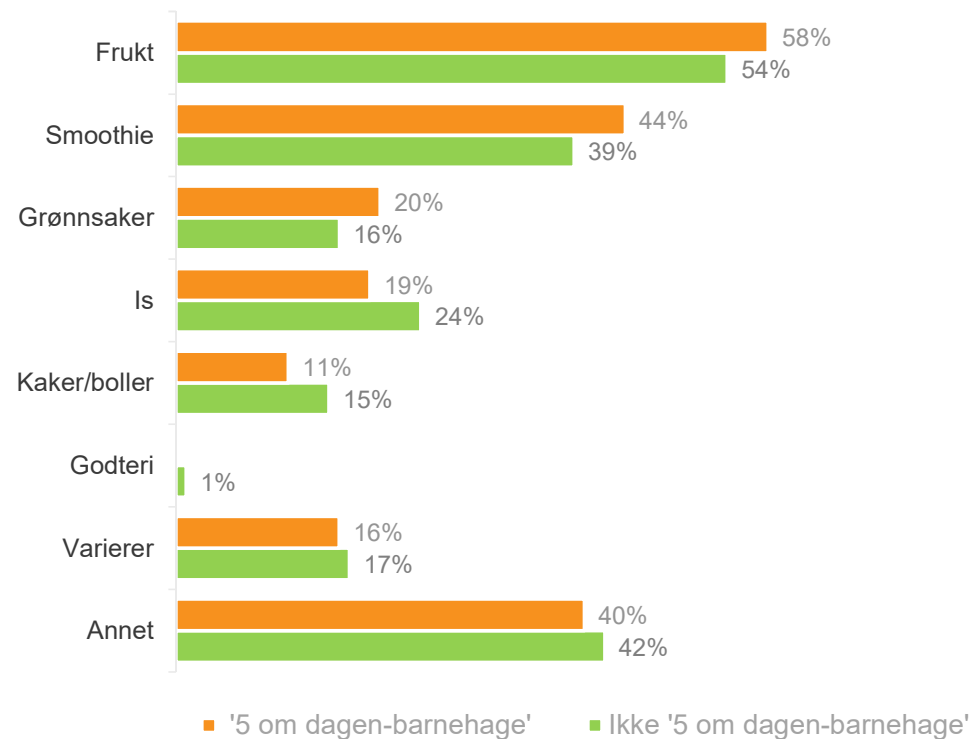


Barnehagene har totalt sett et sunt fokus ved feiring av bursdager, og '5 om dagen-barnehage' i noe større grad enn andre barnehager.

«Hva serveres når det feires bursdager i barnehagen?»



Base: 551



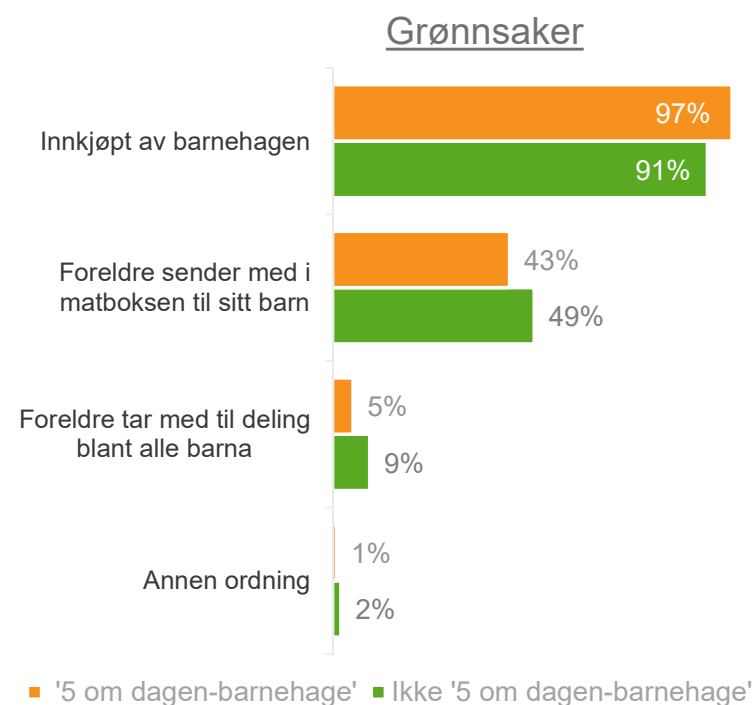
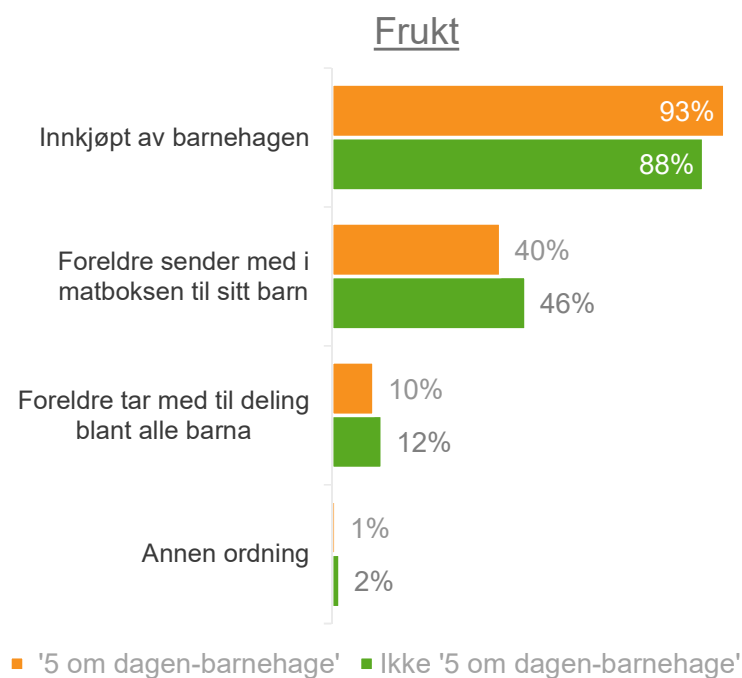
Base: 284/267

3

Frukt og grønnsaker spesielt

Det er i hovedsak barnehagene som kjøper inn frukt og grønnsaker til barnehagen. Dersom foreldre sender med frukt og grønnsaker, er det i hovedsak sitt eget barn.

«På hvilken måte har barn tilgang til frukt/grønnsaker i løpet av barnehagedagen?»

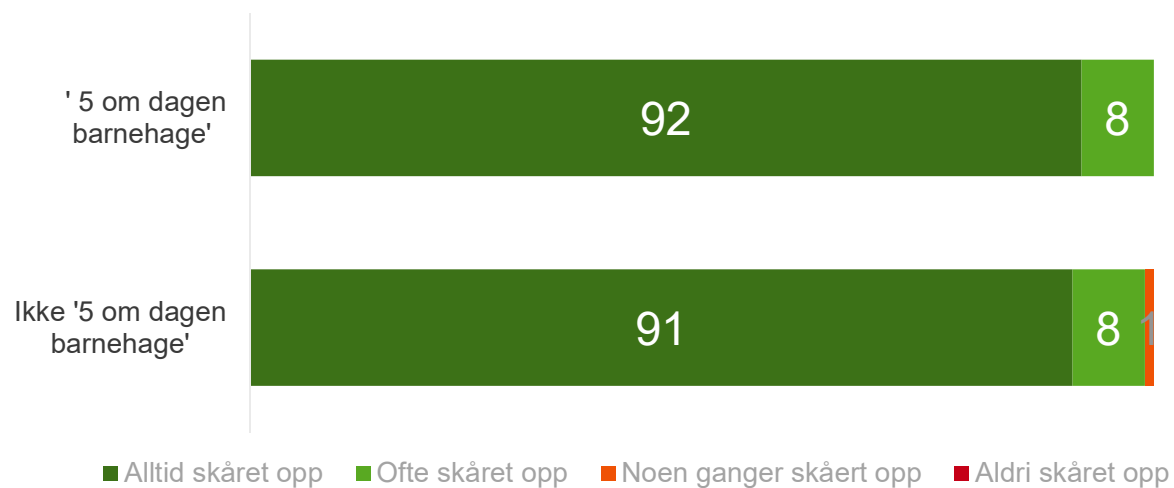


Base: 284/267

Frukt og grønnsaker skjæres i hovedsak alltid opp i barnehagen.

«Når det serveres frukt og/eller grønnsaker til barna, i hvilken grad skjærer de ansatte opp frukten og grønnsakene for barna?»

Frukt/grønnsaker blir ...



Base: 284/267

4

Rangering av driverne for et sunt mat- og måltidstilbud i barnehagen

De viktigste enkeltdriverne for et sunt mat- og måltidstilbud er barnehagens holdninger til og de ansattes kunnskap om mat og kosthold.

Rangering av alle driverne etter viktighet



- **Holdninger og kunnskap** er avgjørende for et sunt mat- og måltidstilbud i barnehagen. Dette synes å være selve fundamentet.
- **Involvering av foreldre og barn** har også en positiv betydning for et sunt mat- og måltidstilbud.
- **Praktisk forhold** som utstyr, oppskrifter og ressurser synes å ha mindre betydning, men vil kunne bidra positivt hvis kunnskap og holdninger er tilstede.
- Det er ingen forskjeller i rangering av drivere mellom barnehager som er en '5 om dagen-barnehage' og barnehager som ikke er det.
- I barnehager hvor en kokk har hovedansvaret for maten, blir **'egen kokk'** rangert som den 3. viktigste driveren med en verdi på 82.

5

Informasjon og opplæring

Informasjon i posthylle/kleshylle samt regelmessige nyhetsbrev er hovedkanalen for informasjon. Mer moderne informasjonskanaler som app'er og facebookgrupper har fått en viss utbredelse.

«Hvordan informerer/kommuniserer barnehagen i dag med foreldrene?»

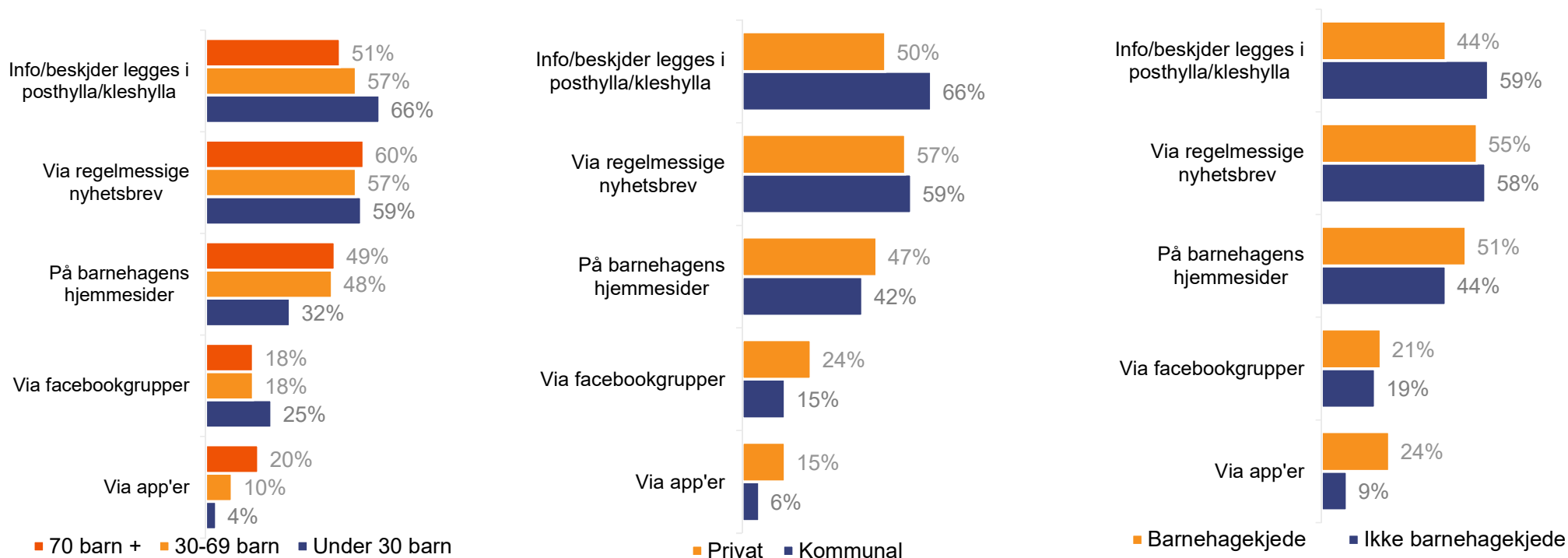


Under annet ble spesielt nevnt:

- epost/mail
- sms
- Oppslagstavle
- Daglig kontakt ved levering/henting
- MyKid

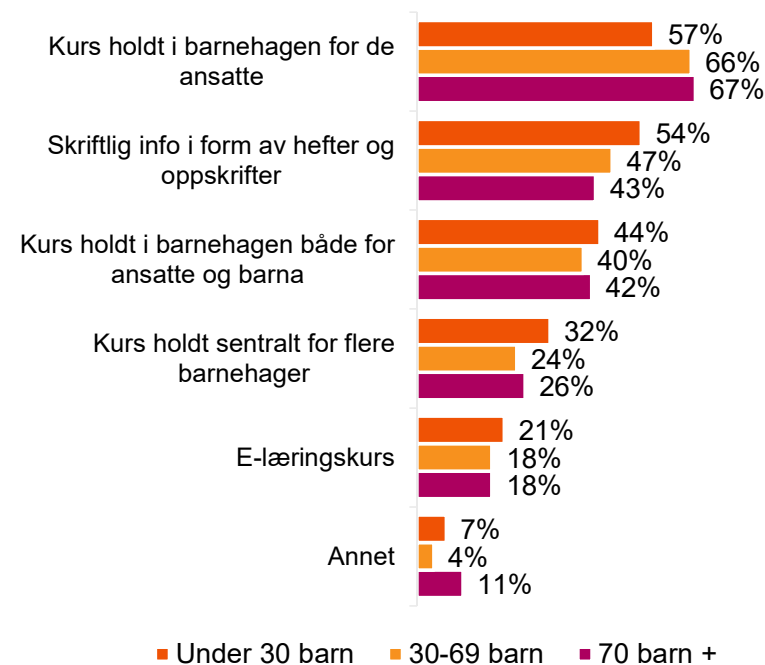
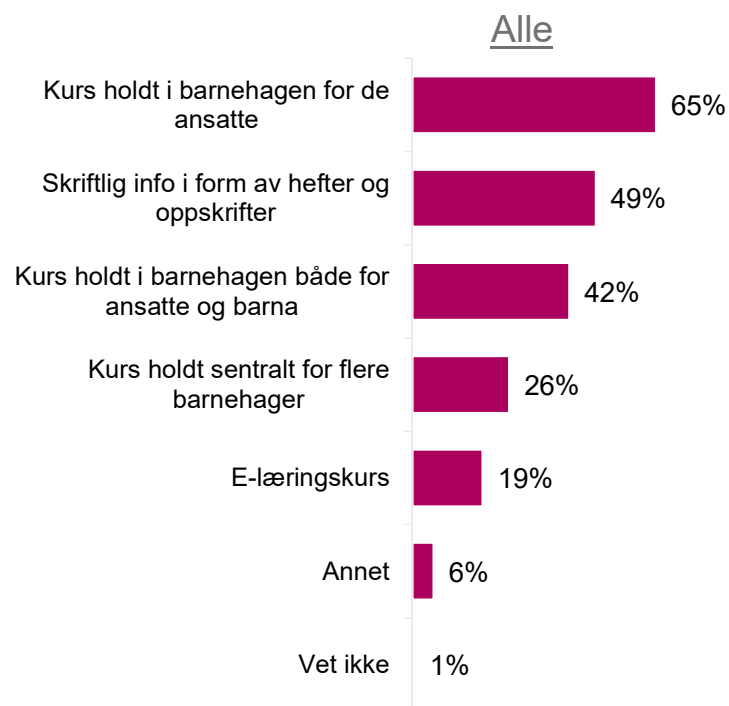
Private barnehager og barnehager som er tilknyttet en kjede har i større grad tatt i bruk 'moderne' informasjonskanaler som app'er og facebookgrupper som erstatning for posthylla/kleshylla.

«Hvordan informerer/kommuniserer barnehagen i dag med foreldrene?»



Kurs holdt i barnehagen for de ansatte oppfattes som den beste måten å øke kompetansen rundt mat og kosthold.

«Hvordan mener du at barnehagen på en best mulig måte kan øke kompetansen rundt mat og kosthold?»



«Det er Opplysningskontoret for frukt og grønt som er oppdragsgiver for denne undersøkelsen. Har barnehagen du jobber noen spesielle ønsker som Opplysningskontoret for frukt og grønt kan bidra med?»



6

Oppsummering og innsikt

Oppsummering (i)

- 85% kjenner til '5 om dagen-barnehage' og av disse er 60% en '5 om dagen-barnehage'. Dvs. at totalt rapporterer 52% av barnehagene at de er med i ordningen.
- For 27% av barnehagene er det ikke overenstemmelse mellom selvrapportering og lister fra OFG.
- I flertallet av barnehagene serveres det mat, - det er kun 3% som er rene 'matpakkebaserte'. Utgifter til mat dekkes av et tillegg til foreldrebetalingen.

Hva serveres og hva spiser barna

- Hovedtyngden av barnehagene serverer tre måltider per dag, - frokost, lunsj og et mellommåltid etter lunsj. '5 om dagen-barnehage' serverer i noe større grad frokost og mellommåltid etter lunsj.
- Alle måltider, men unntak av frokost, serveres hovedsakelig av barnehagen. I 47% av barnehagene har barna med frokost hjemmefra.
 - **Frokost:** Hovedsakelig et **brødbasert** måltid, hvor det i tillegg spises frukt og grønt samt grøt, yoghurt og frokostblanding.
 - Grønnsaker serveres i større grad i '5 om dagen-barnehagene' enn i andre barnehager
 - **Mellommåltid før lunsj:** Hovedsakelig et **frukt og grønnsaksbasert** måltid
 - Ingen forskjeller mellom '5 om dagen-barnehagene' og andre barnehager

Oppsummering (ii)

- **Lunsj:** Måltid hvor det enkelte dager serveres **brød** og andre dager **varm mat**. **Grønnsaker** serveres også vanligvis
 - Frukt og grønnsaker serveres i større grad i '5 om dagen-barnehagene' enn i andre barnehager
- **Mellommåltid etter lunsj:** Hovedsakelig et **fruktbasert** måltid, men brød og grønnsaker serveres i tillegg
 - Grønnsaker og smoothie serveres i større grad i '5 om dagen-barnehagene' enn i andre barnehager
- Det er spesielt til lunsj at barnehagene serverer varm mat.
- Som varm mat serverer barnehagene i større grad hjemmelaget suppe og moser enn ferdiglagde. '5 om dagen-barnehage' er flinkere til å lage hjemmelaget suppe med fersk grønnsaker enn andre barnehager.
- Barnehagene har totalt sett et sunt fokus ved feiring av bursdager og '5 om dagen-barnehage' i noe større grad enn andre barnehager. Mange barnehager har ikke fokus på mat ved feiring.

Totalt sett viser undersøkelsen at i en '5 om dagen-barnehage' spiser barna i større grad grønnsaker og frukt enn i andre barnehager.

Oppsummering (iii)

Frukt og grønnsaker spesielt

- Det er i hovedsak barnehagene som kjøper inn frukt og grønnsaker til barnehagene.
- Frukt og grønnsaker skjæres i hovedsak alltid opp i barnehagene.

Driverne for et sunt mat- og måltidstilbud i barnehagene

- Barnehagens holdninger og de ansattes kunnskap om mat og kosthold er de viktigste driverne for et sunt mat- og kostholdstilbud. Dette synes å være selve fundamentet.
- Involvering av foreldre og barn er også viktige drivere.
- I barnehager der de ansatte har positive holdninger til mat og et sunt kosthold, vil praktiske forhold som utstyr, oppskrifter osv. bidra positivt og gjøre det enklere å tilberede og servere sunne måltider.

Informasjon og opplæring

- Informasjon i posthulle/kleshulle samt regelmessige nyhetsbrev er i dag hovedkanalen for informasjon, men vi ser at mer moderne informasjonskanaler som app'er og facebookgrupper har fått en viss utbredelse. Spesielt i private barnehager og barnehager som er tilknyttet en kjede har disse til en viss grad erstattet posthylla.
- Kurs holdt i barnehagen for de ansatte oppfattes som den beste måten å øke kompetansen rundt mat og kosthold.

▪ Innsikt og muligheter

- Den viktigste oppgaven for OFG og konseptet '5 om dagen-barnehage' vil være å ha et kontinuerlig fokus på holdninger til og kunnskap om mat og et sunt kosthold i barnehagene. Da de fleste måltidene serveres av barnehagen, er det barnehagene som i stor grad definerer mattilbudet.
- Dette kan bl.a. gjøres ved å holde kurs i barnehagene samt kontinuerlig oppfølging og påminnelse. Å hjelpe de ansatte til å tenke kreativt rundt frukt og grønnsaker i en hektisk hverdag. Da det i barnehager generelt er stor turnover, vil det 'alltid' være ansatte som har behov for opplæring og informasjon. Det er viktig at informasjonen ikke stopper opp hos Styrer i barnehagen, men også når frem til de ansatte.
- Da foreldrenes holdninger samt foreldrenes dialog med barnehagen er viktig, bør OGF vurdere muligheten for å lage et opplegg som barnehagene kan bruke ovenfor foreldrene. Her må det tas hensyn til at digitale/sosiale informasjonskanaler har fått en viss utbredelse og dette vil forsterke seg i fremtiden. I denne sammenhengen vil det også være viktig at barnehagen går foran med et godt eksempel og serverer frukt og grønnsaker i foreldremøter o.l.
- Involvering av barna vil også bidra positivt.
- Det serveres i stor grad frukt og grønnsaker til de fleste måltider i norske barnehager. Det er imidlertid fremdeles et potensial for å øke dette. Spesielt synes frokost å være et måltid hvor frukt og grønnsaker i større grad kan serveres.