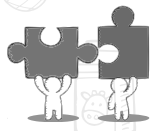


Zet VetLekker op de kaart!

Project 'Zet VetLekker op de Kaart!'



Stap 1 - Restaurant wordt aan een school gekoppeld.



Stap 2 - Kok en projectmedewerker(s) gaan naar de klas toe.



Stap 3 - Klas geeft input voor VetLekker Kindermenu.

Stap 4 - Kok bedenkt drie VetLekkere Kindermenu's. Eventueel in samenwerking met een culinair adviseur.

Stap 5 - Kinderen gaan naar restaurant en kiezen het winnend VetLekker Kindermenu. Dit menu staat minimaal één maand op de menu kaart.

Keuze voor gezonde kindermenu's

Kinderen willen wel gezond eten, als het maar leuk en lekker is! Denk aan groenten in stukjes of figuurtjes snijden en humor in de naamgeving, de presentatie op het bord en in het restaurant. Ook vinden kinderen het leuk om de herkomst te weten.



Nijmeegse kinderen eten graag: broccoli, paprika, sla, komkommer, tomaat, spinazie, wortel, maïs, noedels, brood, kip en vis.

Door het geven van voedingsinformatie over het gezonde kindermenu zullen ouders eerder kiezen voor een gezond kindermenu.



Hetzelfde geldt voor het vertellen dat anderen ook de gezonde keuze maken.

70% van de ouders het klassieke kindermenu als ongezond beoordeelt?



Veel ouders (65%) willen dat de horeca meer aandacht besteedt aan gezonde voeding.

Kinderen zelf goed weten dat als zij uit eten gaan, dit meestal ongezond is?

Restaurants spelen in op de wens van de consumenten. Het favoriete eten van kinderen is friet, pizza, pannenkoeken, poffertjes en ijs.

Ouders invloed hebben op de menukeuze?

Ouders die meer sturing geven op het eetgedrag van hun kind, kiezen eerder voor een gezond kindermenu.

Buiten de deur eten een fenomeen is dat steeds meer Nederlanders doen?

Als mensen denken aan uit eten gaan, denken ze eerder aan plezier en genieten dan aan gezondheid. Kinderen vinden het ook gezellig om samen te zijn, maar soms vervelend omdat ze dan stil moeten zitten.

Mensen in restaurants soms nog ongezonder eten en drinken dan in fastfoodbedrijven?



90% van de kindermenu's in restaurants hebben ongezonde voedingswaarden. Ze bevatten vaak veel boter, zout en olie en weinig groenten.

Groenten in restaurants vaak als bijgerecht worden gezien?

Terwijl vlees en vis de hoofdrol hebben in de gerechten.

Sommige kinderen denken dat gezond eten bestellen iets is dat volwassenen doen?

Doordat uit eten gaan als een speciale gelegenheid wordt gezien, wordt er eerder ongezond gegeten dan wanneer kinderen thuis zouden eten. Daarnaast kiezen lager opgeleide ouders minder snel voor een gezond menu.

WIST JE DAT?

Veel Nijmeegse kinderen zijn zich bewust van de voor- en nadelen van (on)gezonde voeding

GROOT STERK
NUD NOOIT ZIEK
MOOI GEZOND
GEBIT RUSTIG

Gezond voedsel



Ongezond voedsel

FRISDRANK MCDONALDS
DRIJK SLECHTE DIK
TANDEN BUIKPIJN
ONGEZOND
GEZONDHEIDSPROBLEMEN
WAAR JE ERG ZIEK VAN KAN WORDEN

Bronnen

FoodService Instituut Nederland; Schutjser, 2017; Robinson, Jones, Whitelock, Mead & Haynes, 2018; Todd, Mancino & Lin, 2010; Versprille, 2015; Batada, Bruening, Marchlewicz, Story & Wootan, 2012; Postma, 2018; Cullen, Baranowski, Rittenberry & Olvera, 2000; Zoumas-Morse, Rock, Sobo & Neuhauser, 2001. Masterscripts: Laset, 2019 & Kwakernaak, 2019

