

Kinderen zijn dol op groenten en fruit

94%

vindt fruit
(heel) lekker

Onderzoek onder ruim 600 kinderen
van 6 t/m 11 jaar laat zien dat fruit zeer
populair is en ook een ruime
meerderheid groenten lekker vindt.

66%

vindt groenten
(heel) lekker

FAVORIETEN VAN KINDEREN

Fruit



33%

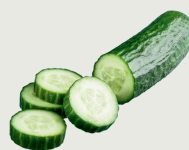


15%



13%

Groenten



26%



13%



11%

WAT HELPT KINDEREN?

Kinderen noemen vooral hun eigen voorkeur,
keuzevrijheid en gemak als manieren waardoor
zij vaker groenten en fruit zouden eten.

36% vaker favorieten krijgen

34% zelf mogen kiezen

21% gewassen/ gesneden krijgen

WIE BEPAALT WAT ER WORDT GEGETEN?

Keuzevrijheid voor kinderen kan
samenhangen met de belangrijke rol
van ouders.

43% kind en ouder kiezen samen

37% ouder/ verzorger kiest

19% kind kiest zelf

85%

eet fruit tijdens de
ochtendpauze op school

51%

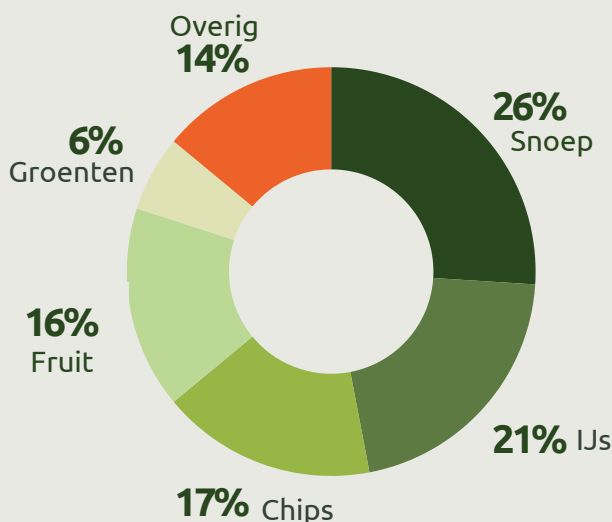
krijgt nooit gratis
groenten of fruit op school

78%

vindt het (heel) leuk
om dit (vaker) te krijgen

WAT KIEZEN KINDEREN ALS SCHOOL ÉÉN DING GRATIS AANBIEDT?

Groenten en fruit
zijn geliefd, maar...



...als kinderen kunnen
kiezen uit verschillende
snacks, winnen snoep, ijs
en chips vaak.

ALS KINDEREN ÉÉN DAG DE BAAS VAN NEDERLAND ZIJN...

...dan weten ze heel goed wat er moet gebeuren om kinderen vaker groenten en fruit te laten eten.

01

Geef het op school

Gratis fruit in de klas, tijdens de pauze of bij de lunch komt in veel antwoorden terug.

02

Maak het goedkoper

Kinderen koppelen eten opvallend vaak aan de betaalbaarheid.

03

Laat mij zelf kiezen

Zelf bepalen welk groenten of fruit je krijgt, wordt regelmatig genoemd.

04

Geef iets lekkers

Niet zomaar groenten of fruit: kinderen willen vooral soorten die ze zelf lekker vinden.

05

Maak het leuker

Gezichtjes, spiesjes, leuke vormen, spelletjes en samen iets maken: presentatie telt mee.

06

Laat ons proeven en doen

Proeven, koken, een moestuin of zelf fruitsalade maken worden spontaan bedacht.

IN HUN EIGEN WOORDEN

"Gratis fruit op school, maar dan wel wat lekker is, dus dat je zelf kan kiezen."

"Fruitmand in de klas met verschillend fruit, zodat we kunnen proeven."

"Ervoor zorgen dat groenten en fruit goedkoper worden zodat alle ouders het kunnen betalen."

"Een moestuin op school waar we zelf dingen kunnen groeien en uit kunnen proeven."

**elke dag
een goed idee**

DE BOODSCHAP VAN KINDEREN

Maak groenten en fruit bereikbaar, betaalbaar, aantrekkelijk en geef kinderen invloed op wat ze krijgen. School wordt daarbij opvallend vaak genoemd als plek waar dat kan.

