

Groente en fruit op de basisschool

Hoe kan het eten van groente en fruit tijdens de ochtendpauze op de basisschool een gewoonte worden? Wageningen University & Research heeft onderzocht welke strategieën effectief en haalbaar zijn voor ouders, kinderen en de basisschool.



Doelgroep:
Kinderen groep 3 t/m 5



Meetmoment:
Ochtendpauze, basisschool



Bij dit onderzoek is gekeken naar de groente- en fruitconsumptie van kinderen in 3 situaties:



Geen beleid

Scholen zonder regels over het eten van groente en fruit in de ochtendpauze.

4
scholen
196
kinderen



60 gram



Groente Fruit



50-60%
eet groente
en/of fruit.



5-dagen beleid

Scholen met de regel dat ouders 5 dagen per week groente en/of fruit meegeven naar school voor de ochtendpauze.

3
scholen
265
kinderen



130 gram



Groente Fruit



97-98%
eet groente
en/of fruit.



Groente- en fruitschaal

Scholen waar 5 dagen per week een schaal gevuld met groente en fruit in de klas werd gezet, waar kinderen vaker van konden pakken.

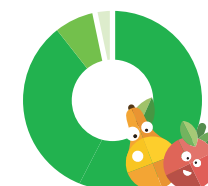
2
scholen
108
kinderen



250 gram



Groente Fruit



87-97%
eet groente
en/of fruit.

De meeste ouders vonden het 5-dagen beleid zinvol, stimulerend en plezierig; niet vervelend of overdreven.



De resultaten zijn vertaald naar een toolkit voor scholen en professionals. Zie www.wijkiezengroenten-en-fruit.nu

Dit onderzoek is onderdeel van het project Groente en fruit op school, vanzelfsprekend! (TU 16007).

‘t 10-UURTJE
WIJ KIEZEN
GROENTE
EN FRUIT!

