

# Børn, Unge og Mad

2026

# Indhold

Om Børn, Unge og Mad-rapporten.....	3
Børn, Unge og Mad 2026 – i et forskningsperspektiv.....	3
Metode og data.....	9
Resultater – børn.....	11
Resultater – forældre.....	26

## **Om Børn, Unge og Mad-rapporten**

Det er Arla Fondens ambition at være med til at skabe viden om børn og unges maddannelse og madkompetencer. Og samtidigt vil vi være dem, der hjælper børnenes tanker og overvejelser frem, når voksne drøfter børns maddannelse.

Vi vil være børnenes stemme.

Derfor udgiver vi hvert år rapporten Børn, Unge og Mad, hvor vi spørger børn i alderen 10-15 år om deres erfaringer med, holdninger til og tanker om mad og madlavning – og noget af alt det, der ligger i umiddelbar forlængelse heraf.

Børn, Unge og Mad giver nye indsigter til arbejdet med børn og unge. Indsigterne skal bidrage til, at vi og andre interesserede kan inspireres af børnenes tanker og anbefalinger.

## **Børn, Unge og Mad 2026 – i et forskningsperspektiv**

*Af Jacob Højgaard Christensen, Lektor, Danmarks Institut for Pædagogik og Uddannelse (DPU), Aarhus Universitet*

Børn, Unge og Mad 2026 bidrager med viden om mad og måltider som en del af børns hverdagsliv. Rapporten giver indblik i børns erfaringer med madlavning, måltider og skolefrokost samt i de sociale relationer, der knytter sig til mad. I denne tekst sættes udvalgte resultater i relation til eksisterende forskning og diskuteres som bidrag til den bredere viden om børn, mad og måltider.

I dansk sammenhæng findes der allerede omfattende undersøgelser af kost, fysisk aktivitet, sundhed og måltidsvaner (Henriksen et al., 2026). Det gælder blandt andet DTU Fødevarerinstitutionens nationale undersøgelser af danskernes kost og fysiske aktivitet (DTU, 2016, 2025; Fagt et al., 2020), Coops Mad-O-Meter (Roland et al., 2016; Aarup, 2022), Madkulturens befolkningsundersøgelser (Hoff et al., 2021; Kvist et al., 2022; Strømsted et al., 2023; Liebst et al., 2025) og Den Nationale Sundhedsprofil (Jensen et al., 2026; Rosendahl et al., 2022). Disse undersøgelser bidrager med væsentlig viden om befolkningens kostvaner, sundhed, måltidspraksisser og sociale forskelle. Rapporten Børn, Unge og Mad adskiller sig imidlertid ved at give særlig plads til børns egne perspektiver på mad, madlavning og måltider. Netop dette perspektiv er væsentligt, fordi forskning i mad og måltider peger på, at børn ikke alene udvikler madvaner gennem information om sundhed og ernæring, men gennem konkrete erfaringer, deltagelse, smag, relationer og medbestemmelse (Christensen & Wistoft, 2022; Wistoft & Qvortrup, 2018). Når børn laver mad, smager på nye retter eller spiser frokost i skolen, er der derfor ikke kun tale om ernæringsmæssige situationer. Det er også sociale og pædagogiske situationer, hvor børn kan opleve mestring, fællesskab, modstand, forhandling og tilhørsforhold (Christensen, 2017; Stovgaard et al., 2018).

Et af de interessante fund i årets rapport er, at mange børn gerne vil være med i madlavningsaktiviteter, men at der ikke altid er overensstemmelse mellem de opgaver, børnene helst vil udføre, og de opgaver, de faktisk ender med. Børnene vil gerne stege, koge, røre i gryderne og være med til at planlægge, hvad der skal laves, men de deltager ofte i mere rutineprægede opgaver som borddækning, oprydning og opvask. Forskningsmæssigt er dette centralt, fordi det peger på forskellen mellem at blive sat til at hjælpe og at blive inviteret til meningsfuld deltagelse. Hvis børn primært inddrages i de dele af måltidsarbejdet, de oplever som mindst motiverende, risikerer man at overse det lærings- og dannelsespotentiale, der findes i selve madlavningen (Christensen, 2019). Madlavning kan forstås som et hverdagsligt læringsrum, hvor børn får mulighed for at eksperimentere, smage, fejle, lykkes og bidrage til et fælles resultat. Det er netop i sådanne praksisser, at børn kan udvikle madmod, selvtillid og handlekompetence (Christensen & Wistoft, 2022). Denne pointe understøttes af rapportens fund om sammenhænge mellem deltagelse, lyst og oplevet kompetence. Børn, der deltager hyppigt i madlavning, angiver oftere, at de kan lide at lave mad, og vurderer også oftere, at de er gode til det. Sådanne sammenhænge kan ikke uden videre tolkes kausalt, men de peger på en velkendt pædagogisk dynamik: Deltagelse kan skabe erfaring, erfaring kan skabe mestring, og mestring kan skabe lyst til yderligere deltagelse (Prianto et al., 2022). I den forstand handler madlavning ikke kun om at lære praktiske færdigheder, men også om at få adgang til en praksis, hvor barnet kan erfare sig selv som én, der kan bidrage.

Årets rapport er også interessant, fordi den som noget nyt inddrager et forældreperspektiv. Forældre og børn er spurgt ind til flere af de samme temaer, hvilket gør det muligt at sammenholde børns og voksnes oplevelser af de samme hverdagspraksisser. Rapporten viser blandt andet, at forældre i højere grad end børn fremhæver børns deltagelse i kompetencekrævende opgaver som klargøring af råvarer, stegning, kogning og omrøring. Børnene fremhæver derimod oftere borddækning, oprydning og opvask. Børn, Unge o Mad 2026 synliggør dermed nogle klare og interessante forskelle i børns og forældres oplevelser. Forældre kan have blik for hele opgaveforløbet, deres intention om at inddrage barnet og de små bidrag, barnet yder undervejs. Barnet kan omvendt især hæfte sig ved de opgaver, der fylder mest i oplevelsen, eller som opleves som særligt meningsfulde, kedelige eller tilbagevendende. Netop derfor er det vigtigt, at børneperspektivet inddrages som et selvstændigt vidensgrundlag.

Et andet væsentligt tema i Børn, Unge og Mad 2026 er kræsenhed og madmod. I forskningslitteraturen forstås kræsenhed ofte som knyttet til individuelle karakteristika hos barnet, herunder sensorisk sensitivitet og modvilje mod nye fødevarer (Torres et al., 2020). Det kan let give indtryk af, at kræsenhed er en relativt stabil egenskab: enten er barnet kræsent, eller også er det ikke. Imidlertid illustrerer Børn, Unge og Mad-rapporten, at kræsenhed også bør forstås relationelt og socialt. Det handler ikke kun om fysiologiske smagspræferencer, men også om de erfaringer, forventninger og kategorier, børn mødes med. Når børn betegnes som kræsne, kan det få betydning for deres egen selvforståelse og

for de muligheder, de oplever at have i mødet med ny mad. Det er derfor vigtigt, at arbejdet med kræsenhed ikke alene bliver et spørgsmål om at få børn til at spise flere forskellige fødevarer. Det handler også om, hvordan voksne taler om børns smag, og hvilke deltagelsesmuligheder børn får omkring mad og måltider (Wistoft & Qvortrup, 2019). Børns smag er ikke statisk, men udvikles gennem gentagelser, tryghed, sociale situationer og konkrete erfaringer med mad. I den forstand kan madmod forstås som noget, der kan understøttes pædagogisk og relationelt, snarere end som noget barnet enten har eller mangler. Dette perspektiv ligger i forlængelse af forskning i smag og maddannelse, hvor børns erfaringer med mad forstås som et komplekst samspil mellem kropslige, sociale og kulturelle læringsprocesser (Christensen, 2019; Christensen & Wistoft, 2022).

Der er også væsentlige resultater i forhold til mad i skolen, hvor Børn, Unge og Mad 2026 viser, at 23 % af børnene har sprunget mindst ét frokostmåltid over i løbet af de seneste tre skoledage. Det er lavere end i de foregående år, men fortsat et højt tal, og set i lyset af international skoleforskning bør dette give anledning til opmærksomhed. Studier baseret på blandt andet TIMSS (Trend in International Mathematics and Science Study) peger på sammenhænge mellem sult, faglig præstation og læringsmiljø. Elever, der er sultne i skolen, har oftere vanskeligere ved at koncentrere sig og oplever oftere uro og forstyrrelser i undervisningen (Canbolat et al., 2023; Canbolat & Rutkowski, 2024; Kjeldsen et al., 2024; Christensen, Lavy & Christensen, 2026). Skolemad og måltider handler derfor ikke kun om ernæring. Det handler også om deltagelsesmuligheder, trivsel og betingelser for læring. Når så relativt mange børn springer frokosten over, kan det ikke reduceres til et individuelt valg eller et spørgsmål om madpakkens indhold. Det må også forstås i relation til skolens rammer for måltidet: tid, ro, fællesskab, appetit, sociale normer og organiseringen af skoledagen. Den aktuelle politiske interesse for skolemad, herunder aftalen om en national forsøgsordning for skolemad, gør endvidere denne del af Børn, Unge og Mad 2026 særlig aktuel (Børne- og Undervisningsministeriet, 2025).

Metodisk bygger Børn, Unge og Mad 2026 på et spørgeskemadesign med 1.349 besvarelser fra børn i alderen 10-15 år, indsamlet gennem en kombination af Arla Fondens partnerskoler og et Norstat-panel. Dertil kommer 506 forældrebesvarelser, som er koblet til børn fra panelundersøgelsen. Det giver et solidt datagrundlag for at beskrive centrale mønstre i børns og forældres oplevelser af mad, madlavning og måltider. Som i tidligere år er det en styrke, at undersøgelsen kombinerer kvantitative resultater med åbne svar og citater, der kan bidrage til at forklare, hvorfor tallene ser ud, som de gør. Samtidig er det vigtigt at fastholde almen kendte metodiske forbehold. Som ved andre tværsnitsbaserede spørgeskemaundersøgelser kan der ikke drages sikre konklusioner om årsag og virkning (Christensen & Qvortrup, 2022), og både børns og forældres svar kan afvige fra faktisk adfærd. Resultaterne bør derfor fortolkes som mønstre i oplevelser, vurderinger og selvrapporteret praksis – ikke som direkte observationer af, hvad der faktisk sker i hjemmet eller i skolen. Det begrænser imidlertid ikke undersøgelsens forskningsmæssige relevans. Tværtimod udgør børns og forældres oplevelser et vigtigt vidensgrundlag for at

forstå, hvordan mad og måltider forhandles, tillægges betydning og indgår i børns hverdagsliv. Som den forskning, der er fremhævet i dette forskningsperspektiv, indikerer, spiller sådanne erfaringer og fortolkninger en central rolle for børns deltagelse, madmod og måltidspraksisser.

Min vurdering er, at *Børn, Unge og Mad 2026* er et væsentligt bidrag til viden om børn, mad og måltider. Rapporten viderefører seriens stærke fokus på børns egne perspektiver, men udvider samtidig analysen ved at inddrage forældrenes blik. I denne tekst har jeg kun berørt nogle få af rapportens resultater, og *Børn, Unge og Mad 2026* rummer flere nuancer, end det har været muligt at udfolde her. Jeg vil derfor opfordre alle med interesse for børn, mad og måltider til selv at dykke ned i rapportens analyser og resultater, som tilbyder relevant viden for blandt andre forældre, lærere, pædagoger, forskere og beslutningstagere.

#### **Disclaimer:**

Jacob Højgaard Christensen er ansat som lektor ved Danmarks Institut for Pædagogik og Uddannelse (DPU), Aarhus Universitet. Hans forskning omhandler bl.a. børn, trivsel, mad, måltider og undervisning i grundskolen. Jacob har fungeret som ekstern konsulent i forhold til at gennemføre undersøgelsen *Børn, Unge og Mad 2026*, og han har modtaget betaling for dette arbejde.

#### **Referencer:**

Aarup, L. (2022). *Coops Mad-o-meter 2021/22*. Hentet fra: <https://cooanalyse.dk/media/2077/coop-mad-o-meter-2022-long.pdf>

Børne- og Undervisningsministeriet. (2025). *Aftale om en national forsøgsordning for skolemad*. <https://www.uvm.dk/-/media/filer/uvm/aktuelt/pdf25/mar/aftale-om-en-national-forsoesordning-for-skolemad.pdf>

Canbolat, Y., & Rutkowski, L. (2024, March). *Hunger and Learning Environment, Global Patterns in Student Hunger and Disorderly Behavior in Math Lessons*. IEA Compass: Briefs in Education No. 22. IEA.

Canbolat, Y., Rutkowski, D., & Rutkowski, L. (2023). Global pattern in hunger and educational opportunity: A multilevel analysis of child hunger and TIMSS mathematics achievement. *Large-scale Assessments in Education*, 11(1), 13.

Christensen, H. J. (2017). *Et videnskabeligt didaktisk perspektiv på madkundskab i skolen med projekt Madkamp som genstandsfelt*. DPU, Aarhus Universitet.

Christensen, J. H. (2019). Taste as a constitutive element of meaning in food education. *International Journal of Home Economics*, 12(1), 9–19.

Christensen, J. H., & Qvortrup, L. (Red.). (2022). *Kausalitet og effektivitet: i pædagogisk forskning og praksis*. Aarhus Universitetsforlag.

Christensen, J. H., & Wistoft, K. (2022). Children's cookbooks – Learning by using recipes, cooking experiments and taste competence. *Health Education Journal*, 81(4), 375–386.

Christensen, A. A., Lavy, S., & Christensen, J. H. (2026). Back to Basics: Increasing Tiredness and Hunger in Nordic Classrooms and Their Links to Disorderly Behaviour and Academic Achievement. *European Journal of Education*, 61(2), Artikel e70582. <https://doi.org/10.1111/ejed.70582>

DTU. (2016). *Output from DANSDA (the Danish National Survey of Diet and Physical Activity)*. Division of Risk Assessment and Nutrition, National Food Institute, Technical University of Denmark.

DTU. (2025). *Publikationer fra DTU Fødevareinstituttet*. Hentet fra: <https://www.food.dtu.dk/publikationer>

Fagt, S., Biloft-Jensen, A. P., Sørensen, M. R., Trolle, E., Nordman, M., Christensen, T., ... Christensen, C. (2020). Bag om danskernes kost og fysiske aktivitet i 2020–2021. *Diætisten*, 28(167), 10–13.

Frederiksen, M. f., Gundelach, P., & Skovgaard Nielsen, R. (Red.). (2017). *Survey: design, stikprøve, spørgeskema, analyse* (1. udgave). Hans Reitzel.

Henriksen, M. B., Rasmussen, A., Weinhold, S. H., Kallestrup, T. S. O., & Grønhøj, A. (2026). *Unges mad- og måltidsvaner: Fælles livsfase, forskellige veje og valg*. Aarhus Universitet.

Hoff, H., Stamer, N. B., Madsen, S. N., Strømsted, K. I., & Liebst, L. (2021). *Madkultur 21*. Hentet fra: <https://www.madkulturen.dk/viden/madkultur22/>

Jensen, H. A. R., Davidsen, M., Ekholm, O., Møller, S. P., Christensen, A. I., & Juel, K. (2026). *Danskernes Sundhed – Den Nationale Sundhedsprofil 2025*. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

Kjeldsen, C. C., Kristensen, R. M., Christensen, J. H., & Gonzales, C. (2024). *Matematik og natur/teknologi i 4. klasse: Resultater af TIMSS-undersøgelsen 2023*. Aarhus Universitetsforlag.

Krosnick, J. A. (2018). Questionnaire design. I *The Palgrave handbook of survey research* (s. 439–455). Springer.

Kvist, R. L., Strømsted, K. I., Hoff, H., Madsen, S. N., Strømsted, K. I., & Liebst, L. (2022). *Madkultur 22*. Hentet fra: <https://www.madkulturen.dk/wpcontent/uploads/2021/11/Madkultur21.pdf>

Liebst, L. V., Frandsen, G. H., Rasmussen, C. L., Hoff, H., Schiøtt, L., Ulrich, R., & Madsen, S. N. (2025). *Madkultur 25: Madkulturens årlige befolkningsundersøgelse af mad- og*

*måltidsvaner i Danmark*. Hentet fra: <https://www.madkulturen.dk/wp-content/uploads/2025/11/MADKULTUR-25-final-web-24nov.pdf>

Prianto, A., Qomariyah, U. N., & Firman, F. (2022). Does student involvement in practical learning strengthen deeper learning competencies. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 21(2), 211-231.

Roland, T., Poulsen, D., & Steenberg, M. (2016). *Danskernes madvaner*. Hentet fra: <https://om.coop.dk/Upload/om.coop.dk/Publikationer/analyser/Danskernes%20Madvaner%202016%20Coop%20Analyse.pdf>

Rosendahl, H., Davidsen, M., Møller, S. R., Román, J. E. I., Kragelund, K., Christensen, A. I., & Ekholm, O. (2022). *Danskernes sundhed: Den nationale sundhedsprofil 2021*. Hentet fra: <https://sst.dk/da/Udgivelser/2022/Danskernes-sundhed>

Stovgaard, M., Thorborg, M. M. R., Kragelund, K. H., Andersen, B. V., & Wistoft, K. (2018). *Rammer for mad og måltider i skolen: Et interventionsstudie af skolemad og måltidsrammer som betydningselement for elevers læringsforudsætninger, sundhed og trivsel*. DCA - Nationalt Center for Fødevarer og Jordbrug. DCA rapport Nr. 137 [http://web.agrsci.dk/djfpublikation/djfpdf/DCArapport137\\_5.pdf](http://web.agrsci.dk/djfpublikation/djfpdf/DCArapport137_5.pdf)

Strømsted, K. I., Liebst, L., Madsen, S. N., Thomsen, L. B., & Hoff, H. (2023). *Madkultur 23*. Hentet fra: <https://www.madkulturen.dk/wp-content/uploads/2023/12/MADKULTUR-2023-web-1.pdf>

Torres, T. D. O., Gomes, D. R., & Mattos, M. P. (2020). Factors associated with food neophobia in children: Systematic review. *Revista Paulista de Pediatria*, 39

Wistoft, K., & Qvortrup, L. (2019). Teaching Taste. Common Ground Research Networks. <https://doi.org/10.18848/978-1-86335-164-5/cgp>

Wistoft, K., & Qvortrup, L. (2018). When the kids conquered the kitchen: Danish taste education and the New Nordic Kitchen. *Gastronomica: The Journal of Critical Food Studies*, 18(4), 82–93.

## Metode og data

Årets undersøgelse er gennemført som en online spørgeskemaundersøgelse, hvor elever og børn har modtaget et link til at besvare spørgeskemaet enten i skolen eller derhjemme. Undersøgelsen er gennemført via en kombination af dataindsamling blandt Arla Fondens partnerskoler og et Norstat-panel. I alt har vi indsamlet 1.349 besvarelser, heraf 758 fra partnerskolerne og 591 fra panelet.

Stikprøven består af 51 % piger, 48 % drenge og 1 % med anden kønsangivelse. Respondenterne er i alderen 10–15 år.

Dataindsamlingen på partnerskolerne fandt sted fra 6. november 2025 til 14. januar 2026, mens paneldata blev indsamlet fra 8. januar til 20. januar 2026. Børn, der har deltaget på Arla Fondens Madlejr, er frasorteret i analysen og indgår ikke i denne rapport.

Vi har rensset begge datasæt for at sikre valide og seriøse besvarelser. I panelet har vi blandt andet kontrolleret, at det er børnene selv, og ikke deres forældre, der har besvaret spørgeskemaet. I partnerskolebesvarelserne har vi verificeret, at de angivne skoler eksisterer.

Desuden har vi for begge datasæt verificeret, at besvarestidspunkterne vurderes som plausible for målgruppen. Besvarelser gennemført mellem kl. 23.00 og 05.00 er derfor frasorteret. Vi har også fjernet besvarelser med meget kort svartid eller ensartede svarmønstre. Derudover har vi gennemgået åbne kommentarer, hvor useriøse svar i nogle tilfælde har ført til ekskludering af hele besvarelsen. Disse vurderinger er foretaget individuelt.

I år har vi desuden indsamlet data gennem et online spørgeskema blandt forældre for at udvide datagrundlaget og belyse sammenhænge mellem børn og forældres oplevelser. Forældrenes spørgeskema har spejlet børnenes, hvilket har gjort det muligt at lave relevante krydsanalyser og sammenligninger. Forældredata er indsamlet fra 20. januar til 27. januar 2026 via et Norstat-panel. Vi har indsamlet 506 besvarelser fra forældre til børn, der har deltaget i panelundersøgelsen, hvilket skaber en direkte kobling mellem de to datasæt.

Silverlining Research har stået for skemaopsætning, dataindsamling og analyse.

## Sampledemografi:

<b>Børn</b>		
	<b>Antal</b>	<b>Procent</b>
<b>Køn</b>		
Pige	685	51 %
Dreng	647	48 %
Andet	17	1 %
<b>Alder*</b>		
10-11 år	38	3 %
12 år	554	41 %
13 år	506	38 %
14-15 år	251	19 %
<b>Landsdel</b>		
Jylland	345	26 %
Fyn	217	16 %
Sjælland, Øerne og Bornholm	768	57 %
Ved ikke	19	1 %

\*Går ikke op 100 grundet oprundingsregler.

<b>Forældre</b>		
	<b>Antal</b>	<b>Procent</b>
<b>Køn</b>		
Kvinde	313	62 %
Mand	193	38 %
Andet	1	0 %
<b>Landsdel</b>		
Jylland	230	46 %
Fyn	47	9 %
Sjælland, Øerne og Bornholm	228	45 %
Ved ikke	1	0 %

## Resultater – børn

<b>Q1: Hjalp du til med at lave aftensmaden derhjemme i går? Fx snitte grøntsager eller stege kød.</b>	
Ja	27 %
Nej	53 %
Jeg var ikke hjemme i går aftes	16 %
Der blev ikke lavet aftensmad i går	4 %
Antal besvarelser	1.349

<b>Q2: Tænk tilbage på de seneste syv dage. Hvilke dage har du hjulpet med at lave aftensmaden? Sæt kryds ved alle de dage, hvor du har hjulpet med at lave maden (eller selv lavet den).</b>	
Mandag	21 %
Tirsdag	22 %
Onsdag	22 %
Torsdag	18 %
Fredag	21 %
Lørdag	21 %
Søndag	19 %
Ingen af dagene	29 %
Ved ikke	12 %
Antal besvarelser	1.349

<b>Q3: Har du hjulpet med at lave mad eller selv lavet mad derhjemme i løbet af den seneste måned? (Kun dem der ikke har hjulpet de seneste syv dage)</b>	
Ja	69 %
Nej	22 %
Ved ikke	9 %
Antal besvarelser	556

<b>Q4: Hvad lavede du sidste gang, du hjalp med at lave mad? Du må gerne sætte flere krydser. (Kun dem der har lavet mad den seneste måned)</b>	
Jeg hjalp med at dække bord	60 %
Jeg hjalp med at tage ud fra bordet, rydde op eller vaske op	57 %
Jeg hjalp med at gøre ingredienserne klar (fx vaske, hakke eller snitte grøntsager)	49 %
Jeg hjalp med at stege, koge eller røre i gryderne	50 %
Jeg hjalp med at planlægge, hvilke retter vi skal spise	39 %
Jeg hjalp med at købe ind	32 %
Andet, skriv gerne hvad:	10 %
Ved ikke	2 %

Antal besvarelser	1.177
-------------------	-------

**Q5: Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med?**  
Rangér mulighederne med det, du bedst kan lide øverst, og det du mindst kan lide nederst.  
Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.  
(Kun dem der har lavet mad den seneste måned)

**Svarmulighed: At planlægge, hvilke retter vi skal spise**

Rank 1	26 %
Rank 2	22 %
Rank 3	23 %
Rank 4	13 %
Rank 5	9 %
Rank 6	7 %
Antal besvarelser	1.177

**Q5: Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med?**  
Rangér mulighederne med det, du bedst kan lide øverst, og det du mindst kan lide nederst.  
Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.  
(Kun dem der har lavet mad den seneste måned)

**Svarmulighed: At købe ind**

Rank 1	13 %
Rank 2	13 %
Rank 3	16 %
Rank 4	26 %
Rank 5	16 %
Rank 6	17 %
Antal besvarelser	1.177

**Q5: Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med?**  
Rangér mulighederne med det, du bedst kan lide øverst, og det du mindst kan lide nederst.  
Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.  
(Kun dem der har lavet mad den seneste måned)

**Svarmulighed: At dække bord**

Rank 1	11 %
Rank 2	15 %
Rank 3	14 %
Rank 4	21 %
Rank 5	34 %
Rank 6	6 %

Antal besvarelser	1.177
-------------------	-------

**Q5: Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med?**  
Rangér mulighederne med det, du bedst kan lide øverst, og det du mindst kan lide nederst.  
Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.  
(Kun dem der har lavet mad den seneste måned)

**Svarmulighed: At gøre madvarerne klar ( fx vaske, hakke eller snitte grøntsager)**

Rank 1	18 %
Rank 2	23 %
Rank 3	23 %
Rank 4	16 %
Rank 5	13 %
Rank 6	8 %
Antal besvarelser	1.177

**Q5: Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med?**  
Rangér mulighederne med det, du bedst kan lide øverst, og det du mindst kan lide nederst.  
Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.  
(Kun dem der har lavet mad den seneste måned)

**Svarmulighed: At stege, koge eller røre i gryderne**

Rank 1	29 %
Rank 2	22 %
Rank 3	17 %
Rank 4	15 %
Rank 5	11 %
Rank 6	7 %
Antal besvarelser	1.177

**Q5: Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med?**  
Rangér mulighederne med det, du bedst kan lide øverst, og det du mindst kan lide nederst.  
Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.  
(Kun dem der har lavet mad den seneste måned)

**Svarmulighed: At tage ud fra bordet, rydde op eller vaske op**

Rank 1	4 %
Rank 2	6 %
Rank 3	8 %
Rank 4	10 %
Rank 5	18 %
Rank 6	55 %

Antal besvarelser	1.177
-------------------	-------

**Q6: Når du hjælper til med at lave mad derhjemme, hvordan sker det så oftest?  
(Kun dem der har lavet mad den seneste måned)**

De voksne spørger, om jeg har lyst til at hjælpe	35 %
Jeg spørger selv, om jeg må hjælpe	27 %
De voksne siger, at jeg skal hjælpe	23 %
Jeg har fast maddag	8 %
Andet, skriv gerne hvordan: _____	6 %
Ved ikke	2 %
Antal besvarelser	1.177

**Q7: Hvad er din favorit ret at lave?**

Åben	
Antal besvarelser	1.349

**Q8: Tænk på den seneste uge. Har du haft lyst til at hjælpe med at lave mad, men ikke fået lov?**

Ja	8 %
Nej	83 %
Ved ikke	10 %
Antal besvarelser	1.349

**Q9: Hvorfor tror du, at du ikke måtte hjælpe til?  
(Kun dem der har haft lyst til at hjælpe med madlavningen, men ikke har fået lov)**

Der var ikke nok arbejdsopgaver	36 %
De voksne var bekymrede for, at jeg kom til skade ( fx skar mig i fingeren)	16 %
Der var ikke plads i køkkenet	20 %
De voksne havde for travlt til at have mig med	26 %
De voksne havde ikke energi til at have mig med	22 %
Andet, skriv gerne hvorfor: _____	19 %
Antal besvarelser	106

**Q10: Hvad fik det dig til at føle da du tilbød at hjælpe, men fik at vide du ikke måtte hjælpe? Du må gerne sætte flere krydser.  
(Kun dem der har haft lyst til at hjælpe med madlavningen, men ikke har fået lov)**

Ked af det	9 %
Ligeglad	43 %
Sur	7 %
Skuffet	24 %

Glad	9 %
Lettet	9 %
Følte mig til overs	8 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	13 %
Ved ikke	7 %
Antal besvarelser	106

**Q11: Hvad er årsagen til, at du ikke oftere hjælper til med at lave mad derhjemme? Du må gerne sætte flere krydser.**

**(Kun dem der ikke har hjulpet nogen af dagene de seneste syv dage)**

Jeg har ikke lyst	50 %
Der er ikke plads i vores køkken	5 %
Jeg får ikke lov	2 %
Der er ikke nogen særlige årsager til, at jeg ikke oftere hjælper til	23 %
Jeg har ikke tid	30 %
Jeg bliver ikke spurgt om jeg vil	20 %
Jeg synes ikke, at det er særligt hyggeligt	8 %
Jeg kan ikke finde ud af at lave mad	12 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	13 %
Ved ikke	1 %
Antal besvarelser	397

**Q12: Kan du lide at lave mad?**

Ja, meget	33 %
Ja, lidt	44 %
Hverken/eller	12 %
Nej, ikke så meget	8 %
Nej, slet ikke	2 %
Antal besvarelser	1.349

**Q13: Vil du gerne være mere med til at lave mad derhjemme?**

Ja, jeg vil gerne være mere med til at lave mad	44 %
Nej, jeg har ikke lyst til at være mere med til at lave mad	23 %
Nej, fordi jeg allerede ofte er med til at lave mad	17 %
Ved ikke	16 %
Antal besvarelser	1.349

**Q14: Hvad skulle der til for at få dig til at lave mere mad? Du må gerne sætte flere krydser.**

At jeg selv får lov til at vælge, hvad vi skal lave	39 %
At det er hyggeligt, når vi laver mad	34 %

At jeg kun skal lave mad og ikke også skal hjælpe med oprydning og opvask	34 %
At jeg mærker, at jeg bliver bedre til at lave mad	22 %
At jeg får en belønning for det ( fx dessert eller lommepenge)	28 %
At jeg kan gøre det sammen med mine venner	19 %
At jeg har bedre tid til at lave mad	22 %
At mine forældre beder mig om det	17 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	7 %
Ved ikke	7 %
Antal besvarelser	1.349

<b>Q15: Hvor god synes du selv, at du er til at lave mad?</b>	
Meget god	11 %
Ret god	39 %
Lidt god	34 %
Ikke så god	11 %
Slet ikke god	2 %
Ved ikke	3 %
Antal besvarelser	1.349

<b>Q16: Hvad kunne hjælpe dig med at blive bedre til at lave mad? Du må gerne sætte flere krydser.</b>	
At lave mere mad med min familie	43 %
At have mere madlavning i skolen	36 %
At lave mere mad sammen med mine venner	25 %
At lave mere mad alene	23 %
At se videoer og billeder af mad og madlavning på sociale medier og apps	22 %
At få hjælp til madlavning	24 %
At kigge i/læse opskrifter i kokebøger eller på internettet	24 %
At se programmer om mad og madlavning i tv	12 %
At gå til madlavning i fritiden ( fx i klub, madsskole eller ungdomsskole)	9 %
At mine forældre roser mig når jeg laver mad	16 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	4 %
Ved ikke	10 %
Antal besvarelser	1.349

<b>Q17: Hvor god synes du, at din mor og far er til at lave mad?</b>						
Har du andre voksne i din familie, kan du vælge "andre". I det næste spørgsmål kan du fortælle, hvem de er. Det kan for eksempel være en bonusmor, bonusfar eller hvis du har to mødre eller to fædre.						
	Slet ikke god	Ikke så god	Lidt godt	Ret god	Meget god	Antal besvarelser
Mor	1 %	2 %	12 %	36 %	49 %	1.327

Far	2 %	6 %	19 %	33 %	40 %	1.277
Andre	8 %	7 %	21 %	32 %	33 %	826

**Q18: Oplever du nogle af følgende ting, når du laver mad? Du må gerne sætte flere krydser.**

Jeg bliver bedre til at lave mad	45 %
Jeg hygger mig med en eller flere af de voksne	34 %
Jeg har det sjovt	39 %
Jeg bliver glad	31 %
Jeg har gode samtaler med mine forældre/de voksne	30 %
Jeg slapper af	16 %
Jeg får mulighed for at være kreativ	21 %
Jeg bliver utilpas/stresset	7 %
Jeg bliver uvenner med mine forældre/de voksne	3 %
Jeg synes, det bliver kedeligt	18 %
Jeg føler mig forvirret over, hvad jeg skal gøre	19 %
Jeg bliver stolt over jeg godt kan finde ud af det	39 %
Jeg oplever ikke nogen af disse ting, når jeg laver mad	6 %
Antal besvarelser	1.349

**Q19: Du svarede [random besvarelse fra Q24].**

Beskriv gerne din oplevelse nærmere:

Åben	
Antal besvarelser	1.349

**Q20: Hvilken af følgende måder foretrækker du at spise aftensmad på?**

Hele familien sammen ved spisebordet	57 %
Hele familien foran fjernsynet	12 %
For mig selv ( fx foran computer eller fjernsyn)	9 %
Spise ude ( fx på restaurant eller café)	11 %
Sammen med mine venner	5 %
Familien spiser hver for sig ( fx så det passer ind i hver vores program)	2 %
Ingen af ovenstående	1 %
Ved ikke	4 %
Antal besvarelser	1.349

**Q21: Hvorfor foretrækker du at spise hele familien sammen ved spisebordet? Du må gerne sætte flere krydser.**

(Kun dem som foretrækker at spise aftensmad hele familien sammen ved spisebordet)

Fordi det er hyggeligt	75 %
Fordi vi taler sammen	69 %
Fordi det er der, vi ser hinanden mest i løbet af dagen	38 %
Fordi jeg nyder maden mere	16 %

Fordi alle slapper af	16 %
Fordi vi spiser i længere tid	17 %
Fordi der er mere ro om aftensmåltidet	14 %
Fordi maden smager bedre, når vi spiser sammen ved spisebordet	16 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	4 %
Ved ikke	1 %
Antal besvarelser	768

**Q22: Kan du lide at lave mad sammen med dine venner?**

Ja	70 %
Nej	5 %
Jeg har aldrig lavet mad sammen med mine venner	16 %
Ved ikke	9 %
Antal besvarelser	1.349

**Q23: Hvorfor kan du ikke lide at lave mad med dine venner? Du må gerne sætte flere krydser.**

(Kun børn der ikke kan lide at lave mad med deres venner)

Jeg kan ikke lave mad og det synes jeg er pinligt	3 %
Jeg er bange for at jeg ikke kan lide den mad vi laver sammen	6 %
Jeg vil hellere lave noget andet sammen med mine venner	41 %
Jeg bliver utilpas/stresset når vi laver mad sammen	25 %
Jeg er bange for vi bliver uvenner	11 %
Jeg synes det er kedeligt	29 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	18 %
Ved ikke	7 %
Antal besvarelser	73

**Q24: Hvorfor kan du godt lide at lave mad med dine venner? Du må gerne sætte flere krydser.**

(Kun børn der godt kan lide at lave mad med deres venner)

Vi har det sjovt	78 %
Vi hygger os sammen	77 %
Vi taler godt sammen	44 %
Vi får selv lov til at lave mad	35 %
Vi er fælles om noget	39 %
Vi lærer af hinanden	22 %
Andet, skriv gerne hvorfor: _____	3 %
Ved ikke	1 %
Antal besvarelser	945

**Q25: Har du lyst til at lave mad med dine venner hjemme hos dig selv?**

Ja	61 %
Nej	18 %
Ved ikke	21 %
Antal besvarelser	1.349

**Q26: Hvorfor har du ikke lyst til at lave mad med dine venner hjemme hos dig selv?  
(Kun børn der ikke har lyst til at lave mad hjemme ved dem selv)**

Jeg har ikke lyst til at mine venner skal se vores køkken	6%
Mine forældre vil ikke have det	6%
Jeg har ikke lyst til at rydde op bagefter	35%
Vi har ikke plads i køkkenet	12%
Jeg vil helst ikke have venner på besøg	11%
Jeg vil hellere lave noget andet med mine venner	48%
Andet, skriv gerne hvad:	16%
Ved ikke	6%
Antal besvarelser	238

**Q27: Hvor enig eller uenig er du i dette udsagn: "Jeg kan godt lide at smage mad, som jeg ikke har smagt før?"**

Helt enig	22 %
Delvist enig	34 %
Hverken enig eller uenig	22 %
Delvist uenig	11 %
Helt uenig	7 %
Ved ikke	4 %
Antal besvarelser	1.349

**Q28: Tænk på sidste gang, du fik serveret noget mad, du ikke havde smagt før. Smagte du på det?**

Ja	84 %
Nej	9 %
Ved ikke	7 %
Antal besvarelser	1.349

**Q29: Hvad kan få dig til at smage på mad, som du ikke har smagt før?  
Du må gerne sætte flere krydser.**

Hvis jeg kan se hvad der er i	37 %
Jeg har et princip om altid at smage	23 %
Hvis jeg selv har været med til at lave det	29 %
Hvis mine forældre siger jeg skal	28 %
Hvis jeg får lov at spise dyppelse til ( fx ketchup)	9 %
Hvis jeg får en belønning for det ( fx dessert eller lommepenge)	9 %

Jeg smager aldrig på mad jeg ikke har smagt før	3 %
Hvis jeg gør det sammen med mine venner	21 %
Andet - skriv gerne hvad: _____	13 %
Antal besvarelser	1.349

**Q30: Hvad kan gøre, at du ikke har lyst til at smage på mad, du ikke har smagt før?  
Du må gerne sætte flere krydser.**

Hvis det lugter dårligt	49 %
Hvis det ser underligt ud	44 %
Hvis det har en særlig konsistens ( fx meget blødt, klumpet eller hårdt)	32 %
Hvis der er særlig type madvare i ( fx fisk, ost eller særlige grøntsager)	27 %
Hvis jeg ikke kan se, hvad der er i	25 %
Hvis andre vil bestemme, at jeg skal smage	13 %
Hvis det er stærkt	18 %
Hvis jeg ikke har smagt det før	13 %
Jeg er altid klar på at smage ny mad	16 %
Andet	5 %
Ved ikke	8 %
Antal besvarelser	1.349

**Q31: Hvornår er du sidst blevet kaldt kræsen?**

Jeg er aldrig blevet kaldt kræsen	24 %
Inden for den seneste uge	13 %
Inden for den seneste måned	15 %
Inden for det seneste år	14 %
Længere tid siden end et år	17 %
Ved ikke	18 %
Antal besvarelser	1.349

**Q32: Hvem har kaldt dig kræsen? Du må gerne sætte flere krydser.  
(Kun børn der er blevet kaldt kræsne inden for det seneste år)**

Min mor	48 %
Min far	46 %
Mine venner eller klassekammerater	22 %
Mine søskende	28 %
Andre fra min familie ( fx bedsteforældre, fætre og kusiner)	21 %
Mine lærere	4 %
Andre voksne i mit hjem ( fx bonusmor/bonusfar)	8 %
Andre, skriv gerne hvem: _____	8 %
Ved ikke	7 %
Antal besvarelser	556

<b>Q33: Synes du selv, at du er kræsen?</b>	
Ja	23 %
Nej	62 %
Ved ikke	15 %
Antal besvarelser	1.349

<b>Q34: Når du tænker på de seneste tre skoledage, hvor mange af de dage har du så ikke spist til frokost?</b>	
Jeg har ikke spist frokost alle tre dage	8 %
Jeg har ikke spist frokost to af dagene	6 %
Jeg har ikke spist frokost en af dagene	9 %
Jeg har spist frokost alle tre dage	71 %
Ved ikke	5 %
Antal besvarelser	1.349

<b>Q35: Hvad var grunden til, at du ikke spiste frokost? Du må gerne sætte flere krydser. (Kun børn der har skippet mindst ét måltid)</b>	
Jeg var ikke sulten	44 %
Jeg havde ikke lyst	41 %
Jeg havde ikke tid til at spise frokost	17 %
Jeg kunne ikke lide min madpakke	12 %
Jeg eller nogen i min familie havde ikke nået at lave en madpakke	6 %
Jeg havde glemt min madpakke	7 %
Mine forældre ville gerne spare penge	0 %
Jeg synes det der var med i min madpakke var pinligt	5 %
Andet, skriv gerne hvorfor: _____	18 %
Ved ikke	2 %
Antal besvarelser	327

<b>Q36: Hvad er der på din skole? Du må gerne sætte flere krydser.</b>	
Mulighed for at købe mad i en skolebod	26 %
Mulighed for at få mad via Skolemadsordning som er betalt på forhånd	28 %
Mulighed for at købe mad i en kantine	20 %
Der er ikke mulighed for at købe mad på min skole	28 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	9 %
Antal besvarelser	1.349

<b>Q37: Hvor spiser du oftest din frokost i skolen?</b>	
I klasselokalet	84 %
I et spiseområde/kantinen	6 %
På gangene	3 %
I skolegården/andet udendørsområde	3 %
Andet, skriv gerne hvor: _____	4 %

Antal besvarelser	1.349

**Q38: Hvordan synes du det er at spise mad i skolen? Du må gerne sætte flere krydser**

Jeg synes det er ensomt fordi jeg næsten aldrig har nogen at spise frokost sammen med	3 %
Jeg synes det er pinligt at spise foran andre	8 %
Jeg synes vores fællesskab i klassen bliver bedre	16 %
At spise i skolen skal hurtigt overstås	29 %
Det er hyggeligt når vi spiser sammen	42 %
Andet: _____	8 %
Ved ikke	13 %
Antal besvarelser	1.349

**Q39: Hvor får du oftest mad fra, når du spiser frokost i skolen?**

Jeg har madpakke med	80 %
Jeg går ud og køber noget i en butik, på tanken/kiosken eller lignende	4 %
Jeg køber i skoleboden	2 %
Jeg køber i kantinen	5 %
Jeg får eller afhenter mad fra skolemadsordningen, som er betalt på forhånd	5 %
Andet	4 %
Antal besvarelser	1.349

**Q40: Bliver du typisk mæt af den madpakke du har haft med (kun børn som typisk spiser madpakke)**

Ja, altid	28%
Ja, for det meste	53%
Nogle gange	14%
Sjældent	3%
Aldrig	0%
Ved ikke	2%
Antal besvarelser	1.083

**Q40: Bliver du typisk mæt af det du køber i kiosken/tanken? (kun børn som typisk får mad fra kiosk eller tank)**

Ja, altid	16%
Ja, for det meste	45%
Nogle gange	28%
Sjældent	4%
Aldrig	6%
Ved ikke	2%
Antal besvarelser	51

**Q40: Bliver du typisk mæt af den mad du køber i skoleboden?  
(kun børn som typisk spiser mad fra skolebod)**

Ja, altid	12%
Ja, for det meste	42%
Nogle gange	35%
Sjældent	4%
Aldrig	4%
Ved ikke	4%
Antal besvarelser	26

**Q40: Bliver du typisk mæt af den mad du køber i kantinen?  
(kun børn som typisk spiser mad fra kantinen)**

Ja, altid	17%
Ja, for det meste	48%
Nogle gange	22%
Sjældent	6%
Aldrig	3%
Ved ikke	3%
Antal besvarelser	64

**Q40: Bliver du typisk mæt af skolemaden?  
(kun børn som typisk spiser skolemad)**

Ja, altid	14%
Ja, for det meste	49%
Nogle gange	32%
Sjældent	3%
Aldrig	3%
Ved ikke	0%
Antal besvarelser	66

**Q41: Kan du typisk godt lide den madpakke du har haft med  
(kun børn som typisk spiser madpakke)**

Ja, altid	28%
Ja, for det meste	53%
Nogle gange	14%
Sjældent	3%
Aldrig	0%
Ved ikke	2%
Antal besvarelser	1.083

**Q41: Kan du typisk godt lide det du køber i kiosken/tanken?  
(kun børn som typisk får mad fra kiosk eller tank)**

Ja, altid	43%
-----------	-----

Ja, for det meste	43%
Nogle gange	10%
Sjældent	0%
Aldrig	2%
Ved ikke	2%
Antal besvarelser	51

**Q41: Kan du typisk godt lide den mad du køber i skoleboden?  
(kun børn som typisk spiser mad fra skolebod)**

Ja, altid	42%
Ja, for det meste	31%
Nogle gange	23%
Sjældent	4%
Aldrig	0%
Ved ikke	0%
Antal besvarelser	26

**Q41: Kan du typisk godt lide den mad du køber i kantinen?  
(kun børn som typisk spiser mad fra kantinen)**

Ja, altid	42%
Ja, for det meste	41%
Nogle gange	8%
Sjældent	3%
Aldrig	5%
Ved ikke	2%
Antal besvarelser	64

**Q41: Kan du typisk godt lide det mad du henter fra skolemadsordning?  
(kun børn som typisk spiser skolemad)**

Ja, altid	8%
Ja, for det meste	55%
Nogle gange	33%
Sjældent	3%
Aldrig	2%
Ved ikke	0%
Antal besvarelser	26

**Q42: Hvad bryder du dig ikke om at få i**

- Med i din madpakke
- Når du køber mad i skoleboden
- Når du køber mad i kantinen
- Med i den mad du får/afhenter fra skolemadsordningen]

Åben	
------	--

Antal besvarelser	1.349
-------------------	-------

**Q43: Har du madkundskab i skolen i år?**

Ja, som et fag hele klassen skal have	43 %
Ja, som et valgfag jeg selv har valgt	13 %
Nej	42 %
Ved ikke	2 %
Antal besvarelser	1.349

**Q44: Hvad fylder mest i jeres timer i madkundskab?  
(Kun de som har madkundskab i skolen i år)**

At lave mad	51 %
At snakke om mad	9 %
Begge dele lige meget	38 %
Ved ikke	3 %
Antal besvarelser	761

**Q45: Hvad kan du bedst lide i madkundskab?  
(Kun de som har madkundskab i skolen i år)**

At lave mad	87 %
At snakke om mad	3 %
Begge dele lige meget	7 %
Ved ikke	4 %
Antal besvarelser	761

**Q46: Skriv et eksempel på noget, I har lavet i madkundskab.  
(Kun de som har madkundskab i skolen i år)**

Åben	
Antal besvarelser	761

## Resultater – forældre

**Q1: Hjalp dit barn til med at lave aftensmaden derhjemme i går? Fx snitte grøntsager eller stege kød.**

Ja	29 %
Nej	47 %
Mit barn var ikke hjemme i går aftes	18 %
Der blev ikke lavet aftensmad i går	6 %
Antal besvarelser	506

**Q2: Tænk tilbage på de seneste syv dage. Hvilke dage har dit barn hjulpet med at lave aftensmaden?**

**Sæt kryds ved alle de dage, hvor dit barn hjalp eller selv lavede aftensmaden.**

Mandag	20 %
Tirsdag	22 %
Onsdag	24 %
Torsdag	17 %
Fredag	18 %
Lørdag	22 %
Søndag	20 %
Ingen af dagene	30 %
Ved ikke	2 %
Antal besvarelser	506

**Q3: Har dit barn hjulpet med at lave mad eller selv lavet mad derhjemme i løbet af den seneste måned?**

**(Kun dem hvis børn ikke har hjulpet de seneste syv dage)**

Ja	69 %
Nej	29 %
Ved ikke	2 %
Antal besvarelser	162

**Q4: Hvem plejer dit barn oftest at lave mad sammen med?**

Med mig	60 %
Med min partner	21 %
Med en søskende	3 %
Alene	10 %
Andre: _____	6 %
Antal besvarelser	506

**Q5: Hvad lavede dit barn sidste gang, det hjalp med at lave mad? Du må gerne sætte flere krydser.**

**(Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)**

Mit barn hjalp med at dække bord	54 %
Mit barn hjalp med at tage ud fra bordet, rydde op eller vaske op	48 %
Mit barn hjalp med at gøre madvarerne klar ( fx vaske, hakke eller snitte grøntsager)	66 %
Mit barn hjalp med at stege, koge eller røre i gryderne	59 %
Mit barn hjalp med at planlægge, hvilke retter vi skal spise	34 %
Mit barn hjalp med at købe ind	19 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	3 %
Ved ikke	0 %
Antal besvarelser	456

**Q6: Hvad vil du helst have hjælp til, når du laver mad med dit barn? Rangér mulighederne med det du helst vil have hjælp til øverst, og det du mindst vil have hjælp til nederst. Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.**

**(Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)**

**Svarmulighed: At planlægge, hvilke retter vi skal spise**

Rank 1	28 %
Rank 2	12 %
Rank 3	17 %
Rank 4	13 %
Rank 5	19 %
Rank 6	12 %
Antal besvarelser	456

**Q6: Hvad vil du helst have hjælp til, når du laver mad med dit barn? Rangér mulighederne med det du helst vil have hjælp til øverst, og det du mindst vil have hjælp til nederst. Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.**

**(Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)**

**Svarmulighed: At købe ind**

Rank 1	4 %
Rank 2	9 %
Rank 3	7 %
Rank 4	14 %
Rank 5	18 %
Rank 6	49 %
Antal besvarelser	456

**Q6: Hvad vil du helst have hjælp til, når du laver mad med dit barn? Rangér mulighederne med det du helst vil have hjælp til øverst, og det du mindst vil have hjælp til nederst. Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.**

(Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)

Svarmulighed: At dække bord

Rank 1	12 %
Rank 2	17 %
Rank 3	17 %
Rank 4	19 %
Rank 5	21 %
Rank 6	14 %
Antal besvarelser	456

Q6: Hvad vil du helst have hjælp til, når du laver mad med dit barn? Rangér mulighederne med det du helst vil have hjælp til øverst, og det du mindst vil have hjælp til nederst. Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.

(Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)

Svarmulighed: At gøre ingredienserne klar ( fx vaske, hakke eller snitte grøntsager)

Rank 1	33 %
Rank 2	22 %
Rank 3	22 %
Rank 4	12 %
Rank 5	7 %
Rank 6	4 %
Antal besvarelser	456

Q6: Hvad vil du helst have hjælp til, når du laver mad med dit barn? Rangér mulighederne med det du helst vil have hjælp til øverst, og det du mindst vil have hjælp til nederst. Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.

(Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)

Svarmulighed: At stege, koge eller røre i gryderne

Rank 1	13 %
Rank 2	23 %
Rank 3	20 %
Rank 4	20 %
Rank 5	17 %
Rank 6	8 %
Antal besvarelser	456

Q6: Hvad vil du helst have hjælp til, når du laver mad med dit barn? Rangér mulighederne med det du helst vil have hjælp til øverst, og det du mindst vil have hjælp til nederst. Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.

**(Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)**

**Svarmulighed: At tage ud fra bordet, rydde op eller vaske op**

Rank 1	10 %
Rank 2	17 %
Rank 3	18 %
Rank 4	23 %
Rank 5	19 %
Rank 6	13 %
Antal besvarelser	456

**Q7: Hvad tror du, dit barn bedst kan lide at hjælpe til med?**

**Rangér mulighederne med det, du tror, dit barn bedst kan lide øverst, og det barnet mindst kan lide nederst.**

**Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.**

**(Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)**

**Svarmulighed: At planlægge, hvilke retter vi skal spise**

Rank 1	31 %
Rank 2	18 %
Rank 3	24 %
Rank 4	12 %
Rank 5	11 %
Rank 6	5 %
Antal besvarelser	456

**Q7: Hvad tror du, dit barn bedst kan lide at hjælpe til med?**

**Rangér mulighederne med det, du tror, dit barn bedst kan lide øverst, og det barnet mindst kan lide nederst.**

**Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.**

**(Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)**

**Svarmulighed: At købe ind**

Rank 1	8 %
Rank 2	11 %
Rank 3	11 %
Rank 4	22 %
Rank 5	17 %
Rank 6	31 %
Antal besvarelser	456

**Q7: Hvad tror du, dit barn bedst kan lide at hjælpe til med?**  
 Rangér mulighederne med det, du tror, dit barn bedst kan lide øverst, og det barnet mindst kan lide nederst.  
 Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.  
 (Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)

**Svarmulighed: At dække bord**

Rank 1	8 %
Rank 2	12 %
Rank 3	13 %
Rank 4	23 %
Rank 5	34 %
Rank 6	10 %
Antal besvarelser	456

**Q7: Hvad tror du, dit barn bedst kan lide at hjælpe til med?**  
 Rangér mulighederne med det, du tror, dit barn bedst kan lide øverst, og det barnet mindst kan lide nederst.  
 Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.  
 (Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)

**Svarmulighed: At gøre ingredienserne klar ( fx vaske, hakke eller snitte grøntsager)**

Rank 1	21 %
Rank 2	25 %
Rank 3	24 %
Rank 4	17 %
Rank 5	8 %
Rank 6	5 %
Antal besvarelser	456

**Q7: Hvad tror du, dit barn bedst kan lide at hjælpe til med?**  
 Rangér mulighederne med det, du tror, dit barn bedst kan lide øverst, og det barnet mindst kan lide nederst.  
 Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.  
 (Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)

**Svarmulighed: At stege, koge eller røre i gryderne**

Rank 1	29 %
Rank 2	28 %
Rank 3	20 %
Rank 4	12 %
Rank 5	8 %
Rank 6	4 %

Antal besvarelser	456
-------------------	-----

**Q7: Hvad tror du, dit barn bedst kan lide at hjælpe til med?**  
Rangér mulighederne med det, du tror, dit barn bedst kan lide øverst, og det barnet mindst kan lide nederst.

Tryk på mulighederne i den rækkefølge, som passer til dig. Du kan rykke dine svar ved at trække dem rundt inde i kassen.

(Kun dem hvis børn har hjulpet med madlavning den seneste måned)

Svarmulighed: At tage ud fra bordet, rydde op eller vaske op

Rank 1	4 %
Rank 2	6 %
Rank 3	9 %
Rank 4	14 %
Rank 5	23 %
Rank 6	44 %
Antal besvarelser	456

**Q8: Når dit barn hjælper med at lave mad derhjemme, hvordan sker det så oftest?**  
(Kun dem hvis barn har hjulpet med madlavning den seneste måned)

Mit barn giver selv udtryk for, at det vil hjælpe	32 %
Jeg eller min partner spørger, om mit barn har lyst til at hjælpe	37 %
Jeg eller min partner siger, at mit barn skal hjælpe	18 %
Mit barn har en fast maddag	8 %
Andet, skriv gerne hvordan: __	5 %
Ved ikke	0 %
Antal besvarelser	456

**Q9: Tænk på den seneste uge. Har du haft lyst til at tage dit barn med i køkkenet, men ikke gjort det?**

Ja	46 %
Nej	41 %
Ved ikke	13 %
Antal besvarelser	506

**Q10: Hvorfor gjorde du det ikke?**  
(Kun dem der havde lyst til at tage deres barn med i køkkenet, men ikke gjorde det)

Der var ikke nok arbejdsopgaver	11 %
Jeg var var bekymret for, at mit barn kom til skade ( fx skar sig i fingeren)	2 %
Der var ikke plads i køkkenet	5 %
Jeg havde for travlt til at inddrage mit barn	24 %
Jeg havde ikke energi til at invitere dem med	25 %
Andet, skriv gerne hvorfor: _____	34 %

Antal besvarelser	233

**Q11: Hvad er årsagen til, at dit barn ikke har hjulpet med at lave mad i løbet af den seneste måned? Du må gerne sætte flere krydser.**

**(Kun dem hvis barn ikke har hjulpet med madlavning den seneste måned)**

Mit barn har ikke lyst	51 %
Der er ikke plads i vores køkken	4 %
Jeg synes det roder for meget	4 %
Jeg synes det er for tidskrævende	15 %
Mit barn har ikke tid til at hjælpe	23 %
Jeg ved ikke hvordan jeg skal inddrage mit barn	6 %
Jeg har ikke energi til at inddrage mit barn	4 %
Jeg synes selv det svært at lave mad og inddrager derfor ikke mit barn	2 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	15 %
Ved ikke	15 %
Antal besvarelser	47

**Q12: Kan du lide at lave mad?**

Ja, meget	34 %
Ja, lidt	38 %
Hverken/eller	13 %
Nej, ikke så meget	12 %
Nej, slet ikke	3 %
Antal besvarelser	506

**Q13: Tror du, at dit barn kan lide at lave mad?**

Ja, meget	25 %
Ja, lidt	54 %
Hverken/eller	10 %
Nej, ikke så meget	10 %
Nej, slet ikke	2 %
Antal besvarelser	506

**Q14: Vil du gerne have, at dit barn er mere med til at lave mad derhjemme?**

Ja, jeg vil gerne have at mit barn er mere med i madlavningen	71 %
Nej, jeg har ikke lyst til at mit barn laver mere i madlavningen	4 %
Nej, fordi jeg synes allerede mit barn deltager meget i madlavningen	19 %
Ved ikke	6 %
Antal besvarelser	506

**Q15: Hvorfor vil du gerne have, at dit barn hjælper mere til med at lave mad derhjemme?  
(Kun dem der gerne vil have deres barn mere med i køkkenet)**

Åben	
Antal besvarelser	357

**Q16: Hvorfor vil du ikke have, at dit barn hjælper mere til med at lave mad derhjemme?  
(Kun dem der ikke har lyst til at deres barn laver mere i køkkenet)**

Åben	
Antal besvarelser	22

**Q17: Hvad kunne få dig til at tage dit barn mere med i køkkenet? Du må gerne sætte flere krydser.**

At vi havde bedre tid til at lave maden i hverdagen	58 %
At jeg var mere tryk i mine egne madlavningsevner	9 %
At det ikke gav så meget rod i køkkenet	17 %
At jeg kunne undgå at mit barn arbejdede med skarpe knive eller varme kogeplader	3 %
At jeg var sikker på at den mad mit barn lavede, var god nok	3 %
At jeg havde mere energi til det	41 %
At vi havde mere plads i køkkenet	25 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	20 %
Antal besvarelser	506

**Q18: Hvad ville motivere dig til at tage dit barn mere med i køkkenet? Du må gerne sætte flere krydser.**

At give mit barn selvtillid og følelsen af at kunne selv	65 %
At føle mig som en god og nærværende forælder	45 %
At vi får mere kvalitetstid som familie	58 %
At vi får gode snakke når vi laver mad	63 %
At opleve glæde frem for pligt i madlavningen	52 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	6 %
Antal besvarelser	506

**Q19: Hvor vigtigt er det for dig, at dit barn lærer at lave mad?**

Meget vigtigt	43 %
Rimelig vigtigt	48 %
Kun lidt vigtigt	8 %
Ikke så vigtigt	1 %
Slet ikke vigtigt	0 %
Ved ikke	0 %
Antal besvarelser	506

**Q20: Hvorfor er det vigtigt for dig, at dit barn lærer at lave mad?**

Åben	
Antal besvarelser	459

**Q21: Hvor god synes du, dit barn er til at lave mad?**

Meget god	12 %
Ret god	43 %
Lidt god	33 %
Ikke så god	9 %
Slet ikke god	1 %
Ved ikke	4 %
Antal besvarelser	506

**Q22: Hvad tror du, kunne hjælpe dit barn med at blive bedre til at lave mad? Du må gerne sætte flere krydser.**

At mit barn laver mere mad sammen med mig eller en anden voksen i husstanden	70 %
At mit barn har mere madlavning i skolen	41 %
At mit barn laver mere mad sammen med venner	31 %
At mit barn laver mere mad alene	32 %
At mit barn ser videoer og billeder af mad og madlavning på sociale medier og apps	22 %
At mit barn får hjælp til madlavning, når det laver mad alene	36 %
At mit barn kigger i/læser opskrifter i kogeboøger eller på internettet	26 %
At mit barn ser programmer om mad og madlavning i tv	19 %
At mit barn går til madlavning i fritiden ( fx i klub, madsskole eller ungdomsskole)	23 %
At jeg roser mit barn når det laver mad	43 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	2 %
Ved ikke	4 %
Antal besvarelser	506

**Q23: Hvor god synes du selv, du er til at lave mad?**

Meget god	19 %
Ret god	44 %
Lidt god	29 %
Ikke så god	7 %
Slet ikke god	2 %
Ved ikke	0 %
Antal besvarelser	506

**Q24: Hvilke følelser udtrykker dit barn, når det laver mad? Du må gerne sætte flere krydser.**

Glæde	48 %
Stolthed	53 %
Nysgerrighed	49 %
Lyst til at lære	45 %
Selvtillid	42 %
Frustration	14 %
Vrede	1 %
Kedsommelighed	20 %
Andet, skriv gerne hvad _____	3 %
Ved ikke	5 %
Antal besvarelser	506

**Q25: Oplever du nogle af følgende ting, når du laver mad med dit barn? Du må gerne sætte flere krydser.**

Jeg er nervøs for om mit barn kommer til skade	8 %
Jeg hygger mig	63 %
Jeg har det sjovt	29 %
Jeg bliver glad	51 %
Jeg har nogle gode samtaler med mit barn	63 %
Jeg slapper af	17 %
Jeg får mulighed for at være kreativ sammen med mit barn	36 %
Jeg bliver utilpas/stresset	12 %
Jeg bliver uvenner med mit barn	7 %
Jeg keder mig	1 %
Jeg bliver usikker på mine egne evner til at lave mad	4 %
Jeg er bange for at jeg ikke kan lide den mad mit barn laver	2 %
Jeg oplever ikke nogen af disse ting, når jeg laver mad	5 %
Antal besvarelser	506

**Q26: I hvilken grad oplever du, at madlavning med dit barn styrker familiefællesskabet? (Kun dem hvis barn har hjulpet med madlavning den seneste måned)**

I meget høj grad	26 %
I høj grad	40 %
I nogen grad	27 %
I mindre grad	2 %
Slet ikke	1 %
Ved ikke	4 %
Antal besvarelser	456

<b>Q27: Hvilken af følgende måder foretrækker du at spise aftensmad på?</b>	
Hele familien sammen ved spisebordet	88 %
Hele familien foran fjernsynet	5 %
For mig selv ( fx foran computeren)	0 %
Spise ude ( fx på restaurant eller café)	3 %
Ude ( fx hos venner eller andet familie)	1 %
Familien spiser hver for sig ( fx så det passer ind i hver vores program)	3 %
Ingen af ovenstående	0 %
Ved ikke	0 %
Antal besvarelser	506

<b>Q28: Hvorfor foretrækker du at spise hele familien sammen ved spisebordet? Du må gerne sætte flere krydser. (Kun dem som foretrækker at spise aftensmad hele familien sammen ved spisebordet)</b>	
Fordi det er hyggeligt	75 %
Fordi vi taler sammen	86 %
Fordi det er der, vi ser hinanden mest i løbet af dagen	63 %
Fordi jeg nyder maden mere	19 %
Fordi alle slapper af	26 %
Fordi vi spiser i længere tid	26 %
Fordi der er mere ro om aftensmåltidet	36 %
Fordi maden smager bedre, når vi spiser sammen ved spisebordet	22 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	1 %
Ved ikke	0 %
Antal besvarelser	443

<b>Q29: Hvor enig eller uenig er du i dette udsagn: "Mit barn kan godt lide at smage mad, som det ikke har smagt før?"</b>	
Helt enig	17 %
Delvist enig	40 %
Hverken enig eller uenig	17 %
Delvist uenig	16 %
Helt uenig	9 %
Ved ikke	0 %
Antal besvarelser	506

<b>Q30: Hvor enig eller uenig er du i dette udsagn: "Jeg kan godt lide at smage mad, som jeg ikke har smagt før?"</b>	
Helt enig	37 %
Delvist enig	42 %
Hverken enig eller uenig	12 %
Delvist uenig	6 %
Helt uenig	3 %
Ved ikke	0 %

Antal besvarelser	506
-------------------	-----

**Q31: Hvad får dit barn til at smage på noget mad, som det ikke har smagt før? Du må gerne sætte flere krydser.**

Hvis mit barn kan se, hvad der er i	35 %
Mit barn smager altid på mad det ikke kender	32 %
Hvis mit barn selv har været med til at lave det	42 %
Hvis jeg siger til mit barn at det skal smage	33 %
Hvis mit barn får lov at spise dypelse til ( fx ketchup)	13 %
Hvis mit barn får en belønning for det ( fx dessert eller lommepenge)	8 %
Mit barn smager normalt ikke på mad, det ikke kender	9 %
Hvis mit barn gør det sammen med sine venner	26 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	5 %
Ved ikke	2 %
Antal besvarelser	506

**Q32: Har du kaldt dit barn kræsen?**

Nej, jeg har aldrig kaldt mit barn kræsen	47 %
Ja, inden for den seneste uge	8 %
Ja, inden for den seneste måned	12 %
Ja, inden for det seneste år	13 %
Ja, længere tid siden end et år	14 %
Ved ikke	6 %
Antal besvarelser	506

**Q33: Hvorfor kaldte du dit barn kræsen? Du må gerne sætte flere krydser. (Kun dem som har kaldt deres barn kræsen det seneste år)**

Fordi mit barn ikke gad smage på maden	33 %
Fordi jeg synes det er vigtigt at fortælle mit barn sandheden	26 %
Fordi jeg er bekymret for, om mit barn får nok varieret mad	31 %
Fordi jeg var ked af, at mit barn ikke ville smage på maden, jeg havde brugt lang tid på at lave	28 %
Fordi jeg var frustreret	19 %
Fordi jeg håbede, at det ville få mit barn til at smage på maden	15 %
Andet, skriv gerne hvorfor:	12 %
Ved ikke	4 %
Antal besvarelser	166

**Q34: Synes du, at dit barn er kræsen?**

Ja	29 %
Nej	65 %
Ved ikke	6 %

Antal besvarelser	506
-------------------	-----

**Q35: Synes du selv, at du er kræsen?**

Ja	19 %
Nej	80 %
Ved ikke	1 %
Antal besvarelser	506

**Q36: Hvad er der på dit barns skole? Du må gerne sætte flere krydser.**

Mulighed for at købe mad i en skolebod	29 %
Mulighed for at få mad via en skolemadsordning som er betalt på forhånd	30 %
Mulighed for at købe mad i en kantine	13 %
Der er ikke mulighed for at købe mad på mit barns skole	37 %
Andet, skriv gerne hvad: _____	3 %
Antal besvarelser	506

**Q37: Hvordan får dit barn oftest frokost i skolen?**

Mit barn har madpakke med	84 %
Mit barn går ud og køber noget i en butik, på tanken/kiosken eller lignende	2 %
Mit barn køber i skoleboden	2 %
Mit barn køber i kantine	1 %
Mit barn får eller afhenter mad fra skolemadsordningen, som er	7 %
Andet, skriv gerne hvordan:	4 %
Antal besvarelser	506

**Q38: Hvad tror du bedst, dit barn kan lide at få med i madpakke?  
(Kun dem hvis børn har madpakke med)**

Åben	
Antal besvarelser	423