

# Bag om danskernes kost og fysiske aktivitet i 2020-2021

Sisse Fagt, Anja Biloft-Jensen, Mette Rosenlund Sørensen, Ellen Trolle, Matilda Nordman, Tue Christensen, Kim Henriksen, Karsten Kørup, Karin Hess Ygil, Camilla Christensen, Jeppe Matthiessen

Afdelingen for Risikovurdering og Ernæring  
DTU Fødevarerinstitutionen



ISSN: 1904-5581

DTU Fødevarerinstitutionen gennemfører med jævne mellemrum de nationale undersøgelser af danskernes kost og fysiske aktivitet for at sikre et forskningsbaseret grundlag for instituttets arbejde med at vurdere forskellige fødevarerelaterede risici samt for instituttets forskning i folkesundhed. Formålet er at undersøge indtag af fødevarer, næringsstoffer og uønskede stoffer samt det fysiske aktivitetsniveau i den danske befolkning. Resultaterne bruger forskere og myndigheder til at vurdere fødevarerisikoen, folkesundheden og kostens klimabelastning i Danmark. Denne e-artikel giver et indblik i planlægningen og udviklingen af 2020-2021 undersøgelsen.

I Danmark er fem nationale kostundersøgelser gennemført blandt børn og voksne i løbet af de sidste 30 år (1). I den periode har i alt 18.000 danske børn og voksne deltaget i undersøgelserne.

Siden 2000 har undersøgelserne også omfattet detaljerede målinger af fysisk aktivitet blandt 4-75-årige, og i 2011-2013-undersøgelsen blev danskernes fysiske aktivitet for første gang målt objektivt i en national befolkningsundersøgelse i Danmark. Fysisk aktivitet måles med skridttællere. I 2006-2007 og i 2014-2015 er nationale kostundersøgelser desuden gennemført blandt spæd- og småbørn i alderen 6 måneder-3 år.

Undersøgelsesernes officielle navn er *Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet*.

DTU Fødevarerinstitutionen indsamler således data regelmæssigt. I de år, hvor en undersøgelse ikke finder sted, afleverer instituttet data – f.eks. gennem rapporter, e-artikler og videnskabelige artikler. Samtidig arbejder instituttets medarbejdere på at validere og forbedre de anvendte målemetoder. Herudover gennemfører instituttet diverse ad hoc-undersøgelser, f.eks. med fokus på energidrikke (2), sportsernæringsprodukter (3) og danskernes kostvaner under coronapandemien. Instituttet gennemfører også undersøgelser for at uddybe resultaterne fra kostundersøgelsen, f.eks. via kvalitative interviews med deltagerne. På den måde opnås en dybere forståelse for befolkningens perspektiv på mad og sundhed (4,5).

## Hvad måles i 2020-2021-undersøgelsen?

*Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet* er en national, repræsentativ tværsnitsundersøgelse baseret på en simpel tilfældig stikprøve af børn og voksne. 2020-2021-undersøgelsen sigter mod 4.000 deltagere i alderen 4-80 år, som bliver udtrukket via CPR-registret.

Deltagerne gennemfører et personligt interview, registrerer deres kost og fysiske aktivitet i en uge og får målt vægt, højde og taljeomkreds. For 4-14-årige børn interviewes en af forældrene, ligesom forælderen er ansvarlig for barnets kost- og aktivitetsregistreringer.

Som noget nyt i 2020-2021-undersøgelsen får 15-80-årige målt deres blodtryk, og 40-70-årige får tilbudt at få taget en blodprøve på et lokalt blodprøveambulatorium. Blodprøven kan bl.a. vise indholdet af kolesterol og fedtstoffer i blodet, samt om deltageren har forhøjet blodsukker, som kan være tegn på uopdaget diabetes.

Undersøgelsen er godkendt under den videnskabetiske komité i Region Hovedstaden.

*Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet* blev igangsat i februar 2020, men blev standset i marts 2020 og udsat på grund af nedlukningen af Danmark som følge af coronapandemien. Udsættelsen skyldtes først og fremmest, at hjemmebesøg med interview af deltagerne ikke kunne gennemføres som oprindelig planlagt.

Undersøgelsen er i stedet blevet sat i gang i oktober 2020 ud fra en vurdering om, at hjemmebesøg igen kan gennemføres på en forsvarlig måde, hvor både interviewere og deltagere kan føle sig trygge. Undersøgelsens resultater anses for at være af så stor samfundsmæssig relevans, at DTU Fødevarainstituttet og Fødevarestyrelsen har besluttet at gennemføre undersøgelsen på trods af coronapandemien, så længe Sundhedsstyrelsens retningslinjer følges.

I det personlige interview i 2020-2021-undersøgelsen interviewes deltagerne om:

- a) social baggrund, herunder uddannelse, beskæftigelse og indkomst
- b) vaner knyttet til måltidet, bl.a. hvem der sørger for at lave mad og hvor meget tid, der bruges på madlavning
- c) holdninger til og viden om sund mad, herunder også kendskab til forskellige fødevarermærker
- d) motivation og barrierer for at spise sundt
- e) indtag af færdigretter samt hyppighed af udespisning
- f) brug af kosttilskud
- g) fysisk aktivitet og stillesiddende adfærd.

Som noget nyt i 2020-2021-undersøgelsen vedrører en række spørgsmål bæredygtighed, herunder madvaner i forhold til indtag af kød og holdninger til at spise mindre kød.

Både kost og fysisk aktivitet (herunder antal skridt og cykeltid) bliver registreret i webbaserede dagbøger, som deltagerne kan udfylde på mobil/tablet/computer. Alternativt kan deltagere registrere deres kost og fysiske aktivitet på papir, hvis de ikke kan eller ikke ønsker at registrere digitalt.



### Kostdagbog

Siden 1995-undersøgelsen er danskernes kost blevet målt med kostdagbogsmetoden, hvor deltagerne i syv sammenhængende dage registrerer, hvad de spiser og drikker. Deltagerne svarer i fortrykte definerede og åbne svarkategorier. Portionsstørrelser vurderes dels ud fra husholdningsmål som glas, kopper og tallerkener og ud fra billedserier i dagbogen.

Kostdagbogen er organiseret i forhold til det typiske danske måltidsmønster med hovedmåltider og mellemmåltider. I 2011-2013 var det muligt at registrere 465 prækodede fødevarer. I den nye webbaserede kostdagbog er der op til 1.700 fødevarer at vælge imellem. Den webbaserede tilgang, der anvendes i 2020-2021-undersøgelsen, giver mulighed for en større detaljeringsgrad af antallet af fødevarer og portionsstørrelser samt for at indsamle mere detaljerede oplysninger om den enkelte fødevarer.

Udover at registrere kosten i 7 dage udfylder deltagerne også et kort fødevarerfrekvensskema om, hvor ofte forskellige fødevarer indgår i deres kost. Skemaet omfatter udelukkende fødevarer, som mange ikke spiser eller drikker jævnligt, f.eks. indmad, energidrikke og sportsernæringsprodukter.

### Validering af målemetoden af danskernes kostindtag

Metodens præcision til at måle kosten har DTU Fødevarainstituttet vurderet tre gange siden 2000 (6-9). Resultaterne viser bl.a., at kostdagbogsmetoden kan rangordne deltagerne rimelig korrekt i forhold til fødevarer- og næringsstofindtaget, samt at metoden undervurderer energiindtaget med ca. 12%. Disse usikkerheder anses som uundgåelige præmisser, når man gennemfører kostundersøgelser.



I 2017 gennemførte DTU Fødevarer instituttet en omfattende undersøgelse af, hvor god metoden er til at måle energiindtag som et udtryk for, hvor gode deltagerne er til at registrere hele deres sædvanlige kost. Deltagerne fik bl.a. målt deres kost med en webbaseret 7-dages kostdagbog. Det beregnede energiindtag fra kostregistreringerne blev holdt op mod det totale energiforbrug målt med dobbeltmærket vand (det er den mest præcise metode, der findes). Resultaterne peger på, at deltagerne underrapporterer deres energiindtag i samme størrelsesorden som tidligere.

Herudover har instituttet undersøgt, hvor god den webbaserede metode er til at måle frugt og grønt, fuldkorn og fisk ved at holde det rapporterede indtag op mod markører i blodet for indtag af frugt og grønt, fuldkorn og fisk (10-12). Desuden er energiindtaget vurderet op mod accelerometri, som måler den fysiske aktivitet og dermed kan estimere energiforbruget (13).

### Udvidelse af fødevarerliste og fotos til portionsbestemmelse

Udvidelsen fra 400 til 1.700 fødevarer i undersøgelsen har været en udfordring. DTU Fødevarer instituttet har indhentet viden om fødevarer markedet, bl.a. via markedsundersøgelser. Ligeledes har instituttet vurderet udvalget i onlinebutikker og gennemgået sortimentslister fra bl.a. Coop og Nemi med henblik på at skabe en tidssvarende fødevarerliste. Listen er bl.a. udvidet med en række plantebaserede produkter (f.eks. plantedrikke og kødalternativer) – produkter, som fylder mere på markedet nu end tidligere.

Deltagere skal kunne angive, hvor stor en portion af en fødevarer, de har spist eller drukket. I webkostdagbogen gør deltagerne det ved enten at registrere det spiste i gram eller ved at vælge en portionsstørrelse ud fra forskellige billedserier af fødevarer og retter.



Webkostdagbogen indeholder 408 forskellige billedserier til bestemmelse af portionsstørrelse. Mange er udviklet af DTU Fødevarer instituttet, men nogle er lånt fra andre forskningsgrupper i USA, England og Norge.

Det er vigtigt med gode og tidssvarende billeder, men det er også ressourcekrævende at tage nye billeder. DTU Fødevarer instituttet har opdateret billeder af fødevarergruppen søde sager til 2020-2021-undersøgelsen, idet der manglede billedserier på forskellige søde sager i Danmark som f.eks. flødeboller, klejner og kokosmakroner.

### Skridttællerdagbog

Sideløbende med, at deltagerne registrerer deres kost, registrerer de også deres fysiske aktivitet i en skridttællerdagbog. Skridttællerdagbogen er ligesom kostdagbogen webbaseret i 2020-2021-undersøgelsen.

I skridttællerdagbogen registrerer deltagerne bl.a., hvordan og hvor lang tid de har båret skridttælleren, antal skridt de har taget, og tid de har brugt på cykling og motion/sport.

Ud fra oplysningerne i skridttællerdagbogen er det muligt at vurdere, om deltageres data forekommer valide. Data fra skridttællerdagbogen indgår også i de tilbagemeldinger, deltagerne modtager som tak for deltagelse i undersøgelsen.



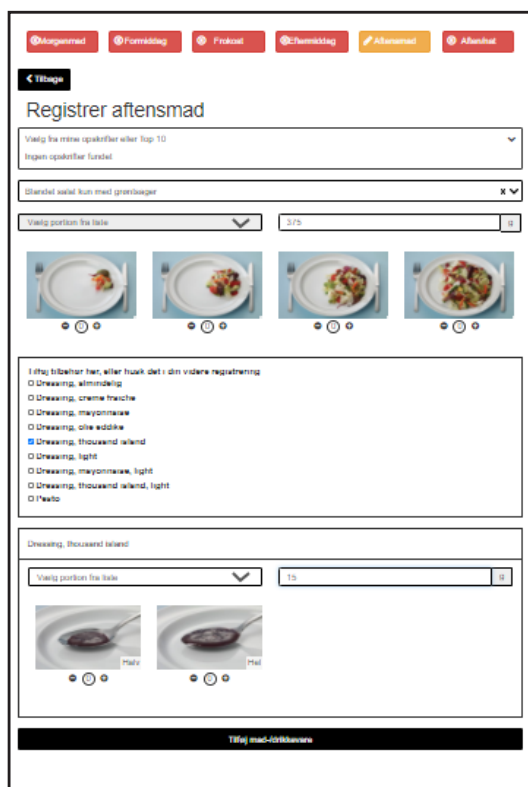
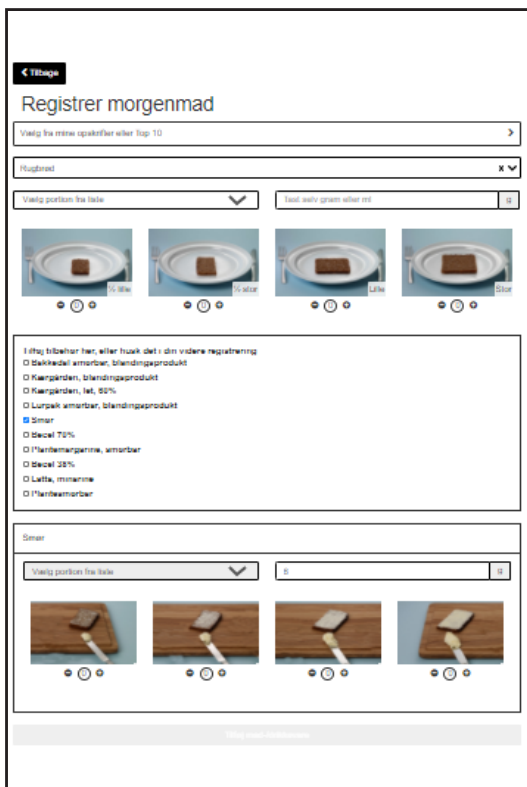
Ved at deltagerne registrerer deres kost og fysiske aktivitet i en uge, får DTU Fødevarer instituttet mulighed for at danne sig et billede af variationen i danskernes kost og fysiske aktivitetsniveau på både hverdage og weekenddage. Forskellene i, hvad danskerne spiser, og hvor meget de bevæger sig, har instituttet analyseret og beskrevet i en anden e-artikel: "Danskere spiser mest usundt lørdag og er mindst fysisk aktive søndag".

### Tilbagemeldinger

Alle deltagere får tilbud om at modtage en tilbagemelding på egne data for fysisk aktivitet og kropsmålinger (højde, vægt, taljeomkreds), og de 15-80-årige modtager en tilbagemelding på blodtryksmåling. De 40-70-årige, der indvilliger i at få taget blodprøve, modtager desuden en tilbagemelding på deres blodprøve.

Tilbuddet om at få indsigt i egne data kan sammen med lodtrækning om pengepræmier forhåbentligt anspore folk til at deltage i undersøgelsen og derved bidrage til en højere svarprocent,

Figur 2 viser eksempler på skærmbilleder fra kost- og skridttællerdagbog samt tilbagemelding.



**Fysisk aktivitet (skridt)**

Danmark er et af de lande i verden, hvor befolkningen cykler mest. Derfor er der i tabellen nedenfor også vist, hvor mange skridt jeres barn tager dagligt inklusive cykling omregnet til skridt pr. dag.

Se resultaterne fra jeres barns skridtmålinger

| Jeres barns resultater                          |                                   |
|---|-----------------------------------|
| Gennemsnitligt antal skridt pr. dag             | Flet <MeanRawStepsFeedback>       |
| Gennemsnitligt antal skridt pr. dag med cykling | Flet <MeanStepsBicyclingFeedback> |

Se det gennemsnitlige antal skridt pr. dag andre børn tager

|   | Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet 2011-2013 |              |
|---|--|--------------|
|   | Drengene 4-6 år  | Piger 4-6 år |
| Gennemsnitligt antal skridt pr. dag             | 14.353   | 11.626       |
| Gennemsnitligt antal skridt pr. dag med cykling | 15.005   | 12.347       |

Se om jeres barn tager det anbefalede antal skridt ved at sammenholde hans/hendes resultater med tabellen her

| Skridt pr. dag | Aktivitetsniveau                            |
|----------------|---|
| < 10.000       | Plads til forbedring (mindre end anbefalet) |
| = 10.000       | Godt (anbefalet)                            |

Se resultaterne af målingerne af jeres barns vægt, højde og isoBMI

| Jeres barns resultater      |                   |
|-----------------------------|-------------------|
| Vægt (kg)                   | Flet <MeanWeight> |
| Højde (m)                   | Flet <MeanHeight> |
| isoBMI (kg/m <sup>2</sup> ) | Flet <BMI>        |

Se isoBMI-grænseværdierne for normalvægt, moderat overvægt og svær overvægt for 4-6-årige drenge og piger

|      | Drengene   |                     |               | Piger      |                     |               |
|------|------------|---------------------|---------------|------------|---------------------|---------------|
|      | Normalvægt | Moderat overvægt    | Svær overvægt | Normalvægt | Moderat overvægt    | Svær overvægt |
| 4 år | < 17,52    | 17,52-19,22 = 19,23 | > 19,23       | < 17,36    | 17,36-19,15 = 19,16 | > 19,16       |
| 5 år | < 17,39    | 17,39-19,26 = 19,27 | > 19,27       | < 17,23    | 17,23-19,19 = 19,20 | > 19,20       |
| 6 år | < 17,52    | 17,52-19,75 = 19,76 | > 19,76       | < 17,33    | 17,33-19,61 = 19,62 | > 19,62       |

Se andelen med normalvægt, moderat overvægt og svær overvægt blandt andre børn og unge

| Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet 2011-2013 |                             |
|--|-----------------------------|
| Drengene 4-17 år   | Piger 4-17 år               |
| 80 % er normalvægtige  | 79 % er normalvægtige       |
| 17 % er moderat overvægtige  | 17 % er moderat overvægtige |
| 3 % er svært overvægtige   | 4 % er svært overvægtige    |

Hvis I har spørgsmål til tilbagemeldingen, er I velkomne til at kontakte DTU på telefon **35 88 70 70** på hverdage mellem kl. 9-16. I kan også skrive til DTU på e-mailadressen

Figur 2. Skærmbilleder fra kostdagbog samt sider fra tilbagemelding til forældre med 4-6-årige børn

### Nye målinger i undersøgelsen

I 2020-2021-undersøgelsen indgår målinger af flere risikofaktorer for hjerte-kar-sygdomme og type 2-diabetes.

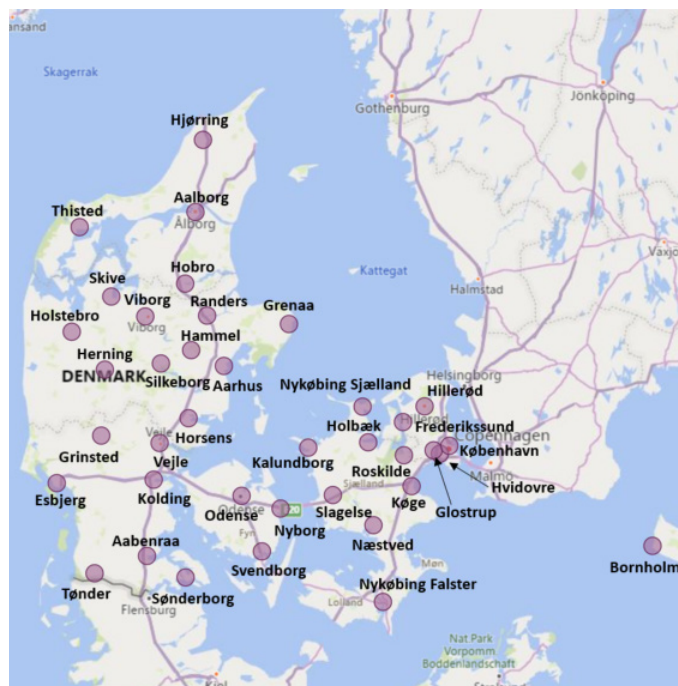
Som tidligere nævnt får alle deltagere målt taljeomkreds, deltagere mellem 15 og 80 år får målt blodtryk, og deltagere mellem 40 og 70 år bliver tilbudt at få taget en blodprøve på et ambulatorium. I blodet analyseres værdien af fastblodsukker, fasttriglycerid, total kolesterol og HDL-kolesterol.

På basis af målingerne af taljeomkreds, højde og vægt kan forekomsten af overvægt og bugfedme (æbleform, hvor fedtet sidder omkring maven) beregnes. Sammen med målinger af forhøjet blodtryk, forhøjet fastblodsukker, forhøjet triglycerid og forhøjet kolesterol kan forekomsten af metabolisk syndrom måles. Det metaboliske syndrom er en ophobning af de ovenstående risikofaktorer og giver øget risiko for udvikling af specielt hjerte-kar-sygdomme.

DTU Fødevarerinstitutionen har indgået aftaler med 38 ambulatorier over hele landet for at mindske afstanden for deltagerne til ambulatoriet. Ambulatoriernes placering fremgår af figur 1.

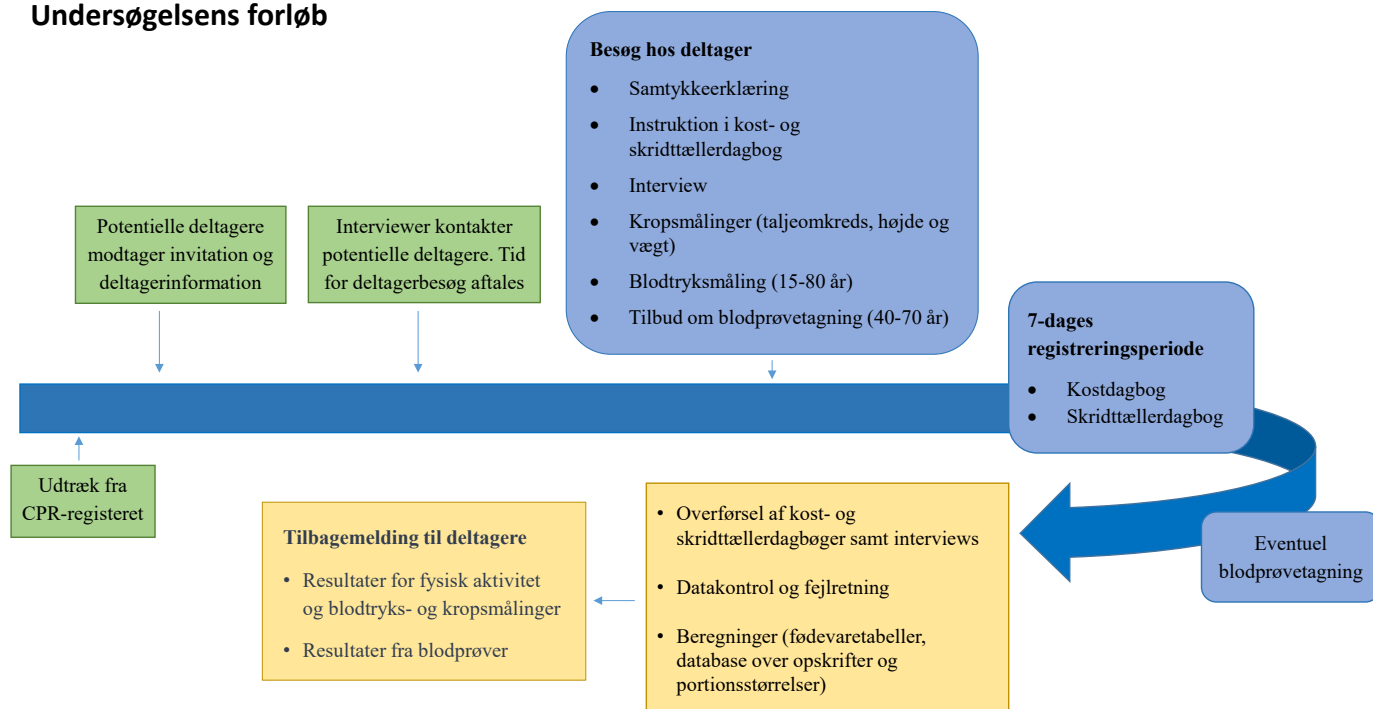
Når blodprøverne er analyseret, bliver overskydende blod overført til opbevaring i en forskningsbiobank på DTU Fødevarerinstitutionen, så der på et senere tidspunkt kan udføres flere analyser.

Figur 3 viser forløbet i undersøgelsen.



Figur 1. Oversigt over ambulatorier

### Undersøgelsens forløb



Figur 3. Oversigt over undersøgelsens forløb



### Vidste du at:

Otte ud af ti danske børn og unge spiser fisk mindst én gang om ugen, men færre end hver tiende spiser så meget som anbefalet (15).

Danskerne spiser mest usundt lørdag. Danskerne indtager 20% flere kalorier om lørdagen og 39% flere søde sager sammenlignet med en hverdag. Desuden spiser danskerne mindre frugt, grønt og fuldkorn om lørdagen end på en hverdag (14).

Kun 3% af danskerne holder sig til det anbefalede indtag af mættet fedt. De væsentligste kilder til mættet fedt i danskernes kost er smør, ost og kød (16).

Danskerne får mindst motion søndag. Sammenlignet med en hverdag bevæger danskere sig 20% mindre om søndagen (14).

Der er flere overvægtige end normalvægtige mænd i Danmark (53% vs. 47%). Det vil også snart være mere almindeligt som kvinde i Danmark at være overvægtig end at være normalvægtig. Andelen af overvægtige danske kvinder er steget fra 39% til 44% fra 2005 til 2013 (17).

Over halvdelen af danskerne tager et kosttilskud, selvom de fleste får nok vitaminer og mineraler fra kosten alene (18).

Ved at reducere indtaget af kød- og mejeriprodukter er det muligt at opnå en besparelse i kostens klima-aftryk på op mod 35% (19).



### Hvad bruges undersøgelserne til?

Data fra *de nationale undersøgelser af danskernes kost og fysiske aktivitet* bliver primært brugt til at rådgive myndighederne og i forskningssøjemed, både nationalt og internationalt, men data anvendes også til undervisning, sundhedsformidling og fødevareudvikling.

I boksen ovenfor er eksempler på analyser, DTU Fødevareinstituttet har udført med data fra 2011-2013-undersøgelsen.

### Coronasituationen

I månederne efter *Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet* blev standset i marts 2020 har DTU Fødevareinstituttet i stedet kortlagt, hvad 18-65-årige danskere spiser og drikker, og hvor meget de bevæger sig i den forandrede hverdag under coronapandemien.

Det er sket ved at gennemføre en web-spørgeskemaundersøgelse under coronanedlukningen i marts-april 2020 med deltagelse af 1.346 danskere fra

YouGovs nationale webpanel. Undersøgelsen er blevet gentaget i september 2020 med 933 af de samme deltagere, hvor coronaepidemien var under mere kontrol. Formålet er bl.a. at vurdere, hvordan samfundets nedlukning og coronapandemien har påvirket danskernes kost- og aktivitetsvaner.

## Sammenfatning

*Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet* tjener mange formål indenfor fødevarer sikkerhed, folkesundhed og bæredygtighed. Den er den mest omfattende kostundersøgelse i Danmark, som indsamler data for Kost, Rygning, Alkohol og Motion (KRAM) samt overvægt. Undersøgelsens resultater anvendes af myndigheder, forskere, undervisere, sundhedsprofessionelle, fødevarerbranchen og pressen.

*Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet* er den eneste nationale undersøgelse, der indsamler høj kvalitetsdata om hele kosten,

fysisk aktivitet og kropsmålinger på individniveau og dækker både børn og voksne i befolkningen. Ambitionen nu og i fremtiden er at indsamle de bedste kostdata i Danmark til rådgivning såvel som forskning.

Dataene er vigtige referencedata for fødevarer sikkerhed, folkesundhed og bæredygtighed. Data fra *Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet* vil også fremover medvirke til at måle effekten af ernæringskampagner og sikre, at myndigheder og andre sundhedsorganisationer kan vurdere danskernes kostvaner og deres udvikling.

### Data fra den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet bruges bl.a. til at:

- danne grundlag for udformningen af De officielle Kostråd, særlige kostråd til 65+ og de nye klimavenlige kostråd
- dokumentere, i hvor høj grad danskernes kost lever op til kostrådene for bl.a. indtag af frugt og grønt, fuldkorn og tomme kalorier (fx slik, sodavand o. lign.) – og dermed som baggrund for eventuelle tiltag og initiativer, der skal fremme efterlevelse af kostrådene
- beregne om danskerne får tilstrækkeligt med vitaminer og mineraler fra kosten
- evaluere Danmarks fødevarer- og ernæringspolitik, overvåge ernærings- og sundhedsmål og som grundlag for kommende ernærings- og sundhedsfremmende strategier
- beregne de samfundsøkonomiske gevinster ved at spise efter De officielle Kostråd
- beregne klimabelastningen af danskernes madvaner
- regulere hvor store mængder vitaminer og mineraler, producenter må tilsætte i forskellige fødevarer
- beregne danskernes indtag af tilsætningsstoffer og uønskede stoffer som f.eks. tungmetaller i fødevarer og rådgive danskerne, så vi ikke får for meget af stoffer, som vi ikke har brug for
- støtte opsporingen af fødevarer, når borgere bliver syge med f.eks. salmonellaforgiftning
- dokumentere den sociale ulighed i, hvad danskere spiser og hvor meget, de bevæger sig
- følge udviklingen af fysisk aktivitet og overvægt i Danmark.

## Referencer

1. Fagt S, Biltoft-Jensen A, Sørensen MR, Trolle E, Christensen T, Matthiessen J. Danskernes kostvaner nu og i fremtiden. *Perspektiv*, 27 (2), 4-9, 2016
2. Christensen LM, Iversen JD, Biltoft-Jensen A, Petersen MA, Søndergaard AB, Matthiessen J. *Energidrikke i Danmark. Undersøgelse af indtaget blandt 10-35-årige*. DTU Fødevareinstituttet 2014
3. Heddie Mejborn, Anja Biltoft-Jensen, Karsten Kørup, Jeppe Matthiessen. *Indtag af sportsernæringsprodukter blandt 15-55-årige danskere*, DTU Fødevareinstituttet 2018
4. Kierkegaard L, Sørensen MR, Fagt S. Madlavning, måltider og sammenhæng med kostens ernæringsmæssige kvalitet. DTU Fødevareinstituttet, 2016
5. Sørensen MR, Holm L. "I feel good and I am not overweight": A qualitative study of considerations underlying lay people's self-assessments of unhealthy diets. *Appetite*, vol 107, pp. 135-143, 2016
6. Biltoft-Jensen A, Matthiessen J, Rasmussen LB, Fagt S, Groth MV, Hels O. Validation of the Danish 7-day pre-coded food diary among adults: energy intake v. energy expenditure and recording length. *British Journal of Nutrition* 102, 12, 1838-46, 2009
7. Knudsen VK, Gille MB, Nielsen TH, Christensen T, Fagt S, Biltoft-Jensen A. Relative validity of the food diary used in the Danish National Survey of Diet and Physical Activity. *Public Health Nutr.* Aug 2: 1-7, 2012
8. Rothausen B, Matthiessen J, Groth MV, Brockhoff PB, Andersen LF, Trolle E. Comparison of estimated energy intake from 2x24-hour recalls and a 7-day pre-coded food record with objective measurements of energy expenditure in children. *Food & Nutrition Research*, 56: 12221, 2012
9. Rasmussen LB, Matthiessen J, Biltoft-Jensen AP, Tetens I. Characteristics of misreporters of dietary intake and physical activity. *Public Health Nutrition*, Vol. 10, No. 3, p. 230-237, 2007
10. Biltoft-Jensen A, Damsgaard CT, Andersen EW, Ygil KH, Andersen R, Ege M, Christensen T, Thorsen AV, Tetens I, Wu H, Landberg R. Validation of reported wholegrain intake from a web-based dietary record against plasma alkylresorcinol concentrations in 8-11 year-olds participating in a randomized controlled trial. *Feb*, 2016; 146(2): 377-83
11. Biltoft-Jensen AP, Damsgaard CT, Andersen R, Ygil KH, Andersen EW, Ege M, Christensen T, Sørensen LB, Stark KD, Tetens I, Thorsen AV. Accuracy of self-reported intake of signature foods in a school meal intervention study: comparison between control and intervention period. *British Journal of Nutrition*, Vol. 114, No. 4, 2015, p. 635-644
12. Biltoft-Jensen AP, Bysted A, Trolle E, Christensen T, Knuthsen P, Damsgaard CT, Andersen LF, Brockhoff PB, Tetens I. Evaluation of Web-based Dietary Assessment Software for Children: comparing reported fruit, juice and vegetable intakes with plasma carotenoid concentration and school lunch observations. *British Journal of Nutrition*, Vol. 110, No. 1, 2013, p. 186-195, 2013
13. Biltoft-Jensen A, Hjort MF, Trolle E, Christensen T, Brockhoff PB, Andersen LF, Tetens I, Matthiessen J. Comparison of estimated energy intake in children using a Web-based Dietary Assessment Software with accelerometer-estimated energy expenditure in children. *Food & Nutrition Research*, 57, 21434, 2013
14. Nordman M, Matthiessen J, Biltoft-Jensen A, Ritz C, Hjorth MF. Weekly variation in diet and physical activity among 4-75-year-old Danes. *Pub Health Nutri* 2020
15. Mejborn H, Kørup K, Biltoft-Jensen A. *Danske børns fiskeindtag*. DTU Fødevareinstituttet, 2019
16. Pedersen AN, Christensen T, Matthiessen J, Knudsen VK, Rosenlund-Sørensen AS, Biltoft-Jensen A, Hinsch HJ, Ygil KH, Kørup K, Saxholt E, Trolle E, Budtz Søndergaard, Fagt S. *Danskernes kostvaner 2011-2013. Hovedresultater*. DTU Fødevareinstituttet, 2015



17. Matthiessen J, Stockmarr A. Flere overvægtige danske kvinder. E-artikel nr. 2, DTU Fødevareinstituttet, 2015
18. Bilstoft-Jensen A, Hindborg H, Christensen T, Saxholt E, Bredsdorff L, Knudsen VK, Ravn-Haren G. De fleste får nok vitaminer og mineraler fra kosten alene. E-artikel nr. 2, DTU Fødevareinstituttet 2016
19. Lassen AD, Christensen LM, Fagt S, Trolle E. Råd om bæredygtig sund kost. Fagligt grundlag for et supplement til De officielle Kostråd. DTU Fødevareinstituttet 2020

*Redigeret af Miriam Meister og Heidi Kornholt*