nieuws

Polen zijn grootste groente- en fruiteters in Europa

nieuws

De Polen zijn de grootste eters van fruit en groenten. Dat blijkt uit een onderzoek van de Europese Voedselinformatieraad (EUFIC) in negentien lidstaten.

19 JANUARI 2012 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:17

Lees meer over:
gezondheid
consument

De Polen zijn de grootste eters van fruit en groenten. Dat blijkt uit een onderzoek van de Europese Voedselinformatieraad (EUFIC) in negentien lidstaten. België staat op de achtste plaats, achter Hongarije, Estland en Ierland maar voor Frankrijk. Gemiddeld consumeren we 343 gram groenten en fruit per dag. Daarmee zitten we onder de door de Wereldgezondheidsorganisatie aanbevolen portie van 400 gram.
De Polen bezetten de eerste plaats met een dagelijks gemiddeld verbruik van 577 gram fruit en groenten, met een serieuze voorsprong op de Italianen, die tweede staan met een dagelijkse portie van 452 gram. "Enkel in Polen, Italië, Duitsland en Oostenrijk wordt de aanbeveling van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) gevolgd om dagelijks minstens 400 gram fruit en groenten te consumeren", aldus het onderzoek dat op de website van EUFIC is gepubliceerd.
België staat dus achtste met gemiddeld 343 gram fruit en groenten per dag. De WHO-aanbeveling wordt in ons land wel gehaald wanneer groente- en fruitsappen meegeteld worden. IJsland sluit het peloton met 196 gram na de Zweden (237 gram) en de Tsjechen (253 gram). Volgens dieetgegevens van de lidstaten verzameld door EFSA eet een Europeaan gemiddeld 220 gram groenten en 166 gram fruit per dag. “In het zuiden van Europa worden meer groenten gegeten, terwijl fruit vooral geliefd is in de nieuwe lidstaten en in het zuiden”, alsnog de studie.
Meer info: Fruit and vegetable consumption in Europe

Bron: Belga/eigen verslaggeving

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact

M • info@vilt.be

Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen
Crafted by Brigada