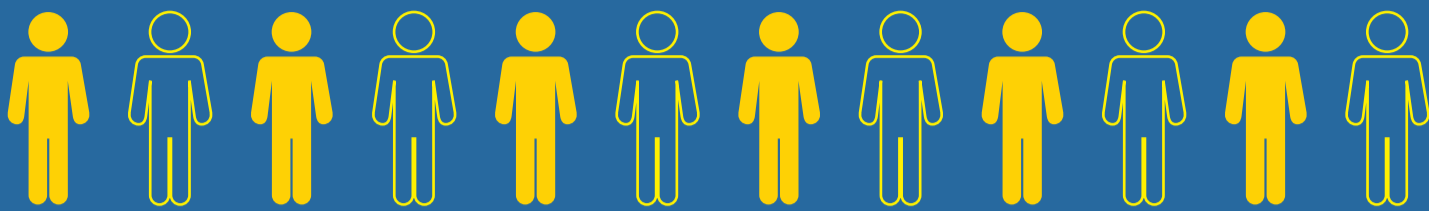


PREHRANJEVANJE ODRASLIH

V skladu z merili splošnega nezdravega prehranjevanja se v povprečju vsak drugi prebivalec Slovenije prehranjuje nezdravo, od tega največ moški, mlajši odrasli, prebivalci nižjega družbenega sloja in poklicno izobraženi.



62 %
odraslih prebivalcev Slovenije zajtrkuje vsak dan



39 %
prebivalcev dnevno uporablja priporočena rastlinska olja

44 %
prebivalcev dnevno uživa surovo zelenjavo



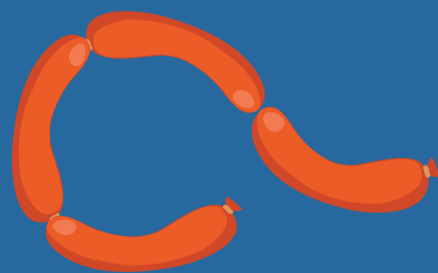
29 %
prebivalcev uživa ribe vsaj 1-krat tedensko



16 %
prebivalcev uživa mesne izdelke (klobase, šunke, salame, paštete) 4-krat na teden ali pogosteje



29 %
odraslih uživa sladke pijače tedensko ali pogosteje



Vir: CINDI 2016, 25-74 let

TRENDI V PREHRANJEVANJU ODRASLIH 2001-2016:

- povečal se je delež odraslih prebivalcev, ki vsakodnevno zajtrkujejo
- zmanjšal se je delež prebivalcev, ki enkrat tedensko ali pogosteje uživajo sladke pijače.
- prvič po letu 2012 se je povečal delež prebivalcev, ki vsakodnevno uživajo surovo zelenjavo,
- od leta 2008 dalje se delež prebivalcev, ki že pripravljeno hrano dosoljujejo, ne zmanjšuje več

Vir: CINDI 2001-2016, 25-64 let