

Markedsanalyse om voksnes madpakker:

# Kun 27 pct. forbinder primært madpakken med 'god smag'

November 2019

Markedsanalyse, Forbrugerøkonomi & Statistik

Noget at leve af. Noget at leve for.



10. november 2019

Axelborg, Axeltorv 3  
1609 København V

T +45 3339 4000 E info@lf.dk  
F +45 3339 4141 W www.lf.dk

## Kun 27 pct. forbinder primært madpakken med 'god smag'

*Madpakken er den mest populære frokostordning blandt voksne i hverdagene. Denne analyse viser, at selvom størstedelen godt kan lide at lave madpakke og er tilfredse med indholdet, så kan den også være en udfordring.*

### Resumé:

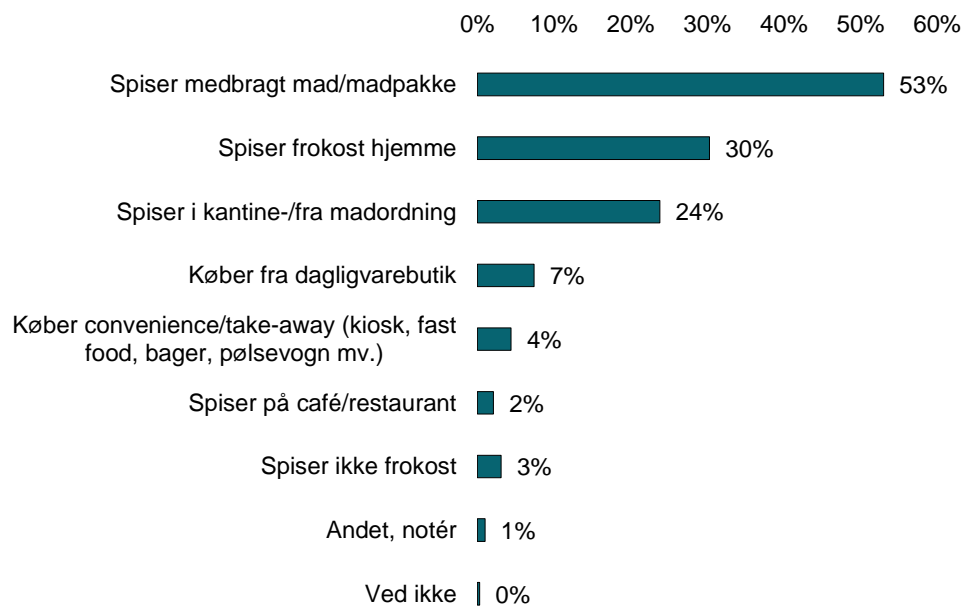
- Blandt voksne er det mest udbredt at spise medbragt madpakke til frokost i hverdagene. Det er hele 53 pct., der spiser medbragt madpakke til frokost, mens 24 pct. spise i kantine eller fra madordning.
- 46 pct. tilbereder deres madpakke om morgenen, mens 22 pct. tilbereder den sent om aftenen efter aftensmaden. Det er fire ud af ti, der godt kan lide at lave madpakker, mens hver tredje er indifferent og hver femte ikke kan lide det. Langt størstedelen er dog tilfredse med indholdet.
- Madpakker associeres oftest med at være mættende, give den nødvendige energi til dagen samt at være praktiske. Blot 27 pct. forbinder primært madpakker med 'god smag'.
- Det har størst betydning for valg af mad og drikke til madpakken, at fødevarerne er nemme at spise, smager godt og er sunde, samt at madpakken er nem at lave. De fødevarer, der oftest medbringes i madpakken, er rugbrød, kødpålæg, grønt og rester fra aftensmaden.
- Selvom flertallet af danskerne er tilfredse med indholdet af deres madpakke, er der også en del, som mangler inspiration og ser det som en udfordring at få den til at smage godt og være sund. Især de helt unge ml. 18-29 år peger på en række udfordringer ved madpakker, bl.a. at den er kedelig at spise, at der mangler inspiration, når den skal tilberedes – og at det kan være svært at huske at medbringe den om morgenen.
- Undersøgelsen peger på et behov for mere inspiration og forslag til sammensætning af mad og drikke til madpakker, som ikke bare er mættende og energiholdige, men også velsmagende og sunde. Dette kan potentielt set være med til at give flere en bedre oplevelse af deres madpakke og få flere til at associere madpakken med noget, der smager godt.

### Størstedelen spiser medbragt mad/madpakke i hverdagene

Danskernes frokost i hverdagene står stadig i madpakkens tegn. I en ny undersøgelse stiller Landbrug & Fødevarer skarpt på danskernes oplevelse af madpakker, både når det kommer til overvejelser og udfordringer ved madpakkerne.

Blandt voksne (18-70 år) er det mest udbredt at spise medbragt mad/madpakke til frokost i hverdagene. Konkret medbringer 53 pct. mad/madpakke, mens knap hver tredje spiser frokost hjemme. En fjerdedel af danskerne spiser frokost i kantine-/fra madordning i hverdagene:

**Figur 1**  
Spørgsmål: Hvad gør du typisk i forhold til frokosten i hverdagen?



Kilde: Norstat for Landbrug og Fødevarer maj 2019 (N=1525)

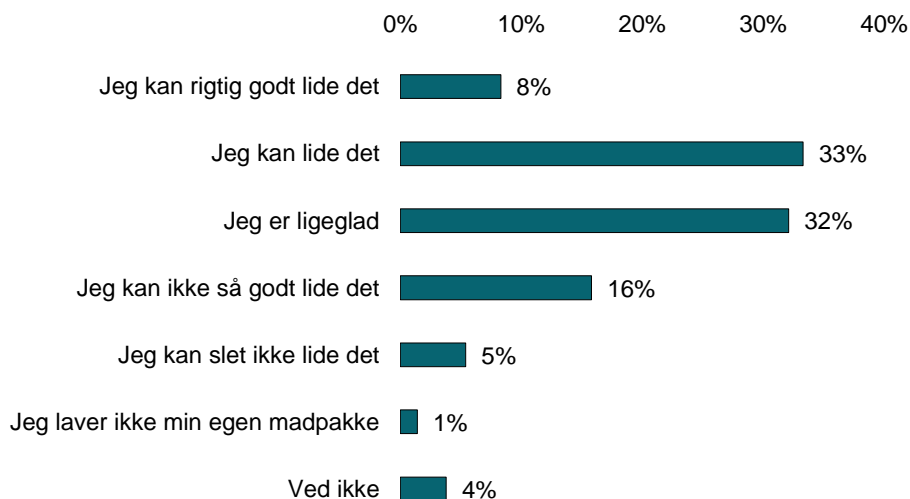
Kigger vi lidt nærmere, ses en tydelig tendens til, at det især er kvinderne, som spiser medbragt madpakke. Konkret er det 57 pct. blandt kvinder, der spiser medbragt mad/madpakke til frokosten i hverdagene, mens det samme gælder 49 pct. blandt mænd – en forskel på 8 procentpoint. Omvendt spiser signifikant flere mænd i kantine-/fra madordning, hvor der konkret er tale om 29 pct. blandt mænd og 19 pct. blandt kvinder. Vi ser samtidig at danskerne med børn i husstanden oftere spiser frokost i kantine-/fra madordning sammenlignet med danskere bosat i husstande uden hjemmeboende børn.

Blandt den tredjedel af danskerne, som spiser frokost hjemme, er det i signifikant højere grad de ældre danskere i alderen 50-70 år. Konkret er der tale om 39 pct., mens det samme gælder 29 pct. blandt de 18-35-årige og 19 pct. blandt de 36-49-årige.

## De fleste danskere kan generelt godt lide at tilberede madpakker

Det er 46 pct. – dvs. knap halvdelen – der typisk laver deres egen madpakke tidligt om morgenen, mens 11 pct. typisk laver deres madpakke i forbindelse med tilberedningen af aftensmaden og 22 pct. laver madpakken sent om aftenen efter aftensmaden. Spørger vi danskerne om, hvorvidt de kan lide at lave madpakker, svarer fire ud af ti, at de godt kan lide det, mens en tredjedel er indifferente. Hver femte svarer omvendt, at de ikke kan lide at lave madpakker.

**Figur 2**  
Spørgsmål: Hvilket af følgende udsagn forbinder du mest til det at lave din egen madpakke?



Kilde: Norstat for Landbrug og Fødevarer maj 2019 (N=1320, der tidligere i skemaet har svaret, at de tilbereder deres egen madpakke)

Det er især danskere mellem 18-35 år, der svarer, at de ikke kan lide at lave madpakker. Samtidig er det danskere, hvor man må formode, at der smøres mange madpakker, nemlig danskere bosat i husstande på 5 eller flere og husstande med 3 eller flere børn.

Om madpakken er en fornøjelse at smøre eller en sur pligt ændrer dog ikke ved, at langt størstedelen af danskerne er tilfredse med det, der typisk er i deres madpakke. Konkret er der tale om, at hele 76 pct. er enten 'meget tilfredse' eller 'tilfredse', fordelt ved at 22 pct. er meget tilfredse, mens hele 54 pct. er tilfredse. Værd at bemærke er, at det kun er 1 pct. som er utilfredse med indholdet i deres madpakke, mens 18 pct. hverken er tilfredse eller utilfredse.

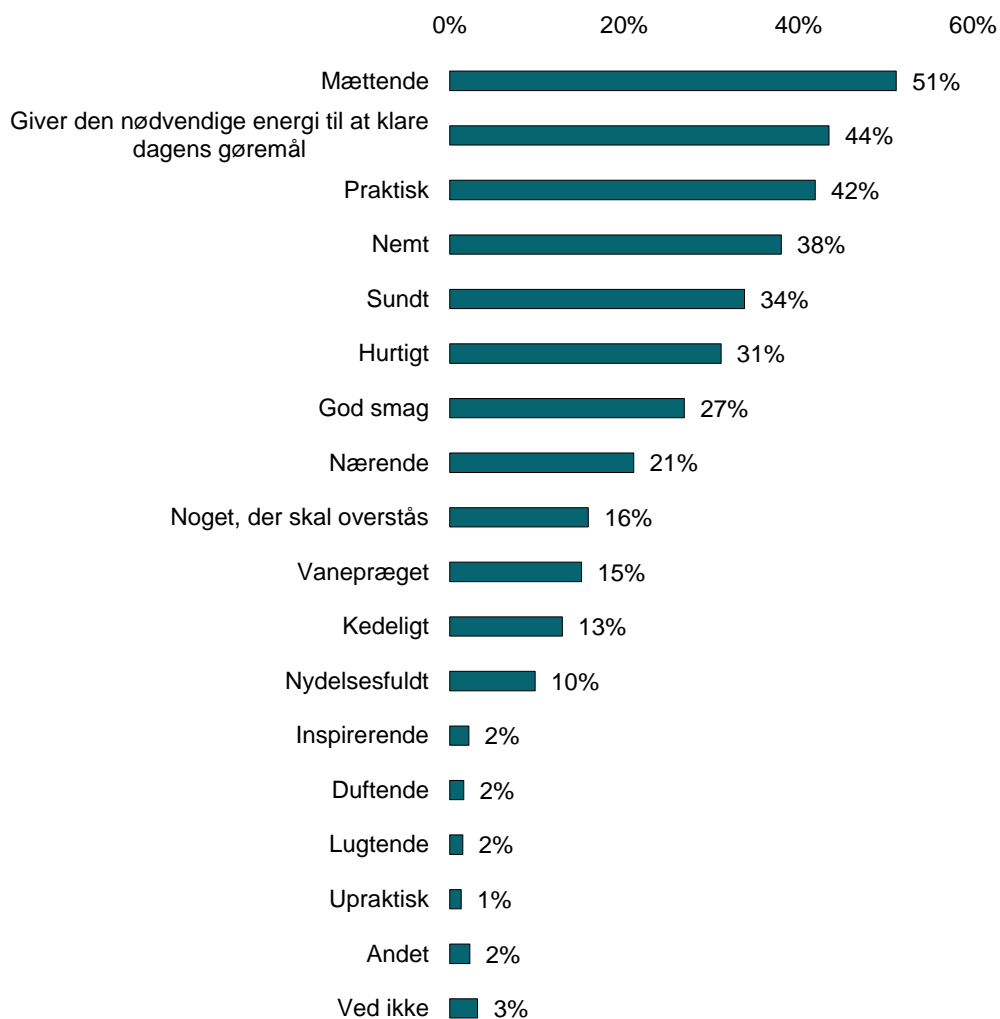
**76%** er enten 'tilfredse' eller meget tilfredse' med det, der typisk er i deres egen madpakke

Kilde: Norstat for Landbrug og Fødevarer maj 2019 (N=1400, der spiser medbragt madpakke minimum 'sjældent').

### Madpakken forbindes primært med at være mættende

Hvad forbinder danskerne så med dét at spise madpakke? Halvdelen af de adspurgte mener, at det at spise madpakke er mættende, 44 pct. mener, at det giver den nødvendige energi til at klare dagens gøremål og 42 pct. mener, at det er praktisk at spise madpakke. Det er desuden interessant, at det kun er lidt over en fjerdedel, der forbinder det at spise madpakke med en 'god smag' og 2 pct., der forbinder det med 'inspirerende':

**Figur 3**  
Spørgsmål: Hvilket udsagn forbinder du mest til det at spise madpakke? Du kan markere op til 5 svar.



Kilde: Norstat for Landbrug og Fødevarer maj 2019 (N=1400, der spiser medbragt madpakke minimum 'sjældent'). NB: Mulighed for op til 5 svar

### Rugbrød, kødpålæg og grønt er mest populært i madpakken

Hvad har danskerne så med i madpakken? Undersøgelsen viser, at rugbrød ikke overraskende fortsat er den mest populære fødevarer i madpakken. 60 pct. af danskerne medbringer rugbrød til frokost, mens 44 pct. medbringer pålæg, der tit hører med til en rugbrødsmad. På en tredjeplads er grønt (fx agurk og tomat), som et sundt tilbehør i 37 pct. af madpakkerne, mens 30 pct. har rester med fra aftensmaden. Alt i alt er top fire de mest udbredte typer

fødevarer i madpakken, der alle komplimenterer formålet med, at madpakken skal være mættende og give energi til dagens gøremål. Længere nede på listen finder vi, at 19 pct. havde frugt og bær med i den seneste madpakke, de har spist, mens 11 pct. havde humus, pesto eller avokado og 10 pct. havde fisk og skaldyr med.

**Figur 4**

*Spørgsmål: Hvilke af disse fødevarer havde du med i den seneste madpakke, du selv har spist? Du kan markere flere svar.*

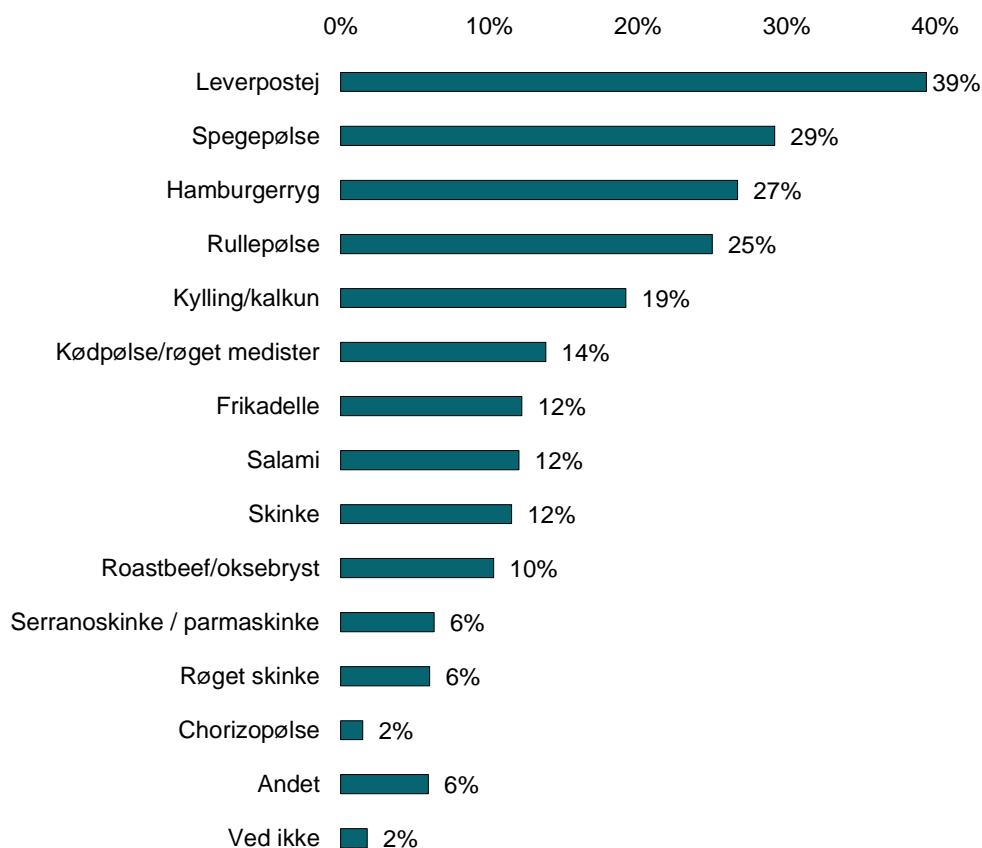


Kilde: Norstat for Landbrug og Fødevarer maj 2019 (N=1400, der spiser medbragt madpakke minimum 'sjældent') NB: Mulighed for flere svar

### Leverpostej er det absolut mest populære kødpålæg

Kødpålæg dækker over et bredt repertoire. Spørger vi de danskere, der havde kødpålæg med i madpakken, hvilke typer af kødpålæg de senest havde med, svarer knap 4 ud af 10 leverpostej. Denne type kødpålæg spises signifikant oftere af mænd end kvinder. Af de der har kødpålæg med i madpakken spiser 47 pct. blandt mænd leverpostej, mens det kun forholder sig sådan for 27 pct. blandt kvinder.

**Figur 5**  
 Spørgsmål: Hvilke af følgende kødpålægstyper havde du med i den seneste madpakke du selv har spise?



Kilde: Norstat for Landbrug og Fødevarer maj 2019 (N=616, har svaret, at de havde kødpålæg med i seneste madpakke). NB: Mulighed for flere svar

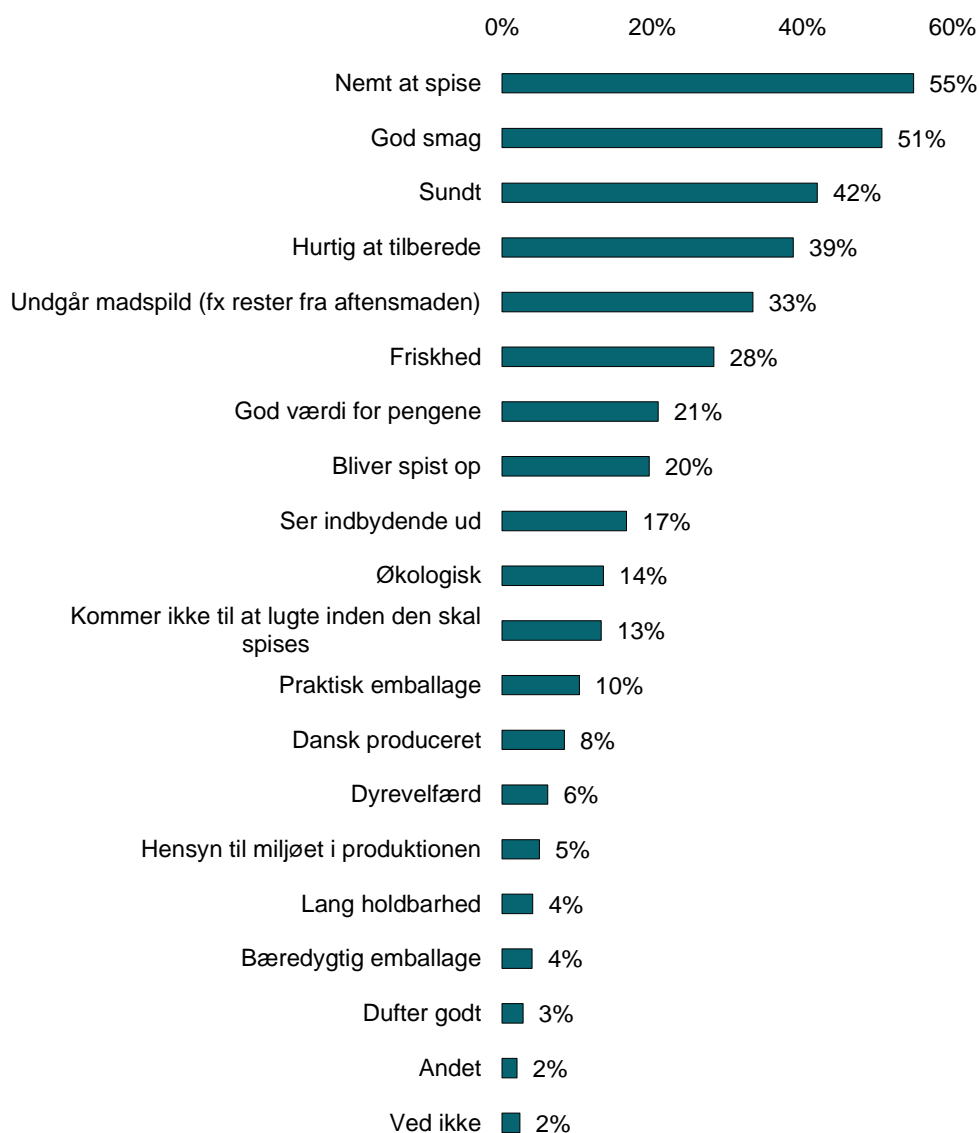
Blandt de der har kødpålæg med, er det knap hver tredje, som har spegepølse med på madpakken, mens en fjerdedel har hamburgerryg og rullepølse med. Længst nede på listen er Serano skinke/parmaskinke, røget skinke og chorizopølse med under 10 pct.

### Madpakken skal være nem at spise og smage godt

Hvad har så størst betydning for danskernes valg af mad og drikke til deres egen madpakke? Her ser vi, at nemt, hurtigt, smagfuldt og sundt er de fire mest nævnte faktorer, der har betydning af valget af det, der skal med i madpakken. At de mest populære fødevarer i madpakken er rugbrød, pålæg, grønt, skyldes måske dermed netop, at dette opfylder de vigtigste behov for nem og sund mad i frokostsituationen. Samtidig nævner hver tredje, at det har betydning, at man undgår madspild, hvilket kan være årsagen til, at rester fra aftensmaden er populært at tage med i madpakken.

**Figur 6**

Spørgsmål: Hvad har størst betydning for dine valg af mad og drikke til din egen madpakke? Du kan markere op til 5 svar



Kilde: Norstat for Landbrug og Fødevarer maj 2019 (N=1400, der spiser medbragt madpakke minimum 'sjældent') NB: Mulighed for op til 5 svar

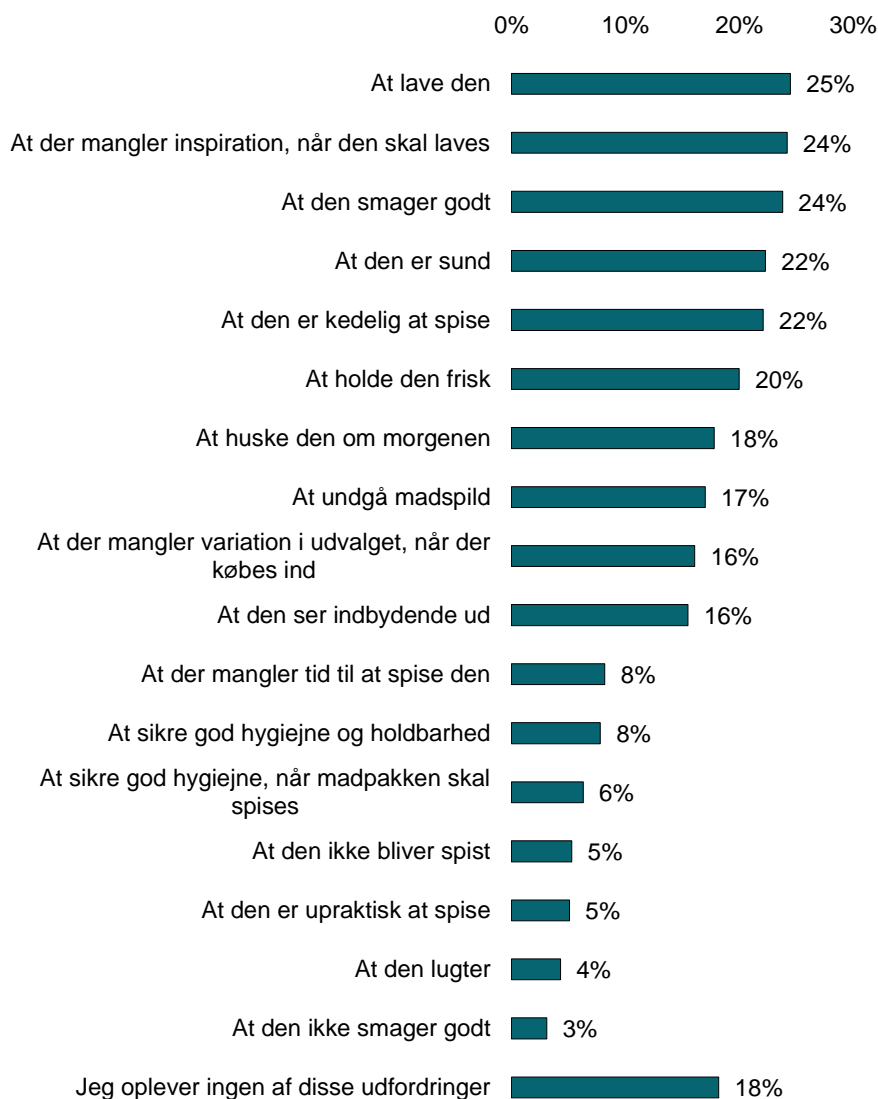
Bemærk her, at halvdelen af danskerne vælger mad og drikke til madpakken med henblik på, at den skal smage godt. Dog er det omvendt kun 27 pct., som primært forbinder dét at spise madpakke med, at det smager godt (figur 3).

### Danskerne mangler inspiration

Det er otte ud af ti, der peger på minimum én udfordring ved madpakker. Øverst på listen er det en fjerdedel, der peger på, at det er en udfordring at lave den, mens det ligeledes er en fjerdedel, der mangler inspiration, når den skal laves. Det er samtidig en fjerdedel, der peger på, at de har udfordringer med at få den til at smage godt, og knap hver fjerde, der finder det udfordrende at lave madpakken sund – tankevækkende især med skelen til, at danskerne netop vælger mad til madpakken netop ud fra, at den skal smage godt og være sund. Desuden peger 17 pct. på, at det er en udfordring at skulle undgå madspild.



**Figur 7**  
 Spørgsmål: Nedenfor ser du en række udfordringer, som andre har udtalt omkring madpakker. Er der nogen af dem, som du kan genkende ved din egen madpakke? Du kan markere flere svar



Kilde: Norstat for Landbrug og Fødevarer maj 2019 (N=1400, der spiser medbragt madpakke minimum 'sjældent') NB: Mulighed for op til 5 svar

Ser vi nærmere på tallene, finder vi, at yngre danskere ml. 18-29 år oftere end andre peger på en række udfordringer. Således er der signifikant flere i den yngste aldersgruppe, der peger på udfordringer som 'at holde den frisk', 'at huske den om morgenen', 'at den er kedelig at spise', 'at der mangler inspiration, når den skal laves' samt 'at der mangler variation i udvalget, når der skal købes ind'.

### Behov for mere inspiration til madpakken – og smagfulde muligheder

Medbragt mad/madpakke er den mest udbredte frokostordning i hverdage blandt danskerne i alderen 18-70 år. Madpakken skal være nem at spise, vel-smagende og sund – samtidig med at den skal mætte og give den nødvendige energi til dagens gøremål. Dog finder en del danskere det udfordrende at lave selve madpakken, de mangler inspiration, når den skal laves, og finder det udfordrende at få den til at smage godt og være sund.

Undersøgelsen peger derfor på et behov for mere inspiration og forslag til sammensætning af mad og drikke til madpakker, som både er velsmagende og sunde, men også mættende og energiholdige. Dette kan potentielt set være med til at give en bedre oplevelse, når madpakken laves og forhåbentlig få danskerne til i større omfang at associere deres madpakke med god smag.

#### **Om analysen:**

Analysen er baseret på en undersøgelse gennemført af Norstat for Landbrug & Fødevarer i maj måned 2019. I undersøgelsen deltog 1.525 repræsentativt udvalgte danskere i alderen 18-70 år, hvoraf 1400 har svaret, at de spiser en medbragt madpakke minimum 'sjældent'.



#### **Landbrug & Fødevarer**

Axeltorv 3  
1609 København V

T +45 3339 4000  
F +45 3339 4141

E [info@lf.dk](mailto:info@lf.dk)  
W [www.lf.dk](http://www.lf.dk)

#### **Yderligere kontakt**

Nina Preus  
Per Vesterbæk

3339 4674 [npre@lf.dk](mailto:npre@lf.dk)  
3339 4677 [peve@lf.dk](mailto:peve@lf.dk)