

Vinnsla og vöruþróun
Processing and Product
Development

Líftækni
Biotechnology



Matvælaöryggi
Food Safety



Fiskneysla 17 til 49 ára Íslendinga á mismunandi fisktegundum og -afurðum

Kolbrún Sveinsdóttir

Vinnsla og vöruþróun

Skýrsla Matís 37-07
September 2007

ISSN 1670-7192



Titill / Title	Fiskneysla 17 til 49 ára Íslendinga á mismunandi fisktegundum og -afurðum		
Höfundar / Authors	Kolbrún Sveinsdóttir		
Skýrsla / Report no.	37-07	Útgáfudagur / Date:	September 2007
Verknr. / project no.	1661		
Styrktaraðilar / funding:	AVS rannsóknasjóður í sjávarútvegi		
Ágríp á íslensku:	<p>Þessi skýrsla er hluti af AVS verkefninu “Verðmæti og öryggi íslenskra sjávarafurða - Áhættusamsetning og áhætturöðun”. Markmið hennar er að veita ítarlega og aðgengilega samantekt á þeim upplýsingum sem tiltækar eru um fiskneyslu Íslendinga, og byggir á upplýsingum sem aflað var í viðhorfs- og neyslukönnun AVS verkefnisins “Viðhorf og fiskneysla ungs fólks: Bætt úmynd sjávarafurða” sem gerð var árið 2006. Fengið var landsúrtak fólks á aldrinum 17-49 ára frá Hagstofu Íslands og alls búrúst svör frá 2198 manns.</p> <p>Niðurstöður er vörðuðu heildarfiskneyslutíðni, neyslutíðni fisktegunda og -afurða, hlutfallslega neysla feitra og magurra fisktegunda voru skoðaðar m.t.t. aldurs, kyns og búsetu. Einnig voru viðhorf fólks til hollustu og áhættu fiskneyslu könnuð.</p> <p>Þrátt fyrir að fólk virðist almennt vel upplýst og sannfært um hollustu og öryggi sjávarfangs er fiskneysla minni en ráðlagt er. Fólk í elsta aldurshópnum (40-49 ára) borðar fisk 1,9 sinnum í viku að jafnaði en fiskneysla er minni í yngsta aldurshópnum (17-29 ára) eða 1,3 sinnum í viku. Íslendingar borða hvað mest af mögnum fiski á borð við ýsu og þorsk, og það má áætla að 50% fíks sem við borðum sé magur, um 25% meðalfeitur en um 20% feitur fiskur eins og t.d. lax, silungur og síld. Neysla á pökkuðum, tilbúnum fiskréttum, kældum og frystum var óveruleg og minna en 10% fólks borða þessa rétti einu sinni í mánuði eða oftar. Hinsvegar borða 30% fólks hálf-tilbúna kælda fiskrétti úr ferskfiskborði einu sinni í mánuði eða oftar.</p> <p>Nokkur munur var á neyslu mismunandi fisktegunda og afurða eftir aldri. Val yngra fólks er ekki eins fjölbreytt og þeirra sem eldri eru, og yngra fólk borðar oft ekki fisktegundir og -afurðir sem eldra fólk hefur vanist, eins og t.d. marineraða síld og kavíar. Stór hluti yngsta aldurshópsins borðar skyndibita tvisvar í viku eða oftar.</p> <p>Töluverður munur er á neyslu fólks eftir búsetu. Fólk á höfuðborgarsvæðinu borðar sjaldnar fisk, fólk á landsbyggðinni borðar frekar hefðbundnar fisktegundir eins og ýsu, en langtum oftar frosinn fisk og saltfisk. Höfuðborgarbúar borða hinsvegar oftar hálf-tilbúna fiskrétti úr ferskfiskborði.</p>		
Lykilorð á íslensku:	Neytendur, fiskneysla, fisktegundir, fiskafurðir		



Summary in English:

The beneficial effects of fish on health are well known. Access to accurate information about fish consumption, fish species and -products, the percentage of lean vs fat fish species is very important in order to estimate the value and safety of Icelandic seafood products. This report is a part of the project *Food safety and added value of Icelandic seafood products*, funded by the AVS Fund of the Ministry of Fisheries in Iceland.

The aim of this report is to provide detailed overview of the available information on fish consumption in Iceland. The information was collected in the project *Young consumer attitudes and fish consumption: Improved image of seafood*, an attitude and consumption survey in 2006 which was funded by AVS. A representative sample of the population in Iceland was provided by Statistics Iceland and answers from 2198 people 17-49 years were received.

Results concerning total fish consumption frequency, fish species and -products, the relative consumption of fat vs lean fish species, attitudes towards the wholesomeness and risks of fish consumption were analyzed with regard to age, gender and residence.

Although, people are generally well informed and convinced that seafood is wholesome and safe, fish consumption is below recommendations. People in the oldest age group (40-49 years) consume fish 1,9 times per week on average, but the youngest age group (17-29 years) consumes even less fish, only 1,3 times per week. Lean fish species, such as haddock and cod, is the most popular and it can be estimated that more than half of the fish consumed is lean, approx. 25% medium fat species but only 20% fat fish species such as salmon, trout and herring. Consumption of packed fish meals, chilled and frozen, is very low, less than 10% consume such products once a month or more frequently. However, 30% consume chilled ready-to-cook fish meals bought from fishmongers or fresh fish counters at supermarkets.

Differences in consumption of fish species and -products were observed with age, the preferences of younger people tended to be more limited range and they often did not consume some of the fish species and -products which older people were accustomed to, such as marinated herring and caviar.

Differences in consumption were also observed depending on residence. People in the capital area are likely to consume fish less frequently, whilst people living in the countryside are more inclined to prefer traditional fish species such as haddock, but much more often frozen- and salted fish.

English keywords: *consumers, fish consumption, fish species, fish products*

EFNISYFIRLIT

1. INNGANGUR	1
2. FRAMKVÆMD	4
2.1. Viðhorfs- og neyslukannanir	4
2.2. Tölfræðiúrvinnsla	5
3. NIÐURSTÖÐUR	6
3.1. Svörun	6
3.2. Heildarfiskneysla	6
3.3. Neysla mismunandi fisktegunda	8
3.4. Neysla mismunandi fiskafurða	12
3.5. Neysla sjávarfangs flokkuð eftir fituinnihaldi	16
3.6. Viðhorf Íslendinga til hollustu og áhættu sjávarafurða	17
3.7. Skiptir búseta máli fyrir neyslu sjávarfangs?	19
4. UMRÆÐUR	20
5. ÁLYKTANIR	22
ÞAKKARORÐ	23
HEIMILDIR	23
VIÐAUKI	25

1. INNGANGUR

Mikil fiskneysla hérlendis hefur löngum verið tengd góðu heilsufari og langlífi Íslendinga. Rannsóknir hafa sýnt að það er heilsufarslegur ávinningur af því að borða fisk a.m.k. einu sinni til tvisvar í viku (De Deckere et al, 1998; Marckmann og Grønbæk, 1999; Thorsdottir et. al, 2004). Fiskur inniheldur mörg lífsnauðsynleg næringarefni, snefilefni og vítamín. Fiskur er talinn mjög holl og góð fæða, meðal annars er hann góð uppspretta hágæðapróteina þar sem fiskprótein innihalda fjölmargar lífsnauðsynlegar amínósýrur sem eru í hagstæðum hlutföllum hvað varðar þarfir mannlíkamans. Í fiskfitu er að finna langar ómettaðar fitusýrur (Ómega-3) sem ekki er að finna í jurtaolíum. Rannsóknir sýna að fisk- og lýsisneysla hafa jákvæð áhrif á hjarta- og æðasjúkdóma og fleiri sjúkdóma. Nýjar niðurstöður frá Rannsóknastofu í næringafræði úr verkefninu SEAFOODplus og 6. rammaáætlun Evrópusambandsins, sem fjallar um neyslu sjávarfangs og heilsu ungra fjölskyldna, sýna æskileg áhrif á heilsuna bæði af fiskilípiðum og próteinum. Niðurstöðurnar eru nýjar og mikilvægar hvað varðar próteinin en þau auðvelda þyngdartap hjá ungu fullorðnu fólki sem þarf að létta sig, lækka ákveðnar gerðir blóðfitu og auka andoxunarvirkni. Fiskur er næringarrík fæða sem er t.d. auðugur af snefilefnunum selen og jöði. Joð er m.a. mikilvægt efni fyrir starfsemi skjaldkirtils. Í feitum fiski er einnig að finna töluvert af D-vítamíni sem gegnir mörgum mikilvægum hlutverkum í líkamanum í sambandi við nýtingu á kalki.

Þrátt fyrir þessi jákvæðu áhrif fiskneyslu hefur fiskneysla minnkað töluvert undanfarin ár. Kannanir Félagsvísindastofnunar H.Í. sýna að hlutfall Íslendinga sem borða fisk oftast en einu sinni í viku hefur lækkað jafnt og þétt milli ára 1994 og 1998 (Félagsvísindastofnun 1999). Einnig hefur komið fram að yngri fólk borðar sjaldnar fisk en fólk í eldri aldurshópum. Samkvæmt landskönnun Manneldisráðs á mataræði fullorðinna Íslendinga hefur einnig komið í ljós að fiskneysla hefur minnkað mikið á fáeinum árum (Laufey Steingrímisdóttir og fleiri, 2003). Meðalneyslutíðni samsvarar um rúmlega sex fiskmáltíðum á mánuði, en ungt fólk á aldrinum 15-19 ára borðar helmingi minna. Breytingin stafar að hluta til af breyttu neyslumynstri almennt með auknu framboði á ýmsum kjötvörum og tilbúnum réttum eins og kjúklingum og svínakjöti, pizzum og pastaréttum.

Ýmsar hættur geta þó hugsanlega fylgt neyslu fisks, svo sem af völdum sjúkdómsvaldandi baktería og sníkjudýra, sem og vegna efnamengunnar úr umhverfinu. Sem dæmi má nefna histamín sem getur verið náttúrulega til staðar í ýmsum matvælum og í eðlilegu magni er það ekki talið skaðlegt fyrir fólk. Geymsla við hitastig yfir 5°C í langan tíma getur hinsvegar

stuðlað að aukinni myndun histamíns. Mikil histamínmyndun getur orðið í ákveðnum fisktegundum, svo sem túnfisk og sardínum. Hákarl og hvalir eru dæmi um tegundir sem geta safnað kvikasilfri yfir leyfileg hámarksgildi. PAH efni geta myndast við ákveðna meðhöndlun matvæla, t.d. reykingu, steikingu og hjá Evrópusambandinu er nú þegar hafin vinna sem miðar að því að setja mörk (hámarksgildi) fyrir PAH-efni í ýmsum fæðutegundum, þ.á.m. fyrir reyktan fisk. Þrávirk lífræn efni svo sem DDT, PCB og díoxín geta safnast fyrir í fituríkum vefjum lífvera og magnið eykst eftir því sem ofar kemur í fæðukeðjuna, og í því sambandi er áhugavert að skoða hlutfallslega neyslu á feitum fiski. Hinsvegar mælast íslenskar sjávarafurðir langt undir öryggismörkum Evrópusambandsins og er lítil áhætta tengd neyslu þeirra (Eva Yngvadóttir og Birna Guðbjörnsdóttir, 2007). Jákvæð heilsufarsleg áhrif af fiskneyslu vege því mun þyngra, svo sem æskileg áhrif fiskilípiða/omega-3 fitusýra sem feitur fiskur er afar ríkur af.

Ýmis áhætta fylgir því að borða óhitaðar afurðir úr hráu sjávarfangi, svo sem sushi, kaldreyktan og grafinn fisk vegna t.d. listeríumengunar, E. coli og salmonellu, sem og snýkjudyra sem að öllu jöfnu drepast við suðu. Hinsvegar má draga úr áhættunni með góðri kælingu, frystingu, söltun, gerilsneyðingu, niðursuðu, notkun rotvarnarefna, þurrkun og reykingu. Reglugerðir hafa víða verið settar um að frysta skuli fisk (við a.m.k. -20°C í minnst 24 tíma) ef að um vöru er að ræða sem borða á hráa eða hálf-hráa (svo sem sushi, kaldreyktan eða grafinn fisk) (EC, 2004; FM, 1997).

Það er því ljóst að ítarlegar upplýsingar um fiskneyslu, -tegundir og -afurðir, hlutfallsleg neysla magurra og feitra fisktegunda skipta miklu máli við mat á verðmæti og öryggi íslenskra sjávarafurða, en nýverið var birt skýrsla um þetta efni (Eva Yngvadóttir og Birna Guðbjörnsdóttir: Skýrsla Matís 08-07, 2007). Markmiðið var að sýna á vísindalegan hátt fram á öryggi íslenskra sjávarafurða og stuðla þannig að því að tryggja útflutningstekjur af þeim til framtíðar. Höfundar skýrslunnar benda á að sjávarútvegur og stjórnvöld verði í auknum mæli að geta sýnt fram á að magn óæskilegra efna og örvera í sjávarafurðum sé undir settum hámarksgildum. Ennfremur benda þær á að gagnaöflun eigi ekki eingöngu við um óæskileg efni heldur einnig um heilsuþætandi efni. Til að hægt sé að meta þessar upplýsingar þarf að bera þær saman við áreiðanlegar neyslutölur.

Fram kom í landskönnun Manneldisráðs (Laufey Steingrimsdóttir og fleiri, 2003) að neysluvenjur eru mjög mismunandi eftir aldri. Þar af leiðandi er nauðsynlegt að afla

upplýsinga um neysluvenjur Íslendinga úr öllum aldurshópum til að fá raunsanna mynd af neysluvenjum landans.

Árið 2006 var gerð ítarleg rannsókn á neysluvenjum ungs fólks á aldrinum 18-25 ára er varðar sjávarfang. Meginmarkmiðið var að rannsaka fiskneyslu ungs fólks á aldrinum 18-25 ára, hver viðhorf þeirra væru og hvaða þættir gætu verið ákvarðandi fyrir neyslu sjávarafurða. Helstu niðurstöður könnunarinnar voru birtar í skýrslu Matís 05-07 (Gunnþórunn Einarsdóttir og fleiri, 2007) og er þar að finna ítarlegar upplýsingar um fiskneyslu, m.a. fisktegundir og -afurðir, upplýsingar sem ekki hafa áður verið aðgengilegar hér á landi. Auk aldurshópsins 18-25 ára var fiskneyslugögnum safnað samhliða um Íslendinga á aldrinum 30-45 ára (Jón Sigurðsson og Þorvaldur S. Kristjánsson, 2006).

Markmið þessarar skýrslu er að veita mjög ítarlega og aðgengilega samantekt á þeim upplýsingum sem til eru um fiskneysluvenjur Íslendinga, og byggir á upplýsingum sem aflað var í AVS verkefninu: *Viðhorf og fiskneysla ungs fólks: Bætt ímynd sjávarafurða*.

Neyslutíðni og hlutfall fólks sem neytir afurðanna skiptir miklu máli við áhættumat og eru neyslugögnin skoðuð með tilliti til þessara þátta í skýrslunni. Hinsvegar var ekki unnt að greina gögnin eftir þeim flokkum sem íbúum er raðað í eftir næmi fyrir áhættu við inntöku, þar sem gögnin náðu ekki til Íslendinga yngri en 17 ára og eldri en 49 ára¹.

Skýrslan er unnin sem hluti af AVS verkefninu *Verðmæti og öryggi íslenskra sjávarafurða*.

¹ Ungir (1-5 ára) og gamlir (eldri en 65 ára) eru 5 sinnum viðkvæmari en heilbrigður einstaklingur. Mjög næmir eru ungabörn (börn yngri en 1 árs) og fólk með sjúkdóma eins og t.d. sykursýki, krabbamein og lifraskemmdir. Þessi hópur er talinn vera 30 sinnum viðkvæmari en heilbrigðir einstaklingar. Fólk með alnæmi eða fengið utanaðkomandi líffæri er viðkvæmast fyrir matarsjúkdómum eða 200 sinnum meira en viðmiðunarhópurinn.

2. FRAMKVÆMD

2.1. Viðhorfs- og neyslukannanir

Spurningalisti var saminn með því að nota niðurstöður úr rýnihópavinnu (Kristín Erla Harðardóttir og Friðrik H. Jónsson, 2005), viðtöl við fisksala (Gunnþórunn Einarsdóttir ofl. 2006), spurningar úr neyslukönnun sem gerð var af Rannsóknastofu í næringarfræði, ásamt spurningum úr evrópskri viðhorfskönnun sem gerð var árið 2004 á vegum SEAFOODplus (http://www.seafoodplus.org/Project_2_1_CONSUMERSU.55.0.html).

Könnunin náði til ungs fólks á aldrinum 17 til 26 ára fyrri hluta ársins 2006 og var gögnum safnað á tvennan hátt. Upplýsingar frá Hagstofu Íslands sýndu að 61,5% fólks á þessum aldri voru í skóla og var könnunin lögð fyrir þann hóp í kennslustundum. Hentugleiki réði því í hvaða bekkjum eða kennslustundum könnunin var lögð fyrir í. Upplýsingar Hagstofunnar um dreifingu nemenda í framhaldsskólum voru notaðar til að reikna út hlutfall viðmælenda í hverjum skóla.

Hagstofan tók 2252 manna slembiúrtak úr hópi vinnandi fólks á aldrinum 18 til 25 ára sem var í 100% starfi. Samhliða var fengið annað 1.072 manna slembiúrtak fólks á aldrinum 30-45 ára frá Hagstofu. Bréf voru send til beggja hópanna þar sem könnunin var kynnt. Í bréfinu var kóði, sem veitti aðgang að könnuninni á tilteknu vefsvæði sem var í umsjá Greiningarhússins. Bréfin voru pósthögð þann 12. júní 2006 og var hægt svara vefkönnuninni til 3. júlí. Frá 28. júní til 1. júlí var hringt í þá sem ekki höfðu svarað og könnunin ítrekuð. Alls svöruðu 536 (24%) könnuninni í yngri hópnun, en 433 (40%) í eldri hópnun vefkönnuninni.

Gert var ráð fyrir að fá um 2000 svör úr könnuninni fyrir yngri aldurshópin. Samkvæmt upplýsingum Hagstofunnar um dreifingu þessa aldurshóps á milli vinnumarkaðar og mismunandi skólastiga voru 41,4% (828 manns) í framhaldsskóla, 20,1% (402) í háskóla og 38,5% (771) á vinnumarkaði. Alls náðist í 800 framhaldsskólanema (96,6% af viðmiðunarfjölda), 399 háskólanema (99% af viðmiðunarfjölda) og 536 á vinnumarkaði (69,5% af viðmiðunartölu). Samtals voru þetta 1735 (86,8%) svarendur af 2000 sem stefnt var að í upphafi.

2.2. Tölfræðiúrvinnsla

Spurningarnar voru greindar með tilliti til kyns og aldurs. Marktektarpróf í tölfræðiforritinu NCSS 2000 (NCSS, Utah, USA) voru notuð til að meta hvort að tölfræðilega marktækur munur væri á hlutfallstölum (Cross Tabs/Chi-Square tests) annars vegar og meðaltölum hins vegar (ANOVA og Duncan`s post-hoc próf).

Mælistika í öllum neyslutíðnisþurningum bauð upp á átta valkosti sem voru merktir *Aldrei; Sjaldnar en einu sinni í mánuði; Einu sinni til þrisvar í mánuði; Fjórum til sex sinnum í mánuði; Tvisvar í viku; Þrisvar í viku; Fjórum til sex sinnum í viku; Á hverjum degi*. Við mat á meðalneyslutíðni fiskmáltíða, sem og tegunda og afurða á viku, voru eftirtalin tölugildi notuð fyrir hvern valkost 0 (Aldrei); 0,09 (Sjaldnar en einu sinni í mánuði); 0,5 (Einu sinni til þrisvar í mánuði); 1,25 (Fjórum til sex sinnum í mánuði); 2 (Tvisvar í viku); 3 (Þrisvar í viku); 5 (Fjórum til sex sinnum í viku); 7 (Á hverjum degi). Vikumeðaltöl voru svo uppreiknuð í meðaltal á mánuði (tíðni per viku x 4) og meðaltal á ári (tíðni per viku x 52).

3. NIÐURSTÖÐUR

3.1. Svörun

Alls bárust svör frá 2198 manns á aldrinum 17-49 ára, þar af voru 12 sem ekki nýttust að neinu leyti. Almennt voru svör fyrir hverja spurningu um 1900 til 2100. Þar af voru um 79% á aldrinum 17-29 ára, 12% á aldrinum 30-39 ára og 9% á aldrinum 40-49 ára. Um 43-49% svarenda voru karlar, lægst var hlutfallið í yngsta aldurshópnum en hæst í þeim elsta. Ástæða misvægis í aldursdreifingu er að gögnum var safnað í mismunandi verkefnum: annarsvegar í viðamikilli rannsókn á fiskneyslu ungs fólks, og hinsvegar í afmörkuðu nemendaverkefni.

3.2. Heildarfiskneysla

Hér er metið hversu oft fólk borðar fisk. Manneldisráð og álíka sérfræðiráð víðast hvar í heiminum ráðleggja að minnst kosti tvær fiskmáltíðir í viku (Morgunblaðið 30. des. 2004). Spurningin var orðuð svo: *Hér á eftir eru nokkrar spurningar um fiskneyslu þína. Hve oft borðar þú fisk? (Miðaðu við síðastliðna 3 mánuði).*

Fiskneysla er mikilvæg, þar sem fiskur inniheldur mörg lífsnauðsynleg næringarefni, snefilefni og vítamín, auk þess sem sýnt hefur verið fram á hollustu fiskfitu. Tafla 1 sýnir að fiskmáltíðir eru nokkuð fátíðari í yngsta aldurshópnum, samanborið við þann elsta, og á það jafnt við um karla og konur. Meðalneyslutíðni svarar til einnar til tveggja fiskmáltíða á viku (1,3 sinnum í viku), sem nær ekki manneldismarkmiðum. Samkvæmt landskönnun Manneldisráðs, sem gerð var árið 2002 (Laufey Steingrímisdóttir ofl., 2003), kom fram að meðalneysla fólks á aldrinum 15-80 ára var 40 g af fiski á dag sem samsvarar því að þau borði fisk rúmlega sex sinnum í mánuði. Þar kom reyndar einnig í ljós að ungt fólk á aldrinum 15-19 ára borðaði aðeins um 20 g af fiski á dag sem samsvarar einum munnbita á dag. Einn skammtur af fiski er 150 g fyrir konur og 200 g fyrir karla samkvæmt gildun frá Rannsóknastofu í næringafræði. Því má ætla að konur á aldrinum 17-29 ára borði um 28 g og karlar um 37 g af fiski á dag. Einungis um 30-35% þátttakenda í yngsta aldurshópnum borða fisk tvisvar í viku eða oftar, en 50-60% karla og kvenna í elsta aldurshópnum. Um 10% þátttakenda á aldrinum 17-39 ára borða fisk sjaldnar en einu sinni í mánuði eða aldrei, en hlutfallið er einungis 0-2% í elsta aldurshópnum (40-49 ára).

Svipað mynstur má sjá fyrir fisk sem brauðálegg eða forrétt, en neyslutíðnin er töluvert lægri í yngsta aldurshópnum. Í yngsta aldurshópnum eru 30-40% sem borða fisk sem álegg eða forrétt aldrei eða sjaldnar en einu sinni í mánuði, en þetta hlutfall lækkar með aldri niður í um

13% fyrir karla en 20% fyrir konur. Karlar virðast nokkuð líklegri til að nota fisk sem álegg eða forrétt.

Almennt borðar fólk fisk helst heima hjá sér, en þó er nokkur hluti fólks sem neytir fisks að heiman. Þetta á sérstaklega við um karla á aldrinum 30-39 ára, en þeir borða fisk að heiman nær vikulega. Hinsvegar borða 60-70% fólks á aldrinum 17-29 ára fisk aldrei eða sjaldnar en einu sinni í mánuði að heiman.

Tafla 1. Heildarfiskneyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hversrar spurningar).

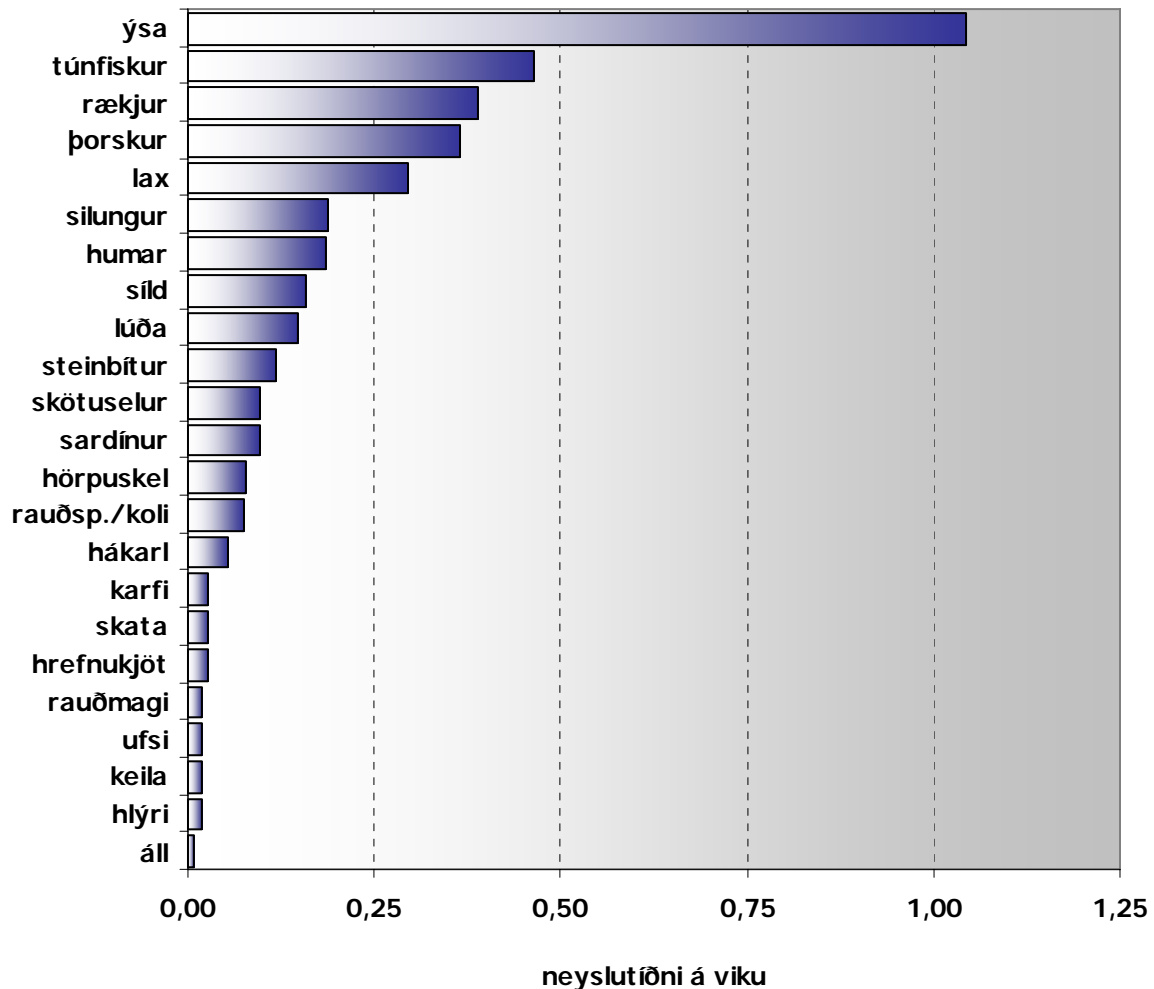
Hópur	Fjöldi	Neyslutíðni (meðaltal) á viku mán. ári			Hlutfallsleg neyslutíðni hvers hóps (%)							
					aldrei	< 1x	1-3x	4-5x	2x	3x	4-6x	dag- lega
Hve oft borðar þú fisk sem aðalrétt?					(anova ***, Chi-Square ***)							
Karlar 17-29 ára	718	1,3 ^{cd}	5,4	70	4,2	6,3	22,7	32,7	23,4	9,3	1,4	0,0
Karlar 30-39 ára	112	1,5 ^{bc}	5,9	77	2,7	7,1	19,6	34,8	20,5	11,6	3,6	0,0
Karlar 40-49 ára	91	1,9 ^a	7,5	98	0,0	0,0	11,0	35,2	34,1	15,4	3,3	1,1
Konur 17-29 ára	953	1,3 ^{cd}	5,0	65	3,7	9,7	27,4	29,0	19,9	8,4	2,0	0,0
Konur 30-39 ára	139	1,6 ^{ab}	6,5	84	3,6	3,6	18,0	25,2	36,0	9,4	4,3	0,0
Konur 40-49 ára	96	1,9 ^{ab}	7,5	97	2,1	0,0	11,5	27,1	37,5	18,8	3,1	0,0
Alls	2109				3,6	7,1	23,3	30,5	23,6	9,7	2,1	0,0
Hve oft borðar þú fisk sem brauðálegg eða forrétt?					(anova ***, Chi-Square ***)							
Karlar 17-29 ára	713	1,0 ^{cd}	4,1	53	16,7	17,1	23,0	22,2	10,9	5,9	3,9	0,3
Karlar 30-39 ára	111	1,2 ^{bc}	5,0	65	9,0	10,8	24,3	21,6	21,6	10,8	1,8	0,0
Karlar 40-49 ára	89	2,0 ^a	8,0	103	2,2	11,2	16,9	22,5	15,7	14,6	15,7	1,1
Konur 17-29 ára	951	0,9 ^{de}	3,5	45	17,9	20,4	24,7	21,1	8,0	4,7	2,7	0,4
Konur 30-39 ára	139	1,3 ^{bc}	5,0	65	6,5	23,0	20,1	20,9	13,7	9,4	6,5	0,0
Konur 40-49 ára	96	1,6 ^{ab}	6,5	84	3,1	16,7	16,7	22,9	14,6	17,7	8,3	0,0
Alls	2099				14,9	18,4	23,1	21,6	10,7	6,8	4,1	0,3
Hve oft borðar þú fisk heima?					(anova ***, Chi-Square ***)							
Karlar 17-29 ára	716	1,2 ^{bc}	4,9	63	5,9	8,9	25,6	29,6	22,1	6,6	1,3	0,1
Karlar 30-39 ára	112	1,0 ^{cd}	4,0	52	6,3	8,9	40,2	25,9	11,6	6,3	0,9	0,0
Karlar 40-49 ára	89	1,6 ^a	6,4	83	1,1	3,4	14,6	32,6	38,2	9,0	0,0	1,1
Konur 17-29 ára	952	1,2 ^{bc}	4,8	63	4,8	10,7	29,0	26,2	19,2	8,2	1,8	0,1
Konur 30-39 ára	138	1,4 ^{ab}	5,4	70	3,6	11,6	19,6	27,5	26,1	10,1	1,4	0,0
Konur 40-49 ára	96	1,6 ^a	6,6	86	2,1	3,1	13,5	31,3	33,3	15,6	1,0	0,0
Alls	2103				4,9	9,4	26,5	27,9	21,7	8,0	1,4	0,1
Hve oft borðar þú fisk að heiman?					(anova ***, Chi-Square ***)							
Karlar 17-29 ára	716	0,4 ^{ce}	1,7	22	26,7	37,0	18,6	11,2	4,6	1,5	0,4	0,0
Karlar 30-39 ára	112	0,8 ^a	3,2	42	12,5	23,2	30,4	16,1	11,6	5,4	0,9	0,0
Karlar 40-49 ára	90	0,5 ^{ac}	2,2	29	10,0	41,1	27,8	11,1	6,7	3,3	0,0	0,0
Konur 17-29 ára	950	0,3 ^{ef}	1,3	17	28,3	41,6	17,9	6,9	4,1	0,9	0,2	0,0
Konur 30-39 ára	137	0,6 ^{ab}	2,5	32	7,3	41,6	24,8	11,7	12,4	2,2	0,0	0,0
Konur 40-49 ára	96	0,5 ^{bcd}	2,2	28	10,4	39,6	30,2	8,3	9,4	2,1	0,0	0,0
Alls	2101				23,9	38,9	20,2	9,4	5,6	1,6	0,3	0,0

*** p<0,001

3.3. Neysla mismunandi fisktegunda

Hér er metið hversu oft fólk borðar mismunandi tegundir fisks eða annað sjávarfang. Spurningin var orðuð svo: *Hve oft borðar þú eftirfarandi fisktegundir? (Miðaðu við síðastliðna 3 mánuði).*

Alls var spurt um neyslu 23 tegunda og eru niðurstöðurnar sýndar í töflum A1-A5 í viðauka. Jafnframt sýnir Mynd 1 meðalneyslutíðni til frekari glöggvunar.



Mynd 1. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Mismunandi fisktegundir. Meðalneyslutíðni þáttakenda á viku (byggt á meðaltölum allra hópa).

Það kemur ekki á óvart að ýsa er sú fisktegund sem lang oftast er á diskum landsmanna. Um 40-60% landsmanna á aldrinum 17-49 ára borða þessa fisktegund einu sinni í viku eða oftar, og og 80-90% oftar en einu sinni í mánuði. Einungis 2-7% þátttakenda borða aldrei ýsu.

Neysla á túnfisk er nokkuð mikil, að jafnaði borðuðu þátttakendur túnfisk aðra hverja viku. Neyslutíðnin var einna hæst í yngsta aldurshópnum, en yfir 20% karla og kvenna á aldrinum 17-29 ára borða túnfisk einu sinni í viku eða oftar, og um 40-50% einu sinni í mánuði eða

oftar. Túnfiskneysla virðist nokkuð almennari meðal kvenna, en 15-30% þeirra borða aldrei túnfisk á móti 25-40% karla.

Fyrir utan ýsu og túnfisk, eru rækjur, þorskur og lax oftast á borðum landsmanna eða einu sinni til tvisvar í mánuði. Að jafnaði borðar fólk silung, humar, síld, lúðu og steinbít um sex til tíu sinnum á ári. Skötusel, sardínur, hörpuskel, rauðsprettu eða kola, hákarl, karfa, skötu og hrefnukjöt borðar fólk sjaldnar, eða einu sinni til fimm sinnum á ári. Aðrar tegundir, s.s. rauðmaga, ufsa, keilu, hlýra og ál borðar fólk sjaldnar en einu sinni á ári.

Neysla á þorski er nokkuð mismunandi eftir aldri, en um 40% fólks í elsta aldurshópnum borðar þorsk einu sinni í mánuði eða oft, á móti um 35% karla en tæplega 30% kvenna í yngri aldurshópnum. Um 25-45% fólks borðar aldrei þorsk.

Um 30-40% fólks borðar lax einu sinni í mánuði eða oft, og er dreifingin nokkuð jöfn milli aldurshópa. Um 20-30% svarenda borðar aldrei lax .

Neysla á rækjum virðist nokkuð algengari meðal karla en kvenna, og neyslutíðnin eykst með aldri hjá báðum kynjum. Um 30% fólks í yngsta aldurshópnum borðar aldrei rækjur á móti 5-10% í elsta hópnum. Alls borða 40-60% karla en 35-55% kvenna rækjur einu sinni í mánuði eða oft.

Að jafnaði borðar fólk silung um sjö til 12 sinnum á ári, en 15-30% fólks borðar silung einu sinni í mánuði eða oft. Silungur virðist frekar höfða til karla, og frekar til fólks í elsta aldurshópnum, en 40-50% fólks í yngsta aldurshópnum borðar aldrei silung, á móti 25-30% fólks í elsta aldurshópnum.

Humar höfðar einnig síður til fólks í yngsta aldurshópnum, en 35-40% þeirra borðar aldrei humar, en einungis um 20% annarra. Um 15-25% fólks virðist borða humar einu sinni í mánuði eða oft, en að jafnaði er neyslutíðnin um 7-12 sinnum á ári.

Síld virðist höfða til karla í elsta aldurshópnum öðrum fremur, en að jafnaði borða þeir síld 17 sinnum á ári, samborðið við 6-9 sinnum í öðrum hópum. Almennt borða karlar meiri síld en konur, en neyslutíðnin hækkar með aldri hjá báðum kynjum. Um 10% fólks í yngsta aldurshópnum borðar síld einu sinni í mánuði eða oft, en nær þrefalt fleiri í elsta aldurshópnum. Það eru 70-80% í yngsta aldurshópnum sem aldrei borða síld, á móti 30% karla og 50% kvenna í elsta aldurshópnum.

Lúða og steinbítur höfða síður til fólks í yngsta aldurshópnum. Almennt neytir fólk þessara tegunda um 4-8 sinnum á ári, en þó er neysla á lúðu 9-11 sinnum á ári í elsta aldurshópnum. Um 5-10% fólks í yngsta aldurshópnum borðar steinbít einu sinni í mánuði eða oft, en 10-20% í öðrum aldurshópum. Þessar tölur eru heldur hærri fyrir lúðu, um 10% yngsta hópsins

en um 20-30% í öðrum hópum. Um 60-70% fólks í yngsta aldurshópnum borðar aldrei þessar tegundir, en um 40-50% í öðrum hópum borðar aldrei steinbít, en 25-40% borðar aldrei lúðu.

Að jafnaði er fólk að borða skötusel 3-8 sinnum á ári, en neyslutíðnin er lægst í yngsta aldurshópnum. Um 70% í yngsta aldurshópnum borðar aldrei þessa tegund á móti 35-50% í öðrum aldurshópum. Um 10% fólks borðar skötusel einu sinni í mánuði eða oftar.

Fólk borðar sardínur sjaldan, en þessi tegund er að jafnaði borðuð 3-5 sinnum á ári, en karlar í elsta aldurshópnum borða sardínur nokkuð oftar eða um 12 sinnum á ári. Um 20% þeirra borða sardínur einu sinni í mánuði eða oftar en einungis um 4-8% annarra. Um 60% karla í elsta aldurshópnum borða aldrei sardínur, en 70-90% úr öðrum hópum.

Hörpuskel ratar einungis um 2-3 á ári á disk landsmanna, annarra en kvenna á aldrinum 30-49 ára sem borða hörpuskel 6-7 sinnum á ári. Um 12-13% kvenna á þessum aldri borðar hörpuskel einu sinni í mánuði eða oftar, á móti 4-5% annarra. Nær 80% fólks í yngsta aldurshópnum borar aldrei hörpuskel, 40-50% kvenna í eldri hópum og ríflega 50% karla í eldri hópum.

Neysla á rauðsprettu/kola eykst með aldri og að jafnaði er neyslan 2-6 sinnum á ári. Einungis 4% fólks í yngsta aldurshópnum borðar rauðsprettu/kola einu sinni í mánuði eða oftar, en um 10% fólks í elsta aldurshópnum, 80% fólks í yngsta aldurshópnum og 45-65% í öðrum aldurshópum aldrei.

Skata, hákarl og hrefnukjöt virðist almennt höfða frekar til karla en kvenna og síður til fólks á aldrinum 17-29 ára, samanborið við fólk á aldrinum 30-49 ára. Að jafnaði er þessara tegunda neytt einu sinni til tvisvar á ári, en karlar 30-39 ára borða hákarl heldur oftar, eða þrisvar, og karlar 40-49 ára um sex sinnum að jafnaði. Um 2% kvenna borða hákarl einu sinni í mánuði eða oftar, en 3-6% karla, en 0-2% fólks borðar skötu og hrefnukjöt einu sinni í mánuði eða oftar. Um 70-85% fólks borðar aldrei skötu, 60-80% karla borða aldrei hákarl og 65-90% kvenna, en 70-80% karla borða aldrei hrefnukjöt og 80-90% kvenna.

Að jafnaði er karfi einu sinni til þrisvar á ári á diskum landsmanna. Fólk í yngsta aldurshópnum borðar sjaldnast karfa, eða um einu sinni á ári, en um og yfir 90% þessa hóps borðar tegundina aldrei.

Rauðmaga borðar landinn um einu sinni á ári, en 0-1% borða þessa tegund einu sinni í mánuði eða oftar. Um 90% fólks á aldrinum 17-39 ára borðar aldrei rauðmaga, um 70% karla í elsta aldurshópnum og 80% kvenna í elsta aldurshópnum.

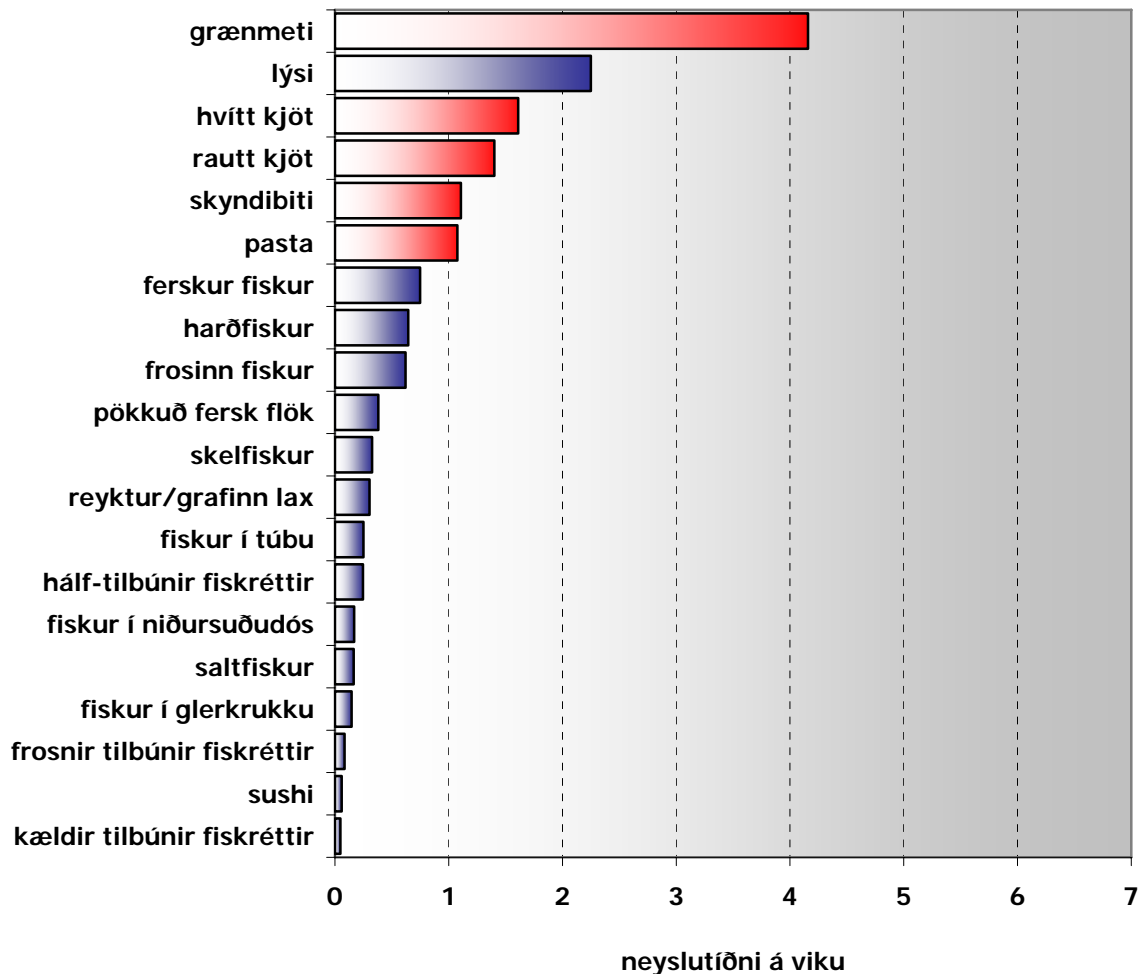
Fólk borðar ufsa afar sjaldan, einungis um einu sinni á ári að jafnaði, en 0-2% borða ufsa einu sinni í mánuði eða oftar. Milli 80-90% þátttakenda kveðst aldrei borða ufsa.

Að sama skapi er neysla á keilu og hlýra einungis einu sinni á ári að jafnaði. Einungis 0-3% fólks neytir þessara tegunda einu sinni í mánuði eða oftar. Milli 90-95% fólks borðar aldrei þessar tegundir, að undanteknum konum á aldrinum 40-49 ára, en þar er hlutfallið um 85%. Afar fáir Íslendingar borða ál, en að jafnaði er neyslan 0-1 sinni á ári. Einungis 0-2% borða tegundina einu sinni í mánuði eða oftar, en um 95% þátttakenda borðuðu tegundina aldrei.

3.4. Neysla mismunandi fiskafurða

Hér er metið hversu oft fólk borðar mismunandi afurðir sjávarfangs. Spurningin var orðuð svo: *Hve oft borðar þú eftirfarandi?*.

Alls var spurt um neyslu 15 afurða sjávarfangs, auk fimm annarra afurða. Niðurstöðurnar eru sýndar í töflum B1-B4 í viðauka. Jafnframt sýnir Mynd 2 meðalneyslutíðni til frekari glöggvunar.



Mynd 2. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Mismunandi afurðir úr sjávarfangi og nokkrar aðrar fæðutegundir til viðmiðunnar. Meðalneyslutíðni þáttakenda á viku (byggt á meðaltölum allra hópa).

Meðalneyslutíðni grænmetis er ríflega fjórum sinnum í viku. Konur borða frekar grænmeti en karlar, en 40-50% kvenna borða grænmeti á hverjum degi á móti um 20% karla. Nær 12% karla í yngsta aldurshópnum (17-29 ára) borða grænmeti aldrei eða sjaldnar en einu sinni í mánuði, á móti 8-9% karla í öðrum aldurshópum og 1-3% kvenna.

Inntaka lýsis er ríflega tvisvar sinnum í viku að meðaltali. Ef hlutfallsleg neyslutíðni er skoðuð kemur í ljós að stór hópur fólks tekur lýsi aldrei eða sjaldnar en einu sinni í mánuði,

55-70% karla og 55-60% kvenna. Þar af leiðandi er neyslutíðni þeirra sem taka lýsi á annað borð nokkuð há, 20-30% karla taka lýsi fjórum sinnum í viku eða oftár og 30-40% kvenna.

Neysla á hvítu eða rauðu kjöti er einu sinni til tvisvar í viku. Karlar borða nokkuð meira af rauðu kjöti, eða næstum tvisvar í viku, en konur ríflega einu sinni í viku. Milli 6-9% karla og 20-30% kvenna borða rautt kjöt aldrei eða sjaldnar en einu sinni í mánuði. Lítt munur er á milli kynjanna í neyslu á hvítu kjöti. Það eru þó síst karlar í elsta aldurshópnum sem borða hvítt kjöt, en 11% þeirra borða það aldrei eða sjaldnar en einu sinni í mánuði, en 1-6% í öðrum hópum.

Neysla skyndibita er nokkuð mikil, eða um einu sinni í viku að jafnaði. Karlar borða mun meira af skyndibitafæði en konur, og yngsti aldurshópur beggja kynja borðar skyndibita oftár en eldri aldurshópar. Karlar í yngsta aldurshópnum borða skyndibita að meðaltali tvisvar sinnum í viku, en karlar í elsta hópnum tæplega einu sinni í viku. Konur í yngsta aldurshópnum borða skyndibita rúmlega einu sinni í viku, en konur í elsta aldurshópnum að meðaltali einungis um tvisvar í mánuði. Innan við 10% í yngsta hópnum borðar skyndibita aldrei eða sjaldnar en einu sinni í mánuði, en um 30% í elsta aldurshópnum. Það er sláandi að sjá að nær helmingur karla í yngsta aldurshópnum borðar skyndibita tvisvar í viku eða oftár, ríflega 25% kvenna á sama aldri, en aðeins 3-6% fólks í elsta aldurshópnum.

Pasta borða þátttakendur að jafnaði einu sinni í viku. Tíðnin er hæst meðal yngsta aldurshópsins, en um 30% þeirra borða pasta tvisvar í viku eða oftár, á móti um 20% karla og 15% kvenna í öðrum aldurshópum. Um 30% fólks í elsta aldurshópnum borðar aldrei pasta.

Almennt borðuðu þátttakendur ferskan fisk heldur oftár en frosinn. Milli 10-20% þátttakenda borða aldrei ferskan fisk, en milli 10-30% frosinn. Alls borða um 30% karla ferskan fisk einu sinni í viku eða oftár, rúmlega 20% kvenna í yngsta hópnum, 35% kvenna 40-49 ára en rúmlega 45% kvenna í elsta aldurshópnum. Hlutfall þeirra sem borða frosinn fisk einu sinni í viku eða oftár er heldur lægra.

Þátttakendur borða pökkuð fersk flök um einu sinni til tvisvar í mánuði. Það er þó nokkuð algengara að fólk í yngsta aldurshópnum noti þessa afurð, 40-50% þeirra einu sinni í mánuði eða oftár og nær 20% einu sinni í viku eða oftár. Milli 30-35% fólks í eldri aldurshópnum borðar pökkuð fersk flök einu sinni í mánuði eða oftár, en 6-12% karla og 15-18% kvenna einu sinni í viku eða oftár.

Fólk kaupir hálf-tilbúna fiskrétti úr ferskfiskborði einu sinni í mánuði að jafnaði, en um 30% fólks kaupir slíka rétti einu sinni í mánuði eða oftár og tæplega 10% einu sinni í viku eða oftár. Á milli 25-45% fólks kaupir hins vegar aldrei þessa rétti.

Frosna tilbúna fiskrétti kaupir fólk um þrisvar til sex sinnum á ári, en um 10% fólks einu sinni í mánuði eða oftár. Um 60-70% fólks kaupir aldrei frosna tilbúna fiskrétti.

Neyslutíðni á kældum tilbúnum fiskréttum (einsog t.d. 1944) er afar lág, eða einu sinni til fjórum sinnum á ári. Það eru einna helst karlar í yngsta og elsta aldurshópnum sem borða þessa rétti, en 7-8% þeirra borða þessa afurð einu sinni í mánuði eða oftár á móti 1-4% annarra. Á milli 80-90% fólks borðar aldrei kælda tilbúna fiskrétti.

Harðfisk borða þátttakendur hátt í þrisvar í mánuði að jafnaði. Um 50% þátttakenda borða harðfisk einu sinni í mánuði eða oftár, og um 25% einu sinni í viku eða oftár. Ríflega 14% fólks í yngsta aldurshópnum borðar aldrei harðfisk, en einungis 5-7% karla í öðrum aldurshópum og 11-12% kvenna.

Skelfisk borðar fólk einu sinni til tvisvar í mánuði. Fólk í yngsta aldurshópnum borðar síst þessa afurð, en 25-30% þeirra borðar aldrei skelfisk. Næstum því 50% fólks í elsta aldurshópnum borðar skelfisk einu sinni í mánuði eða oftár, og 12-15% einu sinni í viku eða oftár. Um 35% karla 17-39 ára borða skelfiski einu sinni í mánuði eða oftár og um 10% einu sinni í viku eða oftár. Rétt tæplega 26% kvenna í yngsta aldurshópnum borða skelfisk einu sinni í mánuði eða oftár, en 44% kvenna á aldrinum 30-39 ára.

Reyktan eða grafinn lax borðar fólk rúmlega einu sinni í mánuði að jafnaði. Um 30% fólks á aldrinum 17-39 ára borðar þessar afurðir einu sinni í mánuði eða oftár, en ríflega 40% fólks í elsta aldurshópnum. Um þriðjungur fólks í yngsta aldurshópnum borðar aldrei þessar afurðir, en hlutfallið er nokkuð lægra fyrir aðra aldurshópa.

Yngra fólk virðist síður kjósa fisk í túbu (kavíar), og konur síður en karlar. Að meðaltali er neyslan í yngsta hópnum um einu sinni annan hvern mánuð, eykst upp í einu sinni í mánuði meðal kvenna með vaxandi aldri, og tæplega tvisvar í mánuði á meðal karla. Einungis um 20% fólks í yngsta aldurshópnum borðar þessa afurð en hlutfallið er töluvert hærra í öðrum aldurshópnum. Um 10% fólks í yngsta aldurshópnum borðar fisk í túbu einu sinni í mánuði eða oftár, en hlutfallið hækkar með aldri upp í rúmlega 24% karla og 20% kvenna.

Fisk í niðursuðudós (t.d. fiskibollur/túnfiskur úr dós) borðar fólk 6-13 sinnum á ári. Um 20% fólks borðar þessar afurðir einu sinni í mánuði eða oftár.

Fólk borðar saltfisk sjaldnar en einu sinni í mánuði, eða 6-10 sinnum á ári að jafnaði. Um 50% fólks í yngsta aldurshópnum borðar þessa afurð, en hlutfallið er öllu hærra í elsta aldurshópnum, um 80% karla og 70% kvenna. Um 20% fólks borðar saltfisk einu sinni í mánuði eða oftár.

Fisk í glerkrukku (t.d. marineruð síld) borða Íslendingar um 3-16 sinnum á ári. Neyslan er nokkuð meiri á meðal karla, en minnst í yngsta aldurshópnum. Einungis um 30% karla og

20% kvenna í yngsta aldurshópnum borða þessa afurð, en hlutfallið hækkar með aldri, í um 70% karla og 60% kvenna í elsta aldurshópnum. Rúmlega 35% karla í elsta aldurshópnum borða þessa afurð einu sinni í mánuði eða oftár á móti tæplega 20% kvenna í sama aldurshóp. Hlutfallið er undir 10% í yngsta aldurshópnum.

Sushi borða Íslendingar á landsvísu afar sjaldan, einungis tvisvar til fjórum sinnum á ári. Um 70-80% borðar aldrei sushi, nema karlar 30-39 ára þar sem hlutfallið er tæp 60%. Minna en 10% fólks borðar sushi einu sinni í mánuði eða oftár, en hlutfallið er einna lægst meðal fólks í yngsta aldurshópnum, minna en 5%.

3.5. Neysla sjávarfangs flokkuð eftir fituinnihaldi

Hér er metið hvert hlutfall magurra, meðalfeitra og feitra fisktegunda er í heildarfiskneyslu Íslendinga. Þá er átt við fisk sem aðalrétt, sem álegg eða forrétt. Fituinnihald (í hrávöru) allra fisktegunda og annars sjávarfangs sem spurt var um í könnuninni var kannað, en upplýsinga um fituinnihald var aflað í ÍSGEM gagnagrunninum (Matís, 2007) og Fødevaredatabankan (Fødevareinstituttet, 2007).

Alls var spurt um neyslu 15 afurða sjávarfangs auk fimm annarra afurða. Niðurstöðurnar eru sýndar í töflu 2.

Lang mest er neytt af mögrum fiski í öllum aldursflokkum karla og kvenna, eða um 54% að jafnaði. Næst á eftir kemur meðalfeitur fiskur með 26%, en minnst er neytt af feitum fiski, eða um 20%. Karlar í elsta aldurshópnum borða einna hæsta hlutfallið af feitum fiski.

Tafla 2. Fiskneysla Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Neysla sjávarfangs flokkuð eftir fituinnihaldi. Mismunandi bókstafir við dreifingu neyslu sjávarfangs sýnir að hóparnir eru marktækt frábrugðnir (miðað við samanlagða neyslutíðni tegunda í hverjum flokki).

Hópur	Fjöldi	Samanlögð neyslutíðni (meðaltal) á viku [†]	Áætluð dreifing neyslu sjávarfangs eftir fituinnihaldi (%) ^{††}		
			magur	meðalfeitur	feitur
			***	ns	***
Karlar 17-29 ára	713	2,36	55 ^b	24	21 ^b
Karlar 30-39 ára	111	2,72	53 ^b	28	19 ^b
Karlar 40-49 ára	89	3,87	54 ^a	22	25 ^a
Konur 17-29 ára	951	2,12	53 ^b	28	19 ^b
Konur 30-39 ára	139	2,88	55	25	19 ^b
Konur 40-49 ára	96	3,48	56 ^a	25	19

[†] Fiskur sem aðalréttur, forréttur eða álegg samanlagt

^{††} Samanlögð neyslutíðni tegunda í hverjum flokk (fituinnihald) sem spurt var um í könnuninni notuð sem grundvöllur áætlaðrar dreifingar neyslu sjávarfangs eftir fituinnihaldi.

ns = ekki marktækt; *** p < 0,001

3.6. Viðhorf Íslendinga til hollustu og óhættu sjávarafurða

Hér er metið hver viðhorf Íslendinga eru til hollustu og hvort það sé óhætt að borða fisk. Spurningin var orðuð svo: *Hér á eftir koma nokkrar fullyrðingar um fiskneyslu. Vinsamlegast gefðu til kynna hversu sammála eða ósammála þú ert þessum fullyrðingum.*

Niðurstöðurnar eru sýndar í töflu 3. Yfirgnæfandi meirihluti er sannfærður um að það sé hollt að borða fisk. Milli 98-100% kvenna eru sammála fullyrðingunni, en hlutfallið er heldur lægra meðal karla, eða 94-96%. Einungis 1-2% karla eru þó ósammála fullyrðingunni.

Svipaða niðurstöðu má sjá fyrir fullyrðinguna um að það sé óhætt að borða fisk. Yngsti aldurshópurinn er þó ekki eins sannfærður og þeir sem eldri eru. Yfir 90% í öllum aldurshópum eru sammála fullyrðingunni en hér er ívið hærra hlutfall fólks óvísst, þ.e. hvorki sammála né ósammála, og 2-4% eru ósammála fullyrðingunni.

Tafla 3. Viðhorf Íslendinga á aldrinum 17-49 ára til fiskneyslu.

Hópur	Fjöldi	Meðal-einkunn (1-7)	Hlutfallsleg dreifing einkunnna innan hvers hóps (%)						
			Alveg ósammála (1)	2	3	Hvorki sammála né ósammála (4)	5	6	Alveg sammála (7)
Það er hollt að borða fisk (anova ***, Chi-Square ***)									
Karlar 17-29 ára	712	6,6 ^b	1,1	0,3	0,3	4,2	4,2	14,2	75,7
Karlar 30-39 ára	113	6,7	0,9	0,0	0,0	2,7	4,4	6,2	85,8
Karlar 40-49 ára	92	6,7	2,2	0,0	0,0	2,2	1,1	8,7	85,9
Konur 17-29 ára	955	6,8 ^a	0,9	0,0	0,2	0,6	1,0	6,2	91,0
Konur 30-39 ára	139	6,9 ^a	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	6,5	92,8
Konur 40-49 ára	95	6,9 ^a	0,0	0,0	0,0	1,1	1,1	1,1	96,8
Alls	2106		0,9	0,1	0,2	2,0	2,3	8,8	85,7
Það er óhætt að borða fisk (anova *, Chi-Square ***)									
Karlar 17-29 ára	710	6,4	1,4	0,4	1,3	4,9	4,9	16,6	70,4
Karlar 30-39 ára	113	6,7	1,8	0,0	0,0	0,9	2,7	10,6	84,1
Karlar 40-49 ára	92	6,7	1,1	0,0	1,1	3,3	1,1	7,6	85,9
Konur 17-29 ára	953	6,5	2,2	0,5	0,3	2,9	4,9	14,8	74,3
Konur 30-39 ára	138	6,6	3,6	0,0	0,0	0,7	1,4	9,4	84,8
Konur 40-49 ára	95	6,6	3,2	0,0	0,0	5,3	0	5,3	86,3
Alls	2101		2,0	0,4	0,6	3,5	4,2	14,1	75,2

Íslendingar á aldrinum 17-49 ára eru vel upplýstir um hollustu sjávarfangs og flestir eru sammála um að það sé óhætt að neyta þess. Það má þó bæta um betur, þar sem íslenskar sjávarafurðir hafa nokkra sérstöðu er varðar öryggi og heilnæmi, og hafa á sér gott orðspor víðast hvar og það er mikil áskorun fyrir Íslendinga að viðhalda þessu góða orðspori í framtíðinni (Eva Ingvadóttir og Birna Guðbjörnsdóttir, 2007). Áhyggjur vegna öryggi matvæla fara hins vegar víða vaxandi. Könnun, sem gerð var árið 2005 í fjórum

Evrópulöndum samtímis, sýndi að áhyggjur neytenda af öryggi sjávarfangs voru nokkuð meiri í nágrannalöndum okkar, sérstaklega í Danmörku (SEAFOODplus, P2.2, óbirtar niðurstöður).

3.7. Skiptir búseta máli fyrir neyslu sjávarfangs?

Niðurstöður í aldursflokkunum voru skoðaðar með tilliti til búsetu, annars vegar á höfuðborgarsvæðinu og hins vegar á landsbyggðinni (töflur C, D1-D5, E1-E4 og F í viðauka). Til Stór-Reykjavíkursvæðisins töldust eftirfarandi póstnúmer 101-113, 170, 200-203, 210, 212, 220-222, 225 og 270. Til landsbyggðar töldust öll önnur póstnúmer.

Almennt borðar fólk á landsbyggðinni oftast fisk sem aðalrétt, borið saman við íbúa á höfuðborgarsvæðinu. Jafnframt er flestra fiskmáltíða neytt heima við meðal landsbyggðarfólks.

Þegar neysla ýmissa fisktegunda er skoðuð, kemur í ljós að fólk á landsbyggðinni borðar mun frekar hefðbundar fisktegundir einsog ýsu og þorsk, eða um helmingi oftast og hákarl tvisvar til fjórum sinnum oftast heldur en fólk á höfuðborgarsvæðinu. Fólk á höfuðborgarsvæðinu í aldurshópunum 17-29 ára og 30-39 ára borðar um helmingi oftast steinbít og lúðu en jafnaldrar þeirra á landsbyggðinni, en höfðuðborgarbúar á aldrinum 40-49 ára borða lax og silung tvisvar til þrisvar sinnum oftast heldur en jafnaldrar þeirra á landsbyggðinni. Ennfremur eru höfuðborgarbúar líklegri til að borða hlýra og keilu. Túnfisk borða 17-29 ára höfuðborgarbúar um helmingi oftast en jafnaldrar þeirra á landsbyggðinni. Hörpuskel borðar fólk á höfuðborgarsvæðinu um tvisvar sinnum oftast en landsbyggðarfólk.

Almennt borðar fólk á landsbyggðinni oftast pökkuð fersk flök, um tvisvar í mánuði, en fólk á höfuðborgarsvæðinu sem borðar þess konar afurðir um einu sinni í mánuði. Frosinn fisk borðar fólk á landsbyggðinni einnig töluvert oftast en fólk á höfuðborgarsvæðinu, eða þrisvar til fimm sinnum, samanborið við tvisvar sinnum í mánuði hjá höfuðborgarbúum og frosna tilbúna fiskrétti einsog t.d. nagga, sex til sjö sinnum, samanborið við þrisvar í mánuði. Þessu er öfugt farið með hálf-tilbúna fiskrétti úr ferskfiskborðum þar sem neysla höfuðborgarbúa á aldrinum 30-39 ára og 40 til 49 ára er meira en tvöföld á við fólk af landsbyggðinni.

Landsbyggðarfólk á aldrinum 40-49 ára borðar fisk í túbu (kaviar) tvisvar sinnum oftast en íbúar höfuðborgarsvæðisins á sama aldri. Almennt borðar fólk á landsbyggðinni nokkuð oftast saltfisk og harðfisk og allt að tvöfalt oftast en fólk á höfuðborgarsvæðinu. Hins vegar borðar fólk á höfuðborgarsvæðinu sushi töluvert oftast en landsbyggðarfólk, eða þrisvar til fimm sinnum á ári samanborið við einu sinni á ári hjá fólki úti á landi.

Hvað aðrar matvörur varðar borðar fólk á landsbyggðinni heldur oftast rautt kjöt og sjaldnar hvítt kjöt, pasta og grænmeti en fólk á höfuðborgarsvæðinu.

Hlutfall magurs fisks er nokkuð hærra á meðal fólks á landsbyggðinni, en er hærra af meðalfeitum á höfuðborgarsvæðinu.

4. UMRÆÐUR

Fiskneysla

Neysla á fiski er nokkuð mismunandi eftir aldri, hún er lægri meðal yngsta aldurshópsins. Nær tvöfalt fleira fólk í elsta aldurshópnum borðar fisk tvisvar í viku eða oftar miðað við yngsta aldurshópinn, bæði ef litið er til fisks sem aðalréttar sem og fisks sem áleggs eða forréttis. Fólk í yngsta aldurshópnum er ennfremur mun ólíklegra til að borða fisk að heiman samanborið við eldri hópa. Lítil kynjamunur kom fram varðandi fiskneyslutíðni. Helsti greinilegi munurinn milli kynjana var að karlar á aldrinum 30-39 ára borða fisk að heiman fremur en aðrir, en konur á sama aldri borða fisk heima. Landsbyggðarfólk borðar fisk oftar en höfuðborgarbúar, og eru líklegri til að borða fisk heima hjá sér.

Það er greinilegt að fiskneysla í heild minnkar með aldri, sem er áhyggjuefni. Þessi þróun á sér stað þrátt fyrir að fólk virðist almennt vel upplýst og sannfært um hollustu og öryggi sjávarfangs. Trúlega þarf stöðugt að minna á kosti fiskneyslu.

Athyglisvert er að sjá að fiskneysla er meiri á landsbyggðinni. Ástæðan er ekki með öllu ljós, en það er spurning hvort hefðir séu ríkari eða form máltíða sé hefðbundnara og hafi áhrif á fiskneysluna.

Fisktegundir

Nákvæmari upplýsingar hafi ekki áður verið birtar um neyslutíðni á fisktegundum hér á landi. Það sem helst kom á óvart var fremur há neyslutíðni á túnfisk og rækjum. Það má leiða líkum að því að brauðsalöt séu þarna nokkuð stór hluti neyslutíðninnar.

Töluverður munur er á neyslu mismunandi fisktegunda eftir aldri. Neysla fólks í eldri aldurshópum er almennt fjölbreytt, á meðan fólk í yngsta aldurshópnum, 17-29 ára, heldur sig helst við hefðbundnar fisktegundir einsog ýsu. Sem dæmi má nefna að mun hærra hlutfall þessa aldurshóps borðar aldrei síld, lúðu, steinbít, skötusel, hörpuskel og rauðsprettu/kola, samanborið við eldri hópana. Kynin eru nokkuð mismunandi m.t.t. neyslu á mismunandi fisktegundum. Konur borða frekar túnfisk og hörpuskel á meðan karlar eru hrifnari af rækjum, silung, síld, sardínum, hákarli og hrefnukjöti. Neysla á mismunandi fisktegundum á höfuðborgarsvæðinu er frábrugðin landsbyggðinni. Fólk sem búsett er á landsbyggðinni neytir mun oftar hefðbundinna tegunda einsog ýsu, þorsks, á meðan neysla eða úrval höfuðborgarbúa er nokkuð fjölbreyttara, þar sem óhefðbundar tegundir einsog hlýri, keila og

hörpuskel eru frekar á meðal þeirra tegunda sem neytt er. Ástæðan er líklega sú að framboð á mismunandi fisktegundum er takmarkaðra á landsbyggðinni.

Mismunandi afurðir

Neyslumynstur er varðar mismunandi afurðir er afar mismunandi eftir aldri. Ungt fólk virðist leita eftir þægindum við framreiðslu máltíða og þegar lítið er til fiskafurða borðar yngra fólk síður ferskan eða frosinn fisk, en meira af þökkuðum ferskum flökum. Yngra fólk borðar oft ekki afurðir sem eldra fólk hefur vanist, einsog t.d. marineraða síld og kavíar. Auk þess eru nokkuð fleiri í yngsta aldurshópnum sem aldrei borða saltfisk eða skelfisk samanborið við aðra aldurshópa. Af öðrum matvælum, t.d. skyndibita, borðar yngra fólk töluvert meira. Ungir karlar borða rautt kjöt oftar en aðrir á meðan ungar konur borða hvað mest af pasta. Konur borða frekar grænmeti en karlar, á meðan þeir eru almennt duglegri við skyndibitann. Hvað fiskafurðir varðar, borða karlar frekar kælda tilbúna fiskrétti (t.d. 1944), fisk úr túbu (kavíar), en sjaldnar harðfisk og sushi heldur en konur gera.

Verulegur munur á neyslu afurða kom fram eftir búsetu. Þessi munur virðist að miklu leyti tengjast aðgengi, en lítið er um sérstakar fiskbúðir og ekki eru allar matvöruverslanir úti á landi með ferskfiskborð. Höfuðborgarbúar borða t.d. mun oftar hálf-tilbúna fiskrétti úr ferskfiskborði og sushi á meðan landsbyggðarfólk borðar langtum oftar frosinn fisk, frosna tilbúna fiskrétti (t.d. fiskinagga), saltfisk, sem og afurðir á borð við harðfisk, fisk í glerkrukku (t.d. marineruð síld) og túbu (kavíar).

5. ÁLYKTANIR

Neysluvenjur fólks eru stöðugt að breytast og hafa því mikil áhrif á framleiðslu og framboð matvæla. Talsvert hefur verið rætt um aukna eftirspurn eftir tilbúnum og hálf-tilbúnum matvælum víða erlendis. Þessi þróun virðist hinsvegar ekki vera jafn langt á veg komin hérlendis þar sem neysla á hálf-tilbúnum og kældum tilbúnum fiskréttum er enn fremur lítil skv. þessari könnun. Mikill munur er á neyslu fólks eftir búsetu. Þessi munur felst helst í heildarfiskneyslu, þar sem landsbyggðarfólk borðar meiri fisk, þó tegunda- og afurðaval sé öllu takmarkaðra en á höfðuðborgarsvæðinu. Ástæðan er líklega ríkari hefðir sem og takmarkað aðgengi að fjölbreytileika. Einnig reyndist mikill munur á fiskneyslu mismunandi aldurshópa, bæði hvað varðar heildarfiskneyslu, tegundir og afurðir sem neytt er. Val yngra fólks er ekki eins fjölbreytt og þeirra sem eldri eru, og yngra fólk borðar oft ekki tegundir og afurðir sem eldra fólk hefur vanist, einsog t.d. marineraða síld og kavíar. Það er hinsvegar áhyggjuefni að sjá að á meðan fiskneyslan er lægri í yngsta aldurshópnum, borðar stór hluti sama hóps skyndibita tvisvar í viku eða oftar. Það er hins vegar vert að fylgjast með þessari þróun með ítarlegum viðhorfs- og neyslukönnunum á nokkurra ára fresti. Kannanir af þessu tagi þurfa að ná til breiðari aldurshóps þar sem mikill munur kemur fram eftir aldri. Til þess að geta nýtt niðurstöður á borð við þessar við áhættugreiningar er varðar fiskneyslu í ákveðnum áhættuhópum, þarf aldursdreifingin að vera töluvert meiri.

ÞAKKARORÐ

Höfundur skýrslunnar þakkar AVS rannsóknasjóði fyrir veittan styrk til verkefnisins. Einnig bestu þakkir til þátttakenda í verkefninu Viðhorf og fiskneysla ungs fólks: bætt ímynd sjávarafurða, þeim Emilíu Martinsdóttur, Gunnþórunni Einarsdóttur, Ingu Þórsdóttur, Friðriki H. Jónssyni og Fanneyju Jónsdóttur, sem og nemendum Háskóla Reykjavíkur, þeim Jóni Sigurðssyni og Þorvaldi S. Kristjánssyni, fyrir veitta aðstoð og afnot af gögnum sem safnað var í verkefnum þeirra. Ennfremur bestu þakkir til Evu Yngvadóttur og Birnu Guðbjörnsdóttur sem stóðu að verkefninu “Verðmæti og öryggi íslenskra sjávarafurða - Áhættusamsetning og áhætturöðun”.

HEIMILDIR

De Deckere EAM, Korver O, Verschuren PM & Katan MB, 1998. Health aspects of fish and n-3 polyunsaturated fatty acids from plant and marine origin. *European Journal of Clinical Nutrition* 52, 749-753.

Eva Yngvadóttir og Birna Guðbjörnsdóttir, 2007. Verðmæti og öryggi íslenskra sjávarafurða. Áhættusamsetning og áhætturöðun. Skýrsla Matís nr. 08-07, maí 2007. Skúlagötu 4, 101 Reykjavík. Aðgengilegt á: http://www.matis.is/media/matis/utgafa/Skyrsla_08-07.pdf > Sótt september, 2007

EC, 2004. Regulation (EC) No 853/2004 of the European Parliament and of the Council of 29 April 2004 laying down specific hygiene rules for food of animal origin. Regulation 853/2004, Section VIII, Chapter III, Part D, L226/67. Aðgengilegt á: http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/site/en/oj/2004/l_226/l_22620040625en00220082.pdf> Sótt september, 2007.

Félagsvísindastofnun, 1999. Kannanir gerðar fyrir dagblöð á árunum 1994-1998. Skriflegar upplýsingar.

FM, 1997. Bekendtgørelse om omsætning, tilvirkning m.v. af fisk og fiskevarer i land. Fiskeriministeriets bekendtgørelse nr. 806 af 22. Oktober 1997. Fødevaremin., Veterinær- og Fødevaredir., j.nr. FØ 10-139-0/95. Dronningens Tværgade 21, DK-1014 København K. Denmark. Aðgengilegt á: http://147.29.40.90/GETDOC_/B19970080605> Sótt september, 2007.

Gunnþórunn Einaradóttir, Kolbrún Sveinsdóttir og Emilía Martinsdóttir, 2006. Upplýsingar frá fiskbúðum og veitingahúsum: Viðhorf og fiskneysla ungs fólks, Bætt ímynd sjávarafurða. AVS áfangaskýrsla.

Gunnþórunn Einarsdóttir, Kolbrún Sveinsdóttir, Emilía Martinsdóttir, Friðrik H. Jónsson, Inga Þórsdóttir, Fanney Þórsdóttir, 2007. Viðhorf og fiskneysla ungs fólks á aldrinum 18 til 25 ára - Lýsandi tölfræðiúrvinnsla. Skýrsla Matís 05-07, 235 bls.

Jón Sigurðsson og Þorvaldur S. Kristjánsson, 2006. Fiskneyslu fólks á aldrinum 30-45 ára. Nemendaverkefni við Háskólann í Reykjavík.

Kristín Erla Harðardóttir og Friðrik H. Jónsson, 2005. Niðurstöður úr rýnihópum: Viðhorf og fiskneysla ungs fólks, Bætt ímynd sjávarafurða. AVS áfangaskýrsla.

Laufey Steingrimsdóttir, Hólmfríður Þorgeirsdóttir, Anna S. Ólafsdóttir, 2003. Hvað borða Íslendingar? Könnun á mataræði Íslendinga 2002, Rannsóknir Manneldisráðs Íslands V, Reykjavík 2003.

Marckmann P & Grønbæk M, 1999. Fish consumption and coronary heart disease mortality. A systematic review of prospective cohort studies. *European Journal of Clinical Nutrition* 53, 585-590.

Matís, 2007. ÍSGEM gagnagrunnur. Aðgengilegt á < <http://www.matis.is/ISGEM/is/> > sótt september, 2007.
Fødevareinstituttet, 2007. Fødevaredatabanken. Afdeling for Ernæring. Aðgengilegt á < http://www.foodcomp.dk/fvdb_default.asp > Sótt september, 2007.

Thorsdottir I, Birgisdottir BE, Halldorsdottir S, Geirsson RT, 2004. Association of Fish and Fish Liver Oil Intake in Pregnancy with Infant Size at Birth among Women of Normal Weight before Pregnancy in a Fishing Community. Am J Epidemiol. 160; 460-5.

VIÐAUKI

Tafla A1. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Mismunandi fisktegundir. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hversrar spurningar).

Hópur	Fjöldi	Neyslutíðni (meðaltal) á			Hlutfallsleg neyslutíðni hvers hóps (%)								
		viku	mán.	ári	aldrei	< 1x mán.	1-3x mán.	4-5x mán.	2x viku	3x viku	4-6x viku	dag- lega	
Hve oft borðar þú ýsu? (anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	708	0,92 ^{cd}	3,7	48	6,5	14,3	36,4	25,8	14,0	1,8	0,8	0,3	
Karlar 30-39 ára	112	0,89 ^{bd}	3,5	46	6,3	9,8	45,5	24,1	8,0	6,3	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	92	1,18 ^{ab}	4,7	62	2,2	8,7	30,4	35,9	13,0	8,7	1,1	0,0	
Konur 17-29 ára	948	0,91 ^{cd}	3,7	48	5,7	14,3	38,3	24,7	12,0	4,3	0,6	0,0	
Konur 30-39 ára	137	1,12	4,5	58	4,4	6,6	37,2	24,8	22,6	2,9	1,5	0,0	
Konur 40-49 ára	96	1,24 ^a	5,0	65	4,2	7,3	27,1	27,1	27,1	7,3	0,0	0,0	
Alls	2093				5,7	13,0	37,1	25,7	13,9	3,8	0,7	0,1	
Hve oft borðar þú þorsk? (anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	691	0,30 ^b	1,2	16	39,9	27,5	20,5	9,3	2,3	0,4	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	110	0,32 ^b	1,3	17	30,0	32,7	25,5	10,0	1,8	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	89	0,56 ^a	2,2	29	24,7	31,5	19,1	21,3	0,0	0,0	3,4	0,0	
Konur 17-29 ára	932	0,28 ^b	1,1	15	43,8	28,0	17,8	7,1	2,3	1,0	0,1	0,0	
Konur 30-39 ára	136	0,30 ^b	1,2	15	44,9	27,9	15,4	6,6	4,4	0,7	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	92	0,43	1,7	22	28,3	32,6	21,7	10,9	4,3	2,2	0,0	0,0	
Alls	2050				40,3	28,4	19,2	8,7	2,4	0,7	0,2	0,0	
Hve oft borðar þú úfsa? (anova ns, Chi-Square ns)													
Karlar 17-29 ára	667	0,02	0,1	1	86,5	12,1	1,2	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	99	0,02	0,1	1	79,8	19,2	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	81	0,01	0,0	1	86,4	13,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	917	0,02	0,1	1	88,1	10,7	0,8	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	130	0,02	0,1	1	88,5	10,0	1,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	89	0,02	0,1	1	88,8	9,0	2,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Alls	1983				87,1	11,6	1,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú steinbít? (anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	683	0,09	0,3	5	66,6	24,6	6,3	2,2	0,3	0,0	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	108	0,16 ^a	0,6	8	47,2	33,3	15,7	3,7	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	87	0,14 ^a	0,6	7	41,4	44,8	9,2	4,6	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	922	0,07 ^b	0,3	4	71,0	22,5	4,8	1,3	0,4	0,0	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	131	0,11	0,5	6	53,4	34,4	9,2	3,1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	88	0,13	0,5	7	44,3	39,8	13,6	2,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Alls	2019				64,7	26,3	6,7	2,0	0,3	0,0	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú lúðu? (anova **, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	681	0,12	0,5	6	59,0	28,3	10,1	1,9	0,4	0,0	0,0	0,1	
Karlar 30-39 ára	105	0,15	0,6	8	33,3	48,6	16,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	88	0,17	0,7	9	26,1	55,7	14,8	3,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	929	0,09 ^b	0,4	5	63,5	26,6	7,8	1,6	0,4	0,1	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	134	0,16	0,6	8	39,6	42,5	14,9	2,2	0,7	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	95	0,21 ^a	0,8	11	30,5	42,1	24,2	2,1	1,1	0,0	0,0	0,0	
Alls	2032				55,7	31,3	10,5	1,9	0,4	0,0	0,0	0,0	

ns = ekki marktækur munur; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Tafla A2. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Mismunandi fisktegundir. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hverrar spurningar).

Hópur	Fjöldi	Neyslutíðni (meðaltal) á			Hlutfallsleg neyslutíðni hvers hóps (%)								
		viku	mán.	ári	aldrei	< 1x mán.	1-3x mán.	4-5x mán.	2x viku	3x viku	4-6x viku	dag- lega	
Hve oft borðar þú rauðsprettu/kola? (anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	676	0,03 ^b	0,1	2	78,3	18,0	3,7	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	103	0,07	0,3	4	58,3	33,0	8,7	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	87	0,12 ^a	0,5	6	43,7	43,7	10,3	2,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	921	0,04 ^b	0,2	2	82,1	13,9	3,0	0,7	0,1	0,2	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	133	0,07	0,3	4	66,9	26,3	5,3	0,8	0,8	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	92	0,11 ^a	0,4	6	44,6	45,7	8,7	0,0	1,1	0,0	0,0	0,0	
Alls	2012				75,2	19,8	4,3	0,4	0,1	0,1	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú karfa? (anova **, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	674	0,01 ^b	0,0	1	89,2	10,2	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	103	0,03	0,1	2	75,7	22,3	1,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	83	0,04	0,2	2	67,5	30,1	2,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	918	0,02 ^b	0,1	1	91,7	7,3	0,8	0,1	0,0	0,1	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	130	0,01	0,1	1	86,9	12,3	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	90	0,05 ^a	0,2	3	83,3	12,2	2,2	2,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
Alls	1998				88,3	10,6	0,9	0,2	0,0	0,1	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú lax? (anova ns, Chi-Square ns)													
Karlar 17-29 ára	700	0,31	1,2	16	26,6	36,3	28,4	7,0	1,3	0,1	0,3	0,0	
Karlar 30-39 ára	104	0,27	1,1	14	22,1	42,3	28,8	6,7	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	89	0,26	1,1	14	18,0	48,3	28,1	4,5	1,1	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	944	0,29	1,2	15	26,6	39,8	24,9	7,0	1,3	0,1	0,3	0,0	
Konur 30-39 ára	135	0,27	1,1	14	28,9	40,7	21,5	6,7	2,2	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	94	0,37	1,5	19	21,3	38,3	27,7	9,6	2,1	1,1	0,0	0,0	
Alls	2066				25,9	39,1	26,3	7,0	1,3	0,1	0,2	0,0	
Hve oft borðar þú silung? (anova ns, Chi-Square **)													
Karlar 17-29 ára	683	0,19	0,8	10	41,3	37,3	16,3	4,2	0,6	0,3	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	105	0,14	0,5	7	38,1	45,7	14,3	1,9	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	88	0,23	0,9	12	26,1	46,6	21,6	4,5	1,1	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	929	0,17	0,7	9	48,2	33,9	13,2	3,8	0,6	0,0	0,2	0,0	
Konur 30-39 ára	134	0,22	0,9	11	45,5	33,6	11,2	8,2	1,5	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	94	0,19	0,8	10	29,8	50,0	18,1	0,0	1,1	1,1	0,0	0,0	
Alls	2033				43,4	36,9	14,8	4,0	0,7	0,1	0,1	0,0	
Hve oft borðar þú skötusel? (anova **, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	677	0,07 ^b	0,3	4	69,4	23,2	5,8	1,5	0,1	0,0	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	105	0,15 ^a	0,6	8	49,5	38,1	7,6	3,8	0,0	1,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	90	0,09	0,4	5	34,4	57,8	7,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	922	0,06 ^b	0,3	3	73,0	21,1	4,7	0,9	0,1	0,1	0,1	0,0	
Konur 30-39 ára	134	0,11	0,4	6	43,3	45,5	9,7	1,5	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	91	0,10	0,4	5	42,9	45,1	12,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Alls	2019				65,5	27,0	6,0	1,2	0,1	0,1	0,0	0,0	

ns = ekki marktækur munur; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Tafla A3. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Mismunandi fisktegundir. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hversrar spurningar).

Hópur	Fjöldi	Neyslutíðni (meðaltal) á			Hlutfallsleg neyslutíðni hvers hóps (%)								
		viku	mán.	ári	aldrei	< 1x mán.	1-3x mán.	4-5x mán.	2x viku	3x viku	4-6x viku	dag- lega	
Hve oft borðar þú rauðmaga? (anova ns, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	666	0,01	0,1	1	88,9	10,1	1,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	104	0,02	0,1	1	82,7	16,3	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	86	0,03	0,1	2	67,4	31,4	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	917	0,02	0,1	1	91,5	7,5	0,5	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	129	0,01	0,0	0	92,2	7,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	90	0,02	0,1	1	81,1	18,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Alls	1992				88,7	10,4	0,7	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú hlýra? (anova **, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	642	0,01	0,0	0	93,8	5,8	0,3	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	103	0,02	0,1	1	84,5	14,6	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	85	0,01	0,1	1	83,5	16,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	860	0,01 ^b	0,0	0	95,2	4,3	0,3	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	125	0,03 ^a	0,1	1	91,2	5,6	2,4	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	91	0,03 ^a	0,1	2	82,4	14,3	3,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Alls	1906				92,8	6,5	0,6	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú keilu? (anova *, Chi-Square **)													
Karlar 17-29 ára	653	0,01	0,0	0	93,3	6,1	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	102	0,03	0,1	2	84,3	13,7	1,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	84	0,01	0,0	1	91,7	7,1	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	863	0,01	0,0	0	94,0	5,6	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	127	0,02	0,1	1	91,3	6,3	1,6	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	90	0,02	0,1	1	87,8	8,9	3,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Alls	1919				92,7	6,5	0,7	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú túnfisk? (anova **, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	690	0,51	2,0	26	38,8	20,1	20,6	10,4	6,5	2,5	1,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	111	0,38	1,5	20	30,6	29,7	25,2	11,7	1,8	0,0	0,9	0,0	
Karlar 40-49 ára	87	0,44	1,8	23	26,4	34,5	25,3	6,9	5,7	0,0	0,0	1,1	
Konur 17-29 ára	942	0,61	2,4	32	27,1	20,8	27,9	14,9	5,4	2,3	1,3	0,3	
Konur 30-39 ára	135	0,45	1,8	23	23,7	31,1	25,2	14,8	4,4	0,7	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	95	0,40	1,6	21	15,8	40,0	32,6	6,3	3,2	2,1	0,0	0,0	
Alls	2060				30,4	23,2	25,2	12,5	5,4	2,0	1,0	0,2	
Hve oft borðar þú síld? (anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	684	0,12 ^{bc}	0,5	6	68,4	19,3	9,4	1,8	0,9	0,0	0,0	0,3	
Karlar 30-39 ára	104	0,17 ^{bd}	0,7	9	44,2	38,5	13,5	2,9	0,0	1,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	86	0,33 ^a	1,3	17	32,6	32,6	23,3	8,1	2,3	1,2	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	931	0,07 ^d	0,3	4	76,8	16,0	5,2	1,6	0,4	0,0	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	134	0,10 ^{bd}	0,4	5	61,2	26,9	9,7	2,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	92	0,15 ^{bd}	0,6	8	48,9	32,6	15,2	2,2	1,1	0,0	0,0	0,0	
Alls	2031				68,1	20,4	8,5	2,1	0,6	0,1	0,0	0,1	

ns = ekki marktækur munur; * p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Tafla A4. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Mismunandi fisktegundir. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hversrar spurningar).

Hópur	Fjöldi	Neyslutíðni (meðaltal) á			Hlutfallsleg neyslutíðni hvers hóps (%)							
		viku	mán.	ári	aldrei	< 1x mán.	1-3x mán.	4-5x mán.	2x viku	3x viku	4-6x viku	dag- lega
Hve oft borðar þú sardínur? (anova ***, Chi-Square ***)												
Karlar 17-29 ára	678	0,07 ^b	0,3	4	80,7	13,7	3,2	1,6	0,6	0,0	0,1	0,0
Karlar 30-39 ára	102	0,06 ^b	0,2	3	73,5	19,6	5,9	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Karlar 40-49 ára	86	0,23 ^a	0,9	12	58,1	22,1	10,5	3,5	5,8	0,0	0,0	0,0
Konur 17-29 ára	932	0,05 ^b	0,2	3	86,8	9,1	2,1	1,4	0,3	0,2	0,0	0,0
Konur 30-39 ára	130	0,10 ^b	0,4	5	77,7	14,6	3,1	3,8	0,0	0,8	0,0	0,0
Konur 40-49 ára	91	0,07 ^b	0,3	4	70,3	22,0	6,6	0,0	1,1	0,0	0,0	0,0
Alls	2019				81,5	12,7	3,3	1,6	0,6	0,1	0,0	0,0
Hve oft borðar þú ál? (anova ms, Chi-Square ms)												
Karlar 17-29 ára	675	0,01	0,0	0	95,6	4,1	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
Karlar 30-39 ára	102	0,01	0,0	0	91,2	8,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Karlar 40-49 ára	85	0,00	0,0	0	97,6	2,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Konur 17-29 ára	926	0,00 ^b	0,0	0	97,1	2,8	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Konur 30-39 ára	128	0,02 ^a	0,1	1	95,3	3,1	0,8	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0
Konur 40-49 ára	88	0,01	0,0	0	94,3	5,7	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Alls	2004				96,1	3,7	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
Hve oft borðar þú rækjur? (anova ***, Chi-Square ***)												
Karlar 17-29 ára	695	0,43 ^a	1,7	22	26,6	28,6	28,9	11,1	3,2	1,2	0,3	0,1
Karlar 30-39 ára	108	0,34	1,4	18	18,5	38,9	31,5	10,2	0,9	0,0	0,0	0,0
Karlar 40-49 ára	89	0,52 ^a	2,1	27	4,5	34,8	40,4	15,7	4,5	0,0	0,0	0,0
Konur 17-29 ára	943	0,31 ^b	1,2	16	31,5	34,0	24,0	8,1	1,7	0,6	0,1	0,0
Konur 30-39 ára	132	0,31	1,2	16	12,9	47,7	31,8	6,8	0,0	0,8	0,0	0,0
Konur 40-49 ára	94	0,42	1,7	22	10,6	35,1	39,4	13,8	1,1	0,0	0,0	0,0
Alls	2061				25,9	33,4	27,9	9,7	2,1	0,7	0,1	0,0
Hve oft borðar þú hörpuskel? (anova ***, Chi-Square ***)												
Karlar 17-29 ára	676	0,06 ^{bc}	0,2	3	77,5	17,2	3,4	1,5	0,4	0,0	0,0	0,0
Karlar 30-39 ára	104	0,06	0,2	3	53,8	41,3	4,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Karlar 40-49 ára	86	0,06	0,2	3	51,2	45,3	3,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Konur 17-29 ára	930	0,05 ^d	0,2	2	76,7	19,5	3,0	0,6	0,0	0,2	0,0	0,0
Konur 30-39 ára	131	0,13 ^a	0,5	7	48,9	39,7	8,4	2,3	0,0	0,8	0,0	0,0
Konur 40-49 ára	92	0,11 ^{ab}	0,5	6	42,4	44,6	12,0	1,1	0,0	0,0	0,0	0,0
Alls	2019				71,3	23,4	4,0	1,0	0,1	0,1	0,0	0,0
Hve oft borðar þú humar? (anova **, Chi-Square ***)												
Karlar 17-29 ára	692	0,16	0,7	8	35,3	48,8	12	2,9	0,7	0,3	0,0	0,0
Karlar 30-39 ára	107	0,18	0,7	9	25,2	57,9	12,1	3,7	0,9	0,0	0,0	0,0
Karlar 40-49 ára	88	0,19	0,7	10	19,3	61,4	15,9	2,3	1,1	0,0	0,0	0,0
Konur 17-29 ára	940	0,14 ^b	0,5	7	39,9	47,6	9,9	2,0	0,3	0,2	0,1	0,0
Konur 30-39 ára	134	0,24 ^a	1,0	12	20,9	55,2	17,9	4,5	0,0	1,5	0,0	0,0
Konur 40-49 ára	92	0,21	0,8	11	19,6	57,6	17,4	5,4	0,0	0,0	0,0	0,0
Alls	2053				34,5	50,1	11,8	2,7	0,5	0,3	0,0	0,0

ms = munur á mörkum marktækis (p = 0,05-0,10); ** p < 0,01; *** p < 0,001

Tafla A5. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Mismunandi fisktegundir. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hverrar spurningar).

Hópur	Fjöldi	Neyslutíðni (meðaltal) á			Hlutfallsleg neyslutíðni hvers hóps (%)								
		viku	mán.	ári	aldrei	< 1x mán.	1-3x mán.	4-5x mán.	2x viku	3x viku	4-6x viku	dag- lega	
Hve oft borðar þú skötu? (anova **, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	684	0,02 ^b	0,1	1	84,2	14,6	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	105	0,03	0,1	1	74,3	24,8	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	85	0,04 ^a	0,2	2	70,6	27,1	1,2	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	930	0,02 ^b	0,1	1	85,4	14,0	0,5	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	132	0,02 ^b	0,1	1	79,5	20,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	91	0,03	0,1	2	67,0	31,9	1,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Alls	2027				82,6	16,5	0,8	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú hákarl? (anova **, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	680	0,04 ^b	0,2	2	77,8	19,3	2,1	0,7	0,0	0,0	0,1	0,0	
Karlar 30-39 ára	102	0,06	0,2	3	65,7	28,4	5,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	88	0,12 ^a	0,5	6	60,2	36,4	2,3	0,0	0,0	0,0	0,0	1,1	
Konur 17-29 ára	936	0,02 ^b	0,1	1	87,4	11,0	1,3	0,2	0,1	0,0	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	129	0,03 ^b	0,1	2	79,8	18,6	0,8	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	91	0,04	0,2	2	64,8	33,0	2,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Alls	2026				80,4	17,2	1,8	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú hrefnukjöt? (anova ns, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	681	0,03	0,1	2	82,2	16,4	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	
Karlar 30-39 ára	101	0,04	0,2	2	71,3	26,7	1,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	89	0,04	0,1	2	70,8	27,0	2,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	924	0,01	0,0	1	91,7	7,8	0,4	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	131	0,02	0,1	1	85,5	13,0	1,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	92	0,02	0,1	1	82,6	16,3	1,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Alls	2018				85,7	13,2	0,9	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	

ns = ekki marktækur munur; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Tafla B1. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Mismunandi afurðir úr sjávarfangi. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hversrar spurningar).

Hópur	Fjöldi	Neyslutíðni (meðaltal) á			Hlutfallsleg neyslutíðni hvers hóps (%)								
		viku	mán.	ári	aldrei	< 1x mán.	1-3x mán.	4-5x mán.	2x viku	3x viku	4-6x viku	dag- lega	
Hve oft borðar þú ferskan fisk? (anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	682	0,66 ^b	2,6	34	17,6	23,3	30,2	17,6	8,7	2,2	0,3	0,1	
Karlar 30-39 ára	109	0,77	3,1	40	8,3	28,4	34,9	11,0	12,8	2,8	1,8	0,0	
Karlar 40-49 ára	91	0,78	3,1	41	8,8	20,9	38,5	16,5	12,1	2,2	1,1	0,0	
Konur 17-29 ára	913	0,58 ^b	2,3	30	19,1	28,1	29,5	13,3	7,7	1,8	0,7	0,0	
Konur 30-39 ára	135	0,75	3,0	39	12,6	21,5	31,1	21,5	11,1	1,5	0,7	0,0	
Konur 40-49 ára	93	0,96 ^a	3,8	50	10,8	23,7	19,4	19,4	20,4	6,5	0,0	0,0	
Alls	2023				16,7	25,6	30,1	15,6	9,3	2,2	0,6	0,0	
Hve oft borðar þú pökkuð fersk flök? (anova **, Chi-Square *)													
Karlar 17-29 ára	661	0,48 ^a	1,9	25	28,1	25,0	27,2	14,2	3,9	1,1	0,2	0,3	
Karlar 30-39 ára	106	0,23 ^b	0,9	12	38,7	33,0	22,6	3,8	1,9	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	89	0,37	1,5	19	34,8	33,7	19,1	7,9	1,1	2,2	1,1	0,0	
Konur 17-29 ára	886	0,46 ^a	1,8	24	31,7	24,8	24,8	11,9	4,6	1,9	0,2	0,0	
Konur 30-39 ára	133	0,37	1,5	19	36,8	32,3	16,5	6,8	5,3	2,3	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	90	0,39	1,6	20	40,0	25,6	16,7	11,1	5,6	1,1	0,0	0,0	
Alls	1965				31,8	26,3	24,3	11,7	4,2	1,5	0,2	0,1	
Hve oft borðar þú hálf-tilbúna fiskrétti úr ferskfiskborði? (anova ns, Chi-Square ms)													
Karlar 17-29 ára	666	0,23	0,9	12	45,6	28,2	18,6	6,0	1,4	0,2	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	111	0,25	1,0	13	38,7	27,0	28,8	3,6	1,8	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	86	0,24	1,0	13	36,0	36,0	19,8	7,0	1,2	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	931	0,23	0,9	12	46,6	27,6	18,6	5,2	1,7	0,3	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	136	0,29	1,1	15	25,7	39,7	25,0	8,8	0,7	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	93	0,25	1,0	13	45,2	24,7	21,5	7,5	1,1	0,0	0,0	0,0	
Alls	2023				43,9	28,8	19,8	5,8	1,5	0,2	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú kælda tilbúna fiskrétti (t.d. 1944)? (anova **, Chi-Square **)													
Karlar 17-29 ára	686	0,08 ^a	0,3	4	76,7	15,9	5,4	1,3	0,6	0,0	0,1	0,0	
Karlar 30-39 ára	106	0,03	0,1	2	84,0	13,2	1,9	0,9	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	85	0,08	0,3	4	88,2	3,5	5,9	1,2	0,0	1,2	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	935	0,04 ^b	0,2	2	83,3	12,5	3,2	0,9	0,0	0,1	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	135	0,02	0,1	1	88,9	8,1	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	91	0,03	0,1	2	91,2	7,7	0,0	0,0	1,1	0,0	0,0	0,0	
Alls	2038				82,0	12,8	3,8	0,9	0,2	0,1	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú frosinn fisk? (anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	678	0,43 ^{cd}	1,7	22	33,5	22,4	26,4	11,8	5,2	0,6	0,1	0,0	
Karlar 30-39 ára	110	0,41 ^{cd}	1,6	21	27,3	24,5	33,6	10,0	4,5	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	90	0,82 ^a	3,3	43	13,3	25,6	30,0	17,8	4,4	5,6	3,3	0,0	
Konur 17-29 ára	920	0,53 ^{bc}	2,1	27	28,8	23,4	26,3	12,6	6,1	2,3	0,5	0,0	
Konur 30-39 ára	134	0,68 ^{ab}	2,7	35	23,9	20,1	27,6	11,9	11,9	4,5	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	92	0,87 ^a	3,5	45	18,5	19,6	22,8	20,7	12,0	4,3	2,2	0,0	
Alls	2024				28,8	22,8	26,8	12,7	6,3	2,0	0,5	0,0	

ns = ekki marktækur munur; ms = á mörkum marktækis (p = 0,05-0,10); * p<0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Tafla B2. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Mismunandi afurðir úr sjávarfangi. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hversrar spurningar).

Hópur	Fjöldi	Neyslutíðni (meðaltal) á			Hlutfallsleg neyslutíðni hvers hóps (%)								
		viku	mán.	ári	aldrei	< 1x mán.	1-3x mán.	4-5x mán.	2x viku	3x viku	4-6x viku	dag- lega	
Hve oft borðar þú frosna tilbúna fiskrétti (t.d. Fiskinaggar)?													
(anova ns, Chi-Square ns)													
Karlar 17-29 ára	686	0,10	0,4	5	64,7	24,1	9,3	1,3	0,4	0,0	0,1	0,0	
Karlar 30-39 ára	109	0,07	0,3	4	67,0	24,8	7,3	0,9	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	87	0,11	0,4	6	58,6	28,7	11,5	0,0	1,1	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	929	0,08	0,3	4	70,3	21,5	6,4	1,4	0,3	0,1	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	134	0,09	0,3	5	66,4	23,9	7,5	2,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	90	0,06	0,3	3	72,2	24,4	1,1	1,1	1,1	0,0	0,0	0,0	
Alls	2035				67,6	23,1	7,5	1,3	0,4	0,0	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú fisk úr niðursuðudós (t.d. Fiskibollur/túnfiskur úr dós)?													
(anova **, Chi-Square **)													
Karlar 17-29 ára	692	0,19	0,7	10	54,3	26,9	12,1	5,1	1,0	0,6	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	110	0,13	0,5	7	49,1	32,7	16,4	1,8	0,0	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	89	0,16	0,7	9	32,6	48,3	15,7	3,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	943	0,25	1,0	13	45,6	28,5	18,3	5,0	1,5	0,6	0,4	0,0	
Konur 30-39 ára	136	0,16	0,6	8	46,3	35,3	14,7	2,2	1,5	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	93	0,12	0,5	6	57,0	28,0	14,0	0,0	1,1	0,0	0,0	0,0	
Alls	2063				48,7	29,5	15,6	4,4	1,2	0,5	0,2	0,0	
Hve oft borðar þú fisk í glerkrukku (t.d. Marineruð síld)?													
(anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	692	0,08 ^{cd}	0,3	4	73,8	17,6	6,1	2,0	0,4	0,0	0,0	0,0	
Karlar 30-39 ára	109	0,19 ^b	0,8	10	38,5	38,5	19,3	2,8	0,0	0,9	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	87	0,31 ^a	1,2	16	33,3	31,0	25,3	8,0	1,1	1,1	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	942	0,05 ^{de}	0,2	3	80,7	13,6	4,6	0,7	0,4	0,0	0,0	0,0	
Konur 30-39 ára	135	0,09 ^{cd}	0,3	4	64,4	26,7	7,4	0,7	0,7	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	93	0,15 ^{bc}	0,6	8	40,9	40,9	16,1	1,1	1,1	0,0	0,0	0,0	
Alls	2058				71,3	19,1	7,4	1,6	0,5	0,1	0,0	0,0	
Hve oft borðar þú fisk úr túbu (kaviar)?													
(anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	694	0,13 ^b	0,5	7	74,5	15,0	5,8	3,3	1,0	0,1	0,0	0,3	
Karlar 30-39 ára	110	0,41 ^a	1,7	21	50,0	27,3	11,8	4,5	0,9	1,8	2,7	0,9	
Karlar 40-49 ára	87	0,45 ^a	1,8	24	42,5	33,3	9,2	8,0	2,3	2,3	0,0	2,3	
Konur 17-29 ára	943	0,10 ^b	0,4	5	79,0	11,7	5,7	2,4	0,8	0,2	0,0	0,1	
Konur 30-39 ára	135	0,16 ^b	0,7	9	62,2	21,5	11,1	3,0	1,5	0,7	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	93	0,24	1,0	13	55,9	23,7	16,1	1,1	1,1	0,0	2,2	0,0	
Alls	2062				72,3	15,7	7,0	3,1	1,0	0,4	0,2	0,3	
Hve oft borðar þú saltfisk?													
(anova ns, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	693	0,19	0,8	10	47,8	31,0	15,2	4,9	0,9	0,1	0,1	0,0	
Karlar 30-39 ára	108	0,17	0,7	9	34,3	46,3	16,7	1,9	0,9	0,0	0,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	90	0,19	0,8	10	20,0	56,7	20,0	3,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	937	0,18	0,7	9	50,3	30,9	14,1	3,1	1,0	0,5	0,1	0,0	
Konur 30-39 ára	133	0,12	0,5	6	42,1	48,1	6,8	2,3	0,8	0,0	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	94	0,14	0,6	7	30,9	52,1	16,0	1,1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Alls	2055				45,8	35,0	14,5	3,5	0,8	0,3	0,1	0,0	

ns = ekki marktækur munur; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Tafla B3. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Mismunandi afurðir úr sjávarfangi. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hverrar spurningar).

Hópur	Fjöldi	Neyslutíðni (meðaltal) á viku mán. ári			Hlutfallsleg neyslutíðni hvers hóps (%)							
					aldrei	< 1x mán.	1-3x mán.	4-5x mán.	2x viku	3x viku	4-6x viku	dag-lega
Hve oft borðar þú harðfisk? (anova *, Chi-Square **)												
Karlar 17-29 ára	701	0,52	2,1	27	14,3	33,5	26,8	16,8	4,7	1,9	1,1	0,9
Karlar 30-39 ára	112	0,54	2,2	28	7,1	42,9	27,7	16,1	3,6	0,9	0,0	1,8
Karlar 40-49 ára	91	0,60	2,4	31	5,5	39,6	27,5	16,5	4,4	3,3	1,1	2,2
Konur 17-29 ára	946	0,64	2,6	33	14,3	36,5	27,7	14,7	4,4	1,3	1,1	0,1
Konur 30-39 ára	137	0,77	3,1	40	11,7	37,2	35,0	10,9	2,2	0,7	2,2	0,0
Konur 40-49 ára	94	0,78	3,1	41	10,6	41,5	25,5	12,8	2,1	0,0	5,3	2,1
Alls	2081				13,2	36,2	27,8	15,2	4,2	1,4	1,3	0,6
Hve oft borðar þú reyktan/grafinn lax? (anova ns, Chi-Square **)												
Karlar 17-29 ára	701	0,31	1,2	16	31,2	36,4	22,5	7,6	1,4	0,3	0,4	0,1
Karlar 30-39 ára	110	0,27	1,1	14	12,7	52,7	27,3	7,3	0,0	0,0	0,0	0,0
Karlar 40-49 ára	89	0,38	1,5	20	12,4	42,7	30,3	13,5	1,1	0,0	0,0	0,0
Konur 17-29 ára	943	0,27	1,1	14	31,3	39,0	21,7	6,3	1,2	0,3	0,1	0,1
Konur 30-39 ára	136	0,24	1,0	13	24,3	47,8	21,3	5,1	1,5	0,0	0,0	0,0
Konur 40-49 ára	94	0,35	1,4	18	12,8	45,7	31,9	7,4	1,1	1,1	0,0	0,0
Alls	2073				28,2	39,9	23,1	7,0	1,2	0,3	0,2	0,1
Hve oft borðar þú sushi? (anova ns, Chi-Square ***)												
Karlar 17-29 ára	695	0,04	0,1	2	81,2	15,8	2,3	0,4	0,3	0,0	0,0	0,0
Karlar 30-39 ára	107	0,07	0,3	4	57,0	37,4	4,7	0,9	0,0	0,0	0,0	0,0
Karlar 40-49 ára	85	0,04	0,2	2	77,6	16,5	5,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Konur 17-29 ára	940	0,05	0,2	3	82,2	13,1	3,1	1,4	0,2	0,0	0,0	0,0
Konur 30-39 ára	134	0,08	0,3	4	76,1	14,2	7,5	2,2	0,0	0,0	0,0	0,0
Konur 40-49 ára	91	0,08	0,3	4	71,4	19,8	6,6	2,2	0,0	0,0	0,0	0,0
Alls	2052				79,5	15,8	3,5	1,1	0,2	0,0	0,0	0,0
Hve oft borðar þú skelfisk, rækjur, humar? (anova ***, Chi-Square ***)												
Karlar 17-29 ára	692	0,31 ^a	1,2	16	25,3	40,8	24,4	7,2	1,6	0,6	0,1	0,0
Karlar 30-39 ára	111	0,29	1,2	15	16,2	48,6	25,2	9,9	0,0	0,0	0,0	0,0
Karlar 40-49 ára	89	0,38 ^a	1,5	20	7,9	44,9	34,8	11,2	1,1	0,0	0,0	0,0
Konur 17-29 ára	941	0,24 ^b	1,0	12	28,1	46,0	18,9	5,6	1,1	0,2	0,1	0,0
Konur 30-39 ára	134	0,34	1,4	18	9,0	47,0	35,1	7,5	1,5	0,0	0,0	0,0
Konur 40-49 ára	96	0,40 ^a	1,6	21	11,5	38,5	35,4	13,5	1,0	0,0	0,0	0,0
Alls	2063				23,6	44,1	23,6	7,1	1,2	0,3	0,1	0,0
Hve oft tekur þú lýsi? (anova ns, Chi-Square ***)												
Karlar 17-29 ára	701	2,20	8,8	114	45,5	10,4	5,4	3,7	1,7	3,3	5,6	24,4
Karlar 30-39 ára	112	1,68	6,7	87	50,9	17,9	1,8	1,8	1,8	3,6	3,6	18,8
Karlar 40-49 ára	88	2,23	8,9	116	42,0	13,6	5,7	3,4	0,0	4,5	6,8	23,9
Konur 17-29 ára	938	2,11	8,4	110	53,4	7,9	3,5	1,8	1,5	2,5	4,9	24,5
Konur 30-39 ára	137	2,68	10,7	139	46,0	8,0	2,9	1,5	2,2	1,5	5,1	32,8
Konur 40-49 ára	92	2,59	10,4	135	48,9	4,3	4,3	0,0	3,3	3,3	5,4	30,4
Alls	2068				49,4	9,4	4,2	2,4	1,6	2,9	5,2	25,0

ns = ekki marktækur munur; ms = á mörkum marktækis (p = 0,05-0,10); * p<0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Tafla B4. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Nokkrar algengar fæðutegundir til viðmiðunnar afurða úr fiski. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hvernar spurningar).

Hópur	Fjöldi	Neyslutíðni (meðaltal) á			Hlutfallsleg neyslutíðni hvers hóps (%)								
		viku	mán.	ári	aldrei	< 1x mán.	1-3x mán.	4-5x mán.	2x viku	3x viku	4-6x viku	dag- lega	
Hve oft borðar þú rautt kjöt? (anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	700	1,89 ^a	7,5	98	3,1	3,7	12,3	29,9	27,4	14,3	9,0	0,3	
Karlar 30-39 ára	112	1,72 ^{ab}	6,9	89	0,0	6,3	19,6	30,4	24,1	11,6	8,0	0,0	
Karlar 40-49 ára	89	1,41 ^{bc}	5,7	74	1,1	7,9	21,3	34,8	22,5	10,1	2,2	0,0	
Konur 17-29 ára	947	1,23 ^{cd}	4,9	64	7,1	11,0	24,5	29,1	17,5	8,0	2,7	0,0	
Konur 30-39 ára	136	1,12 ^{cd}	4,5	58	8,1	17,6	17,6	30,1	19,9	4,4	2,2	0,0	
Konur 40-49 ára	94	1,05 ^{cd}	4,2	55	7,4	21,3	23,4	24,5	16,0	4,3	3,2	0,0	
Alls	2078				5,2	9,0	19,5	29,5	21,5	10,0	5,1	0,1	
Hve oft borðar þú hvítt kjöt? (anova ms, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	703	1,65	6,6	86	3,6	2,4	13,9	34,4	29,6	12,4	3,6	0,1	
Karlar 30-39 ára	112	1,82 ^a	7,3	95	0,0	3,6	6,3	42,0	29,5	14,3	3,6	0,9	
Karlar 40-49 ára	91	1,38 ^b	5,5	72	1,1	9,9	15,4	30,8	37,4	5,5	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	948	1,68	6,7	88	3,2	3,5	14,2	32,8	28,8	12,9	4,3	0,3	
Konur 30-39 ára	138	1,58	6,3	82	0,7	0,7	12,3	49,3	26,8	7,2	2,9	0,0	
Konur 40-49 ára	96	1,55	6,2	81	5,2	1,0	13,5	43,8	19,8	14,6	2,1	0,0	
Alls	2088				3,0	3,1	13,6	35,3	28,9	12,2	3,6	0,2	
Hve oft borðar þú pasta? (anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	704	1,25 ^{ab}	5,0	65	6,0	10,4	21,7	33,0	20,6	6,0	2,1	0,3	
Karlar 30-39 ára	112	1,05 ^{bc}	4,2	54	7,1	17,9	20,5	34,8	15,2	1,8	2,7	0,0	
Karlar 40-49 ára	89	0,96 ^{bc}	3,9	50	13,5	14,6	20,2	29,2	19,1	3,4	0,0	0,0	
Konur 17-29 ára	949	1,37 ^a	5,5	71	3,9	9,4	21,5	30,8	24,0	6,8	3,3	0,3	
Konur 30-39 ára	137	0,95 ^{cd}	3,8	50	1,5	14,6	35,8	30,7	14,6	2,9	0,0	0,0	
Konur 40-49 ára	96	0,88 ^{cd}	3,5	46	5,2	24,0	27,1	29,2	10,4	3,1	1,0	0,0	
Alls	2087				5,1	11,4	22,7	31,6	20,9	5,7	2,4	0,2	
Hve oft borðar þú grænmeti? (anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	695	3,23 ^b	12,9	168	4,6	7,3	9,2	15,5	12,1	10,9	20,3	20,0	
Karlar 30-39 ára	112	3,50 ^b	14,0	182	3,6	5,4	4,5	14,3	14,3	17,9	17,0	23,2	
Karlar 40-49 ára	89	3,17 ^b	12,7	165	1,1	6,7	16,9	14,6	11,2	9,0	21,3	19,1	
Konur 17-29 ára	937	4,65 ^a	18,6	242	1,1	2,0	5,4	7,3	9,4	10,1	24,3	40,3	
Konur 30-39 ára	136	5,06 ^a	20,2	263	0,0	0,7	4,4	6,6	7,4	11,0	20,6	49,3	
Konur 40-49 ára	94	5,33 ^a	21,3	277	1,1	0,0	3,2	3,2	5,3	10,6	25,5	51,1	
Alls	2063				2,3	4,0	7,0	10,5	10,3	10,9	22,2	32,7	
Hve oft borðar þú skyndibítmamat (t.d. Pizzu, hamburgara)? (anova ***, Chi-Square ***)													
Karlar 17-29 ára	705	1,96 ^a	7,8	102	1,3	4,1	13,2	31,8	25,5	13,9	7,7	2,6	
Karlar 30-39 ára	112	1,26 ^b	5,1	66	0,0	10,7	30,4	33,9	12,5	9,8	2,7	0,0	
Karlar 40-49 ára	91	0,72 ^c	2,9	37	5,5	20,9	44,0	24,2	3,3	0,0	2,2	0,0	
Konur 17-29 ára	947	1,33 ^b	5,3	69	0,8	8,9	25,3	38,2	16,6	6,5	3,0	0,6	
Konur 30-39 ára	136	0,83 ^c	3,3	43	0,0	19,1	44,1	25,7	8,8	1,5	0,0	0,7	
Konur 40-49 ára	95	0,54 ^c	2,2	28	2,1	30,5	51,6	12,6	2,1	0,0	1,1	0,0	
Alls	2086				1,2	9,5	24,7	33,2	17,6	8,3	4,2	1,2	

ms = á mörkum marktækis (p = 0,05-0,10); *** p < 0,001

Tafla C. Heildarfiskneyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára eftir búsetu. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hversrar spurningar).

<i>Hópur</i>	<i>Fjöldi</i>	<i>Neyslutíðni (meðaltal) á</i>		
		<i>viku</i>	<i>mán.</i>	<i>ári</i>
Hve oft borðar þú fisk sem aðalrétt? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	567	1,43 ^{cd}	6	74
Landsbyggðin, 30-39 ára	80	1,83 ^a	7	95
Landsbyggðin, 40-49 ára	77	2,04 ^a	8	106
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1080	1,22 ^{de}	5	63
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	168	1,42 ^{bd}	6	74
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	110	1,75 ^{ab}	7	91
Hve oft borðar þú fisk sem brauðálegg eða forrétt? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	564	0,83 ^{de}	3	43
Landsbyggðin, 30-39 ára	80	1,11 ^{cd}	4	58
Landsbyggðin, 40-49 ára	76	1,93 ^a	8	101
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1076	0,99 ^{de}	4	52
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	167	1,31 ^{bc}	5	68
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	109	1,71 ^{ab}	7	89
Hve oft borðar þú fisk heima? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	565	1,35 ^{dc}	5	70
Landsbyggðin, 30-39 ára	80	1,44 ^{ec}	6	75
Landsbyggðin, 40-49 ára	77	1,86 ^{ca}	7	97
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1079	1,13 ^{fe}	5	59
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	167	1,06 ^f	4	55
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	108	1,45 ^{cb}	6	76
Hve oft borðar þú fisk að heiman? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	566	0,40 ^{cd}	2	21
Landsbyggðin, 30-39 ára	81	0,77 ^a	3	40
Landsbyggðin, 40-49 ára	77	0,46 ^{bc}	2	24
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1076	0,36 ^{cd}	1	19
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	166	0,67 ^{ab}	3	35
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	109	0,60 ^{ab}	2	31

*** p < 0,001

Tafla D1. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára. Mismunandi fisktegundir. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hversrar spurningar).

<i>Hópur</i>	<i>Fjöldi</i>	<i>Neyslutíðni (meðaltal) á</i>		
		<i>viku</i>	<i>mán.</i>	<i>ári</i>
Hve oft borðar þú ýsu? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	567	1,08 ^{bc}	4	56
Landsbyggðin, 30-39 ára	79	1,36 ^{ab}	5	71
Landsbyggðin, 40-49 ára	78	1,40 ^a	6	73
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1066	0,82 ^{ef}	3	43
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	167	0,84 ^{de}	3	44
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	110	1,08 ^{ad}	4	56
Hve oft borðar þú þorsk? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	557	0,37 ^{bd}	1	19
Landsbyggðin, 30-39 ára	79	0,50 ^{ab}	2	26
Landsbyggðin, 40-49 ára	75	0,62 ^a	2	32
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1044	0,25 ^{ce}	1	13
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	165	0,20 ^{ef}	1	10
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	106	0,40 ^{ac}	2	21
Hve oft borðar þú ufsa? (anova ns)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	542	0,02	0	1
Landsbyggðin, 30-39 ára	72	0,02	0	1
Landsbyggðin, 40-49 ára	71	0,01	0	0
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1021	0,02	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	156	0,02	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	99	0,02	0	1
Hve oft borðar þú steinbít? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	546	0,06 ^d	0	3
Landsbyggðin, 30-39 ára	75	0,10	0	5
Landsbyggðin, 40-49 ára	72	0,14	1	7
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1037	0,09 ^{bc}	0	4
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	163	0,15 ^a	1	8
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	103	0,14 ^{ab}	1	7
Hve oft borðar þú lúðu? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	552	0,08 ^b	0	4
Landsbyggðin, 30-39 ára	76	0,11	0	6
Landsbyggðin, 40-49 ára	76	0,20 ^a	1	10
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1036	0,12	0	6
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	161	0,17 ^a	1	9
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	107	0,18 ^a	1	9

ns = ekki marktækur munur; *** p < 0,001

Tafla D2. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára eftir búsetu. Mismunandi fisktegundir. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hveðrar spurningar).

<i>Hópur</i>	<i>Fjöldi</i>	<i>Neyslutíðni (meðaltal) á</i>		
		<i>viku</i>	<i>mán.</i>	<i>ári</i>
Hve oft borðar þú rauðsprettu/kola? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	546	0,04 ^b	0	2
Landsbyggðin, 30-39 ára	76	0,04	0	2
Landsbyggðin, 40-49 ára	73	0,10 ^a	0	5
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1030	0,04 ^b	0	2
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	158	0,09 ^a	0	5
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	106	0,12 ^a	0	6
Hve oft borðar þú karfa? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	544	0,01 ^b	0	0
Landsbyggðin, 30-39 ára	75	0,03	0	1
Landsbyggðin, 40-49 ára	74	0,03	0	2
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1027	0,02 ^b	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	157	0,02 ^b	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	99	0,06 ^a	0	3
Hve oft borðar þú lax? (anova **)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	561	0,28 ^b	1	14
Landsbyggðin, 30-39 ára	75	0,28	1	15
Landsbyggðin, 40-49 ára	73	0,15 ^b	1	8
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1060	0,31	1	16
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	161	0,27	1	14
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	110	0,42 ^a	2	22
Hve oft borðar þú silung? (anova ms)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	547	0,18	1	9
Landsbyggðin, 30-39 ára	76	0,21	1	11
Landsbyggðin, 40-49 ára	74	0,12	0	6
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1043	0,17	1	9
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	161	0,17	1	9
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	108	0,27	1	14
Hve oft borðar þú skötusel? (anova *)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	549	0,07 ^b	0	3
Landsbyggðin, 30-39 ára	76	0,12	0	6
Landsbyggðin, 40-49 ára	73	0,09	0	5
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1028	0,07 ^b	0	4
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	160	0,13 ^a	1	7
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	108	0,10	0	5

ms = á mörkum marktækis (p = 0,05-0,10); * p<0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Tafla D3. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára eftir búsetu. Mismunandi fisktegundir. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hversrar spurningar).

<i>Hópur</i>	<i>Fjöldi</i>	<i>Neyslutíðni (meðaltal) á</i>		
		<i>viku</i>	<i>mán.</i>	<i>ári</i>
Hve oft borðar þú rauðmaga? (anova ns)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	543	0,02	0	1
Landsbyggðin, 30-39 ára	74	0,01	0	1
Landsbyggðin, 40-49 ára	73	0,04	0	2
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1019	0,01	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	158	0,01	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	103	0,02	0	1
Hve oft borðar þú hlýra? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	505	0,00 ^{cd}	0	0
Landsbyggðin, 30-39 ára	72	0,01	0	0
Landsbyggðin, 40-49 ára	72	0,02	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	976	0,01 ^{bc}	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	155	0,03 ^a	0	2
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	104	0,03 ^{ab}	0	1
Hve oft borðar þú keilu? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	510	0,00 ^b	0	0
Landsbyggðin, 30-39 ára	72	0,01	0	0
Landsbyggðin, 40-49 ára	72	0,01	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	985	0,01 ^b	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	156	0,03 ^a	0	2
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	102	0,02	0	1
Hve oft borðar þú túnfisk? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	557	0,46 ^b	2	24
Landsbyggðin, 30-39 ára	78	0,45	2	23
Landsbyggðin, 40-49 ára	75	0,45	2	23
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1053	0,62 ^a	2	32
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	167	0,40 ^b	2	21
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	107	0,40	2	21
Hve oft borðar þú síld? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	551	0,08 ^{cd}	0	4
Landsbyggðin, 30-39 ára	77	0,13	1	7
Landsbyggðin, 40-49 ára	72	0,26 ^a	1	14
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1042	0,10 ^{cd}	0	5
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	159	0,12 ^{bc}	0	6
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	106	0,22 ^{ab}	1	11

ns = ekki marktækur munur; *** p < 0,001

Tafla D4. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára eftir búsetu. Mismunandi fisktegundir. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hversrar spurningar).

<i>Hópur</i>	<i>Fjöldi</i>	<i>Neyslutíðni (meðaltal) á</i>		
		<i>viku</i>	<i>mán.</i>	<i>ári</i>
Hve oft borðar þú sardínur? (anova **)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	549	0,07	0	3
Landsbyggðin, 30-39 ára	73	0,11	0	6
Landsbyggðin, 40-49 ára	73	0,16 ^a	1	8
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1039	0,05 ^b	0	3
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	158	0,07	0	4
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	104	0,14 ^a	1	7
Hve oft borðar þú ál? (anova ms)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	544	0,00 ^b	0	0
Landsbyggðin, 30-39 ára	72	0,01	0	0
Landsbyggðin, 40-49 ára	72	0,00	0	0
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1036	0,01	0	0
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	157	0,02 ^a	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	101	0,00	0	0
Hve oft borðar þú rækjur? (anova ms)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	561	0,39	2	20
Landsbyggðin, 30-39 ára	77	0,34	1	18
Landsbyggðin, 40-49 ára	74	0,48	2	25
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1054	0,35	1	18
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	161	0,31	1	16
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	109	0,46	2	24
Hve oft borðar þú hörpuskel? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	546	0,04 ^{cd}	0	2
Landsbyggðin, 30-39 ára	75	0,06	0	3
Landsbyggðin, 40-49 ára	73	0,05	0	2
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1039	0,06 ^{bc}	0	3
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	159	0,12 ^a	0	6
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	105	0,11 ^{ab}	0	6
Hve oft borðar þú humar? (anova *)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	558	0,16	1	8
Landsbyggðin, 30-39 ára	77	0,26 ^a	1	14
Landsbyggðin, 40-49 ára	72	0,19	1	10
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1052	0,14 ^b	1	7
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	162	0,19	1	10
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	108	0,20	1	11

ms = á mörkum marktækis (p = 0,05-0,10); * p<0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Tafla D5. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára eftir búsetu. Mismunandi fisktegundir. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hversrar spurningar).

<i>Hópur</i>	<i>Fjöldi</i>	<i>Neyslutíðni (meðaltal) á</i>		
		<i>viku</i>	<i>mán.</i>	<i>ári</i>
Hve oft borðar þú skötu? (anova **)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	550	0,02	0	1
Landsbyggðin, 30-39 ára	76	0,02	0	1
Landsbyggðin, 40-49 ára	71	0,04	0	2
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1041	0,02 ^b	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	160	0,02	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	105	0,04 ^a	0	2
Hve oft borðar þú hákarl? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	555	0,05 ^b	0	3
Landsbyggðin, 30-39 ára	73	0,06	0	3
Landsbyggðin, 40-49 ára	74	0,14 ^a	1	7
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1039	0,02 ^b	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	158	0,03 ^b	0	2
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	105	0,04 ^b	0	2
Hve oft borðar þú hrefnukjöt? (anova ns)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	546	0,03	0	2
Landsbyggðin, 30-39 ára	74	0,02	0	1
Landsbyggðin, 40-49 ára	73	0,03	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1037	0,01	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	157	0,03	0	2
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	108	0,03	0	1

ns = ekki marktækur munur; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Tafla E1. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára eftir búsetu. Mismunandi afurðir úr sjávarfangi. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hvezzrar spurningar).

<i>Hópur</i>	<i>Fjöldi</i>	<i>Neyslutíðni (meðaltal) á</i>		
		<i>viku</i>	<i>mán.</i>	<i>ári</i>
Hve oft borðar þú ferskan fisk? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	541	0,64 ^b	3	33
Landsbyggðin, 30-39 ára	79	0,75	3	39
Landsbyggðin, 40-49 ára	76	0,70	3	36
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1032	0,59 ^b	2	31
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	164	0,78	3	40
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	108	0,99 ^a	4	52
Hve oft borðar þú pökkuð fersk flök? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	520	0,52 ^{ab}	2	27
Landsbyggðin, 30-39 ára	78	0,38	2	20
Landsbyggðin, 40-49 ára	74	0,53 ^{ac}	2	28
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1006	0,44 ^{ac}	2	23
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	159	0,25 ^d	1	13
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	105	0,27 ^{cd}	1	14
Hve oft borðar þú hálf-tilbúna fiskrétti úr ferskfiskborði? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	541	0,19 ^c	1	10
Landsbyggðin, 30-39 ára	79	0,15 ^{bc}	1	8
Landsbyggðin, 40-49 ára	71	0,13 ^c	1	7
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1034	0,24	1	13
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	166	0,33 ^a	1	17
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	108	0,32 ^{ab}	1	16
Hve oft borðar þú kælda tilbúna fiskrétti (t.d. 1944)? (anova ns)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	548	0,07	0	4
Landsbyggðin, 30-39 ára	78	0,03	0	2
Landsbyggðin, 40-49 ára	71	0,06	0	3
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1053	0,05	0	2
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	161	0,02	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	105	0,05	0	2
Hve oft borðar þú frosinn fisk? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	542	0,64 ^b	3	33
Landsbyggðin, 30-39 ára	78	0,82 ^b	3	43
Landsbyggðin, 40-49 ára	77	1,26 ^a	5	66
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1035	0,40 ^{cd}	2	21
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	164	0,40 ^{cd}	2	21
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	105	0,54 ^{bc}	2	28

ns = ekki marktækur munur; *** p < 0,001

Tafla E2. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára eftir búsetu. Mismunandi afurðir úr sjávarfangi. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hvevrrar spurningar).

<i>Hópur</i>	<i>Fjöldi</i>	<i>Neyslutíðni (meðaltal) á</i>		
		<i>viku</i>	<i>mán.</i>	<i>ári</i>
Hve oft borðar þú frosna tilbúna fiskrétti (t.d. Fiskinaggar)? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	546	0,14 ^a	1	7
Landsbyggðin, 30-39 ára	79	0,13	1	7
Landsbyggðin, 40-49 ára	73	0,12	0	6
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1047	0,06 ^b	0	3
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	162	0,06 ^b	0	3
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	104	0,06 ^b	0	3
Hve oft borðar þú fisk úr niðursuðudós (t.d. Fiskibollur/túnfiskur úr dós)? (anova *)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	557	0,24	1	12
Landsbyggðin, 30-39 ára	79	0,17	1	9
Landsbyggðin, 40-49 ára	73	0,14	1	7
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1056	0,22	1	11
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	164	0,13	1	7
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	109	0,14	1	7
Hve oft borðar þú fisk í glerkrukku (t.d. Marineruð síld)? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	555	0,06 ^{cd}	0	3
Landsbyggðin, 30-39 ára	79	0,15 ^{ab}	1	8
Landsbyggðin, 40-49 ára	73	0,26 ^a	1	13
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1058	0,07 ^{cd}	0	4
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	163	0,11 ^{bc}	0	6
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	107	0,21 ^a	1	11
Hve oft borðar þú fisk úr túbu (kaviar)? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	556	0,13 ^{bd}	1	7
Landsbyggðin, 30-39 ára	79	0,30 ^{ab}	1	16
Landsbyggðin, 40-49 ára	73	0,52 ^a	2	27
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1060	0,10 ^{de}	0	5
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	164	0,26 ^{bc}	1	14
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	107	0,22 ^{bd}	1	12
Hve oft borðar þú saltfisk? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	557	0,27 ^a	1	14
Landsbyggðin, 30-39 ára	78	0,19	1	10
Landsbyggðin, 40-49 ára	77	0,22	1	11
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1055	0,14 ^b	1	7
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	161	0,12 ^b	0	6
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	107	0,13 ^b	1	7

* p<0,05; *** p < 0,001

Tafla E3. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára eftir búsetu. Mismunandi afurðir úr sjávarfangi. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hveerrar spurningar).

<i>Hópur</i>	<i>Fjöldi</i>	<i>Neyslutíðni (meðaltal) á</i>		
		<i>viku</i>	<i>mán.</i>	<i>ári</i>
Hve oft borðar þú harðfisk? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	558	0,77 ^{ab}	3	40
Landsbyggðin, 30-39 ára	80	0,73	3	38
Landsbyggðin, 40-49 ára	76	1,07 ^a	4	56
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1067	0,48 ^{cd}	2	25
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	166	0,48 ^{cd}	2	25
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	109	0,57 ^{bc}	2	30
Hve oft borðar þú reyktan/grafinn lax? (anova ms)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	559	0,30	1	15
Landsbyggðin, 30-39 ára	80	0,21	1	11
Landsbyggðin, 40-49 ára	74	0,28	1	15
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1063	0,28	1	15
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	163	0,28	1	15
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	109	0,42	2	22
Hve oft borðar þú sushi? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	556	0,03 ^{de}	0	1
Landsbyggðin, 30-39 ára	78	0,02 ^{ce}	0	1
Landsbyggðin, 40-49 ára	72	0,01 ^{ce}	0	1
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1056	0,05 ^{bc}	0	3
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	161	0,10 ^a	0	5
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	104	0,10 ^{ab}	0	5
Hve oft borðar þú skelfisk, rækjur, humar? (anova **)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	554	0,29	1	15
Landsbyggðin, 30-39 ára	80	0,33	1	17
Landsbyggðin, 40-49 ára	76	0,37	1	19
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1058	0,26 ^b	1	13
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	162	0,32	1	17
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	109	0,41 ^a	2	21
Hve oft tekur þú lýsi? (anova ns)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	558	2,11	8	110
Landsbyggðin, 30-39 ára	79	1,88	8	98
Landsbyggðin, 40-49 ára	73	2,06	8	107
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1058	2,17	9	113
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	167	2,38	10	124
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	107	2,66	11	138

ns = ekki marktækur munur; ms = á mörkum marktækis (p = 0,05-0,10);

** p < 0,01; *** p < 0,001

Tafla E4. Neyslutíðni Íslendinga á aldrinum 17-49 ára eftir búsetu. Nokkrar algengar fæðutegundir til viðmiðunnar afurða úr fiski. Mismunandi bókstafir við meðalneyslutíðni hópanna á viku sýnir að þeir eru marktækt frábrugðnir (innan hverrar spurningar).

<i>Hópur</i>	<i>Fjöldi</i>	<i>Neyslutíðni (meðaltal) á</i>		
		<i>viku</i>	<i>mán.</i>	<i>ári</i>
Hve oft borðar þú rautt kjöt? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	555	1,61 ^a	6	84
Landsbyggðin, 30-39 ára	79	1,55	6	81
Landsbyggðin, 40-49 ára	74	1,39	6	72
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1069	1,45	6	75
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	166	1,30 ^b	5	68
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	109	1,11 ^b	4	58
Hve oft borðar þú hvítt kjöt? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	558	1,48 ^{bc}	6	77
Landsbyggðin, 30-39 ára	80	1,62	6	84
Landsbyggðin, 40-49 ára	77	1,19 ^{cd}	5	62
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1070	1,77 ^a	7	92
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	167	1,72 ^{ab}	7	89
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	110	1,67 ^{ab}	7	87
Hve oft borðar þú pasta? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	558	1,21 ^b	5	63
Landsbyggðin, 30-39 ára	81	0,87 ^{bc}	3	45
Landsbyggðin, 40-49 ára	76	0,78 ^{cd}	3	41
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1072	1,38 ^a	6	72
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	165	1,08 ^{bc}	4	56
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	109	1,01 ^{bc}	4	53
Hve oft borðar þú grænmeti? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	552	3,74 ^b	15	194
Landsbyggðin, 30-39 ára	80	3,92	16	204
Landsbyggðin, 40-49 ára	75	3,88	16	202
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1058	4,21 ^a	17	219
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	165	4,53 ^a	18	235
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	108	4,56 ^a	18	237
Hve oft borðar þú skyndibitammat (t.d. Pizzu, hamborgara)? (anova ***)				
Landsbyggðin, 17-29 ára	559	1,58 ^a	6	82
Landsbyggðin, 30-39 ára	80	1,06 ^b	4	55
Landsbyggðin, 40-49 ára	77	0,49 ^{cd}	2	26
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1070	1,61 ^a	6	83
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	165	0,98 ^b	4	51
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	109	0,72 ^{bc}	3	37

*** $p < 0,001$

Tafla F. Fiskneysla Íslendinga á aldrinum 17-49 ára eftir búsetu. Neysla sjávarfangs flokkuð eftir fituinnihaldi. Mismunandi bókstafir við dreifingu neyslu sjávarfangs sýnir að hóparnir eru marktækt frábrugðnir (miðað við samanlagða neyslutíðni tegunda í hverjum flokki).

<i>Hópur</i>	<i>Samanlögð neyslutíðni</i>		<i>Áætluð dreifing neyslu sjávarfangs eftir fituinnihaldi (%) ^{††}</i>		
	<i>Fjöldi</i>	<i>(meðaltal) á viku [†]</i>	<i>magur</i>	<i>meðalfeitur</i>	<i>feitur</i>
Landsbyggðin, 17-29 ára	570	2,26	60 ^{bc}	21 ^b	19 ^b
Landsbyggðin, 30-39 ára	81	2,94	61 ^{ab}	21	19
Landsbyggðin, 40-49 ára	78	3,98	59 ^a	23	18
Höfuðborgarsvæðið, 17-29 ára	1082	2,21	50 ^d	30 ^a	20 ^b
Höfuðborgarsvæðið, 30-39 ára	168	2,73	50 ^d	30	20 ^b
Höfuðborgarsvæðið, 40-49 ára	110	3,46	52 ^{ab}	24	25 ^a

[†] Fiskur sem aðalréttur, forréttur eða álegg samanlagt

^{††} Samanlögð neyslutíðni tegunda í hverjum flokk (fituinnihald) sem spurt var um í könnuninni