

Livretter og madønsker hos ældre borgere

Opsamling på brugerundersøgelse om livretter hos
hjemmeboende borgere med madservice og borgere på
plejecentre i Hillerød, Allerød, Halsnæs og Frederikssund
kommune.

GOD MAD HELE LIVET

100

respondenter

registrerede svar

45

hjemmeboende

modtager madservice

55

plejecenter

fordelt på 9 centre

Hvad materialet viser

Fra målgruppe til konkrete madønsker — og hvad det peger på for menuplanlægningen.

01 — Kort om undersøgelsen

Formål, datagrundlag og hvem der er blevet spurgt.

02 — Målgruppen

Alder, køn, bopæl og plejecentre i datasættet.

03 — Livretter til aftensmad

De retter flest ældre nævner som favoritter.

04 — Frokost og lune retter

Pålæg og anretninger, der skaber størst genkendelighed.

05 — Forskelle i behov

Hjemmeboende og plejecenter — fællesnævnerne og forskelle.

06 — Opmærksomhedspunkter

Kvalitet, tilbehør, fisk og friske elementer.

Resultatet er et beslutningsgrundlag til menuudvikling — ikke en fuld tilfredshedsmåling.

Formål og datagrundlag

Undersøgelsen er gennemført ved telefonopkald eller borgerdialog for at få ældres egne madpræferencer frem.

Formålet er at identificere de retter, de ældre bedst kan lide — og hvad de ønsker mere af i madtilbuddet.

Svarene omfatter livretter til aftensmad, favoritter til frokostpålæg samt lune frokostretter. Bemærkningerne giver samtidig tydelige signaler om kvalitet og tilbehør.

**100****respondenter**

registrerede svar

45**hjemmeboende**

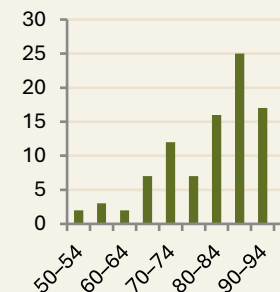
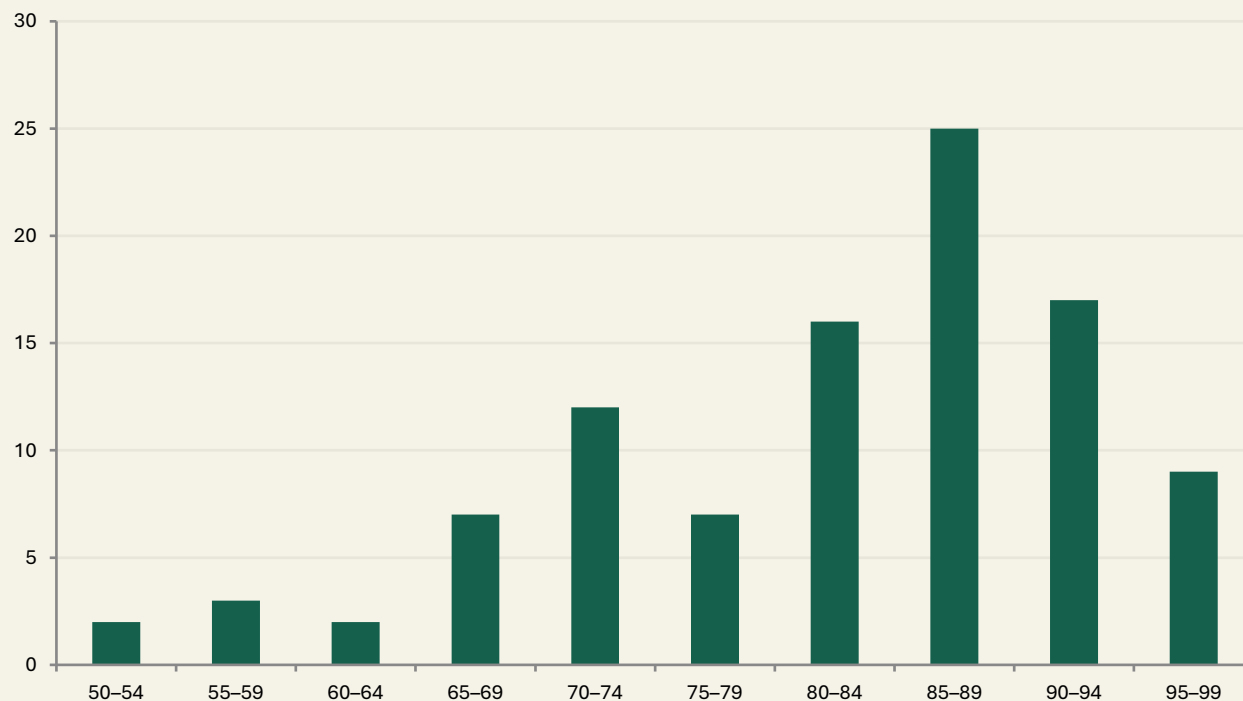
madservice

55**plejecenter**

9 centre

Flest svar kommer fra borgere over 80 år

Respondenterne er primært 80–94 år, med en tydelig top i aldersgruppen 85–89 år.



60/40

60 kvinder · 40 mænd

Kønsfordelingen er relativt balanceret, men med flest kvindelige respondenter.

55%

på plejecenter

55 svar

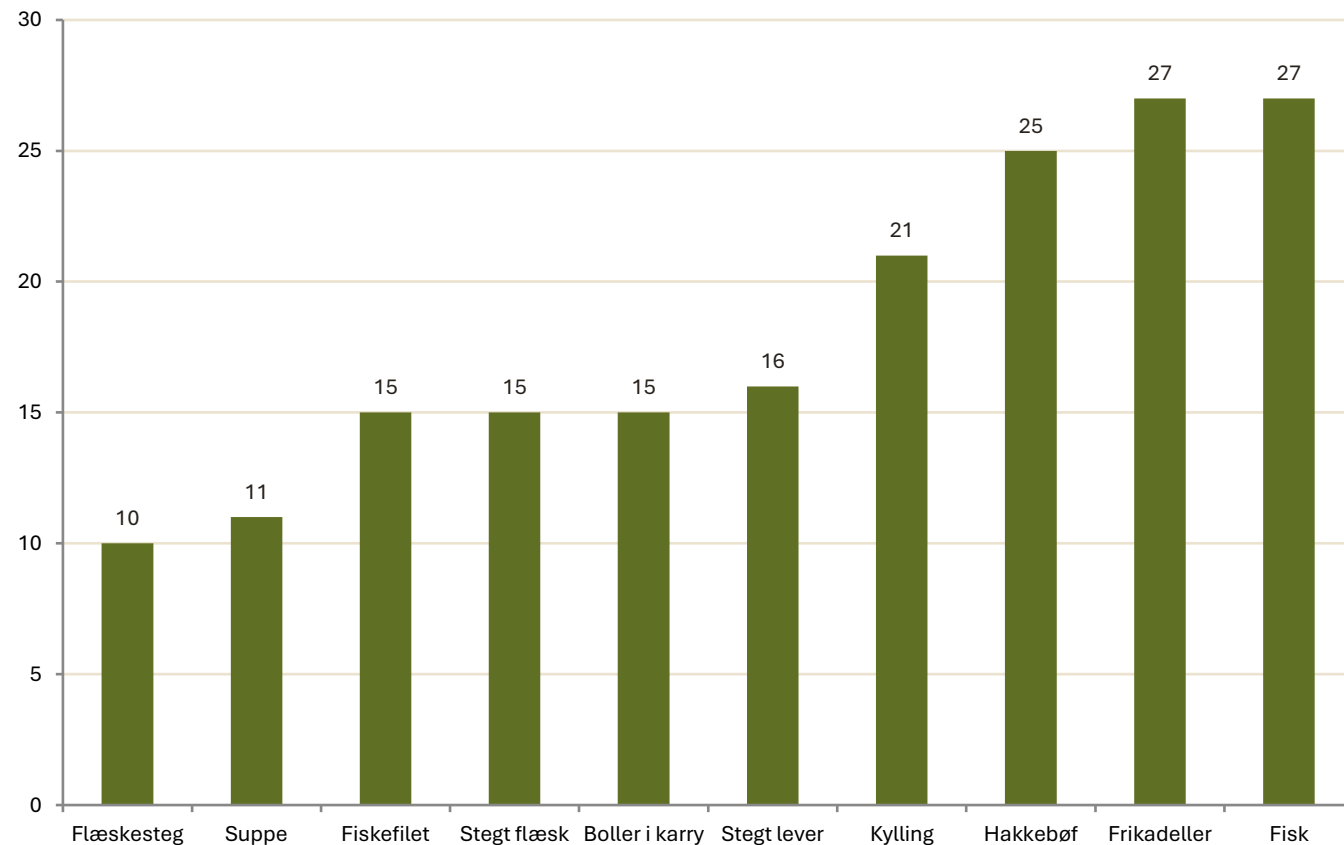
45%

hjemmeboende

45 svar

Fisk og frikadeller deler førstepladsen

De mest nævnte aftensmadsretter er velkendte danske favoritter med tydelig tryghedsfaktor.



Note: “Fisk” omfatter alle typer fisk og tilberedninger – dog uden panering.



Topindsigt

**Klassikere vinder —
men fisk er lige så
stærkt som frikadeller.**

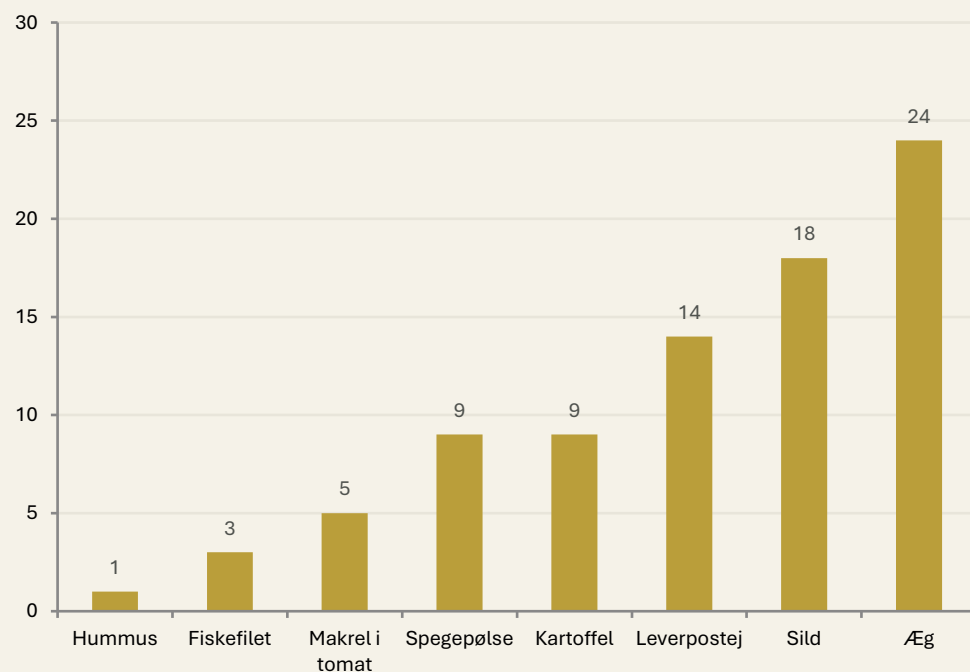
Listen rummer både kødretter, fisk og suppe. Det peger på, at menuudvikling bør fastholde genkendelige retter og variere tilbehøret.

“Generelt nævnes der ikke tilbehør til aftensmaden, men udelukkende kødet. Hvis der nævnes tilbehør er det forskellige stuvninger”

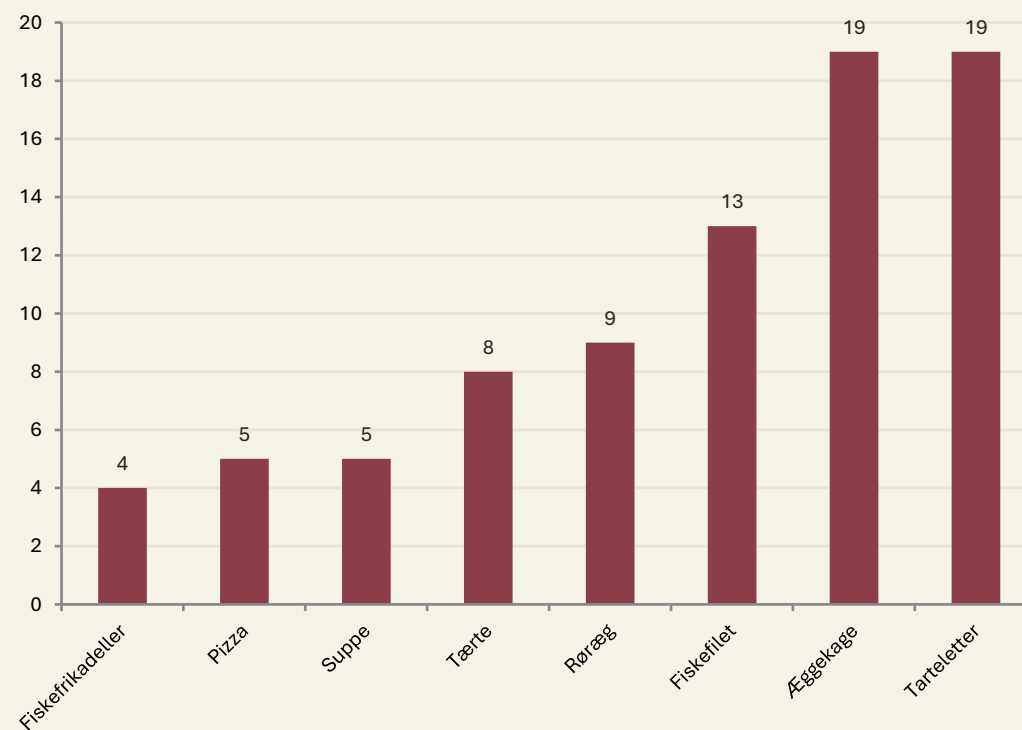
Æg, sild og leverpostej dominerer frokosten

Frokostønskerne samler sig om klassisk pålæg og få tydelige varme favoritter.

Frokostpålæg



Lune frokostretter

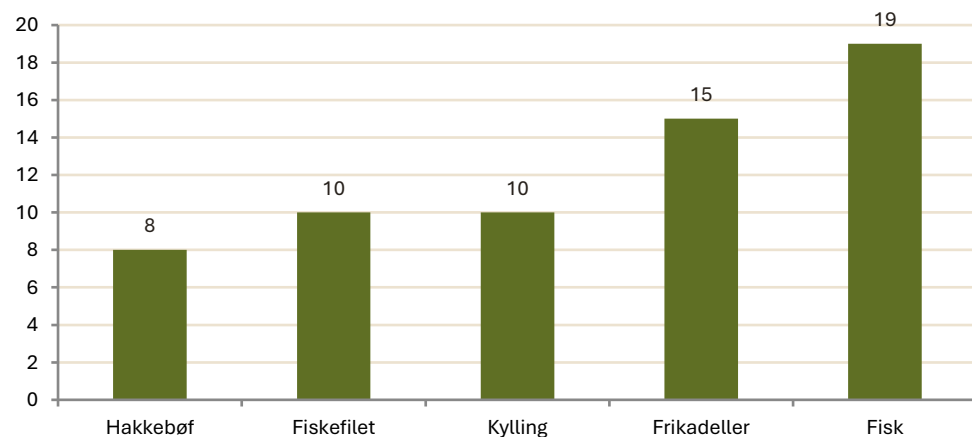


Frokostens klare signal er genkendelighed: få hverdagsfavoritter fylder meget.

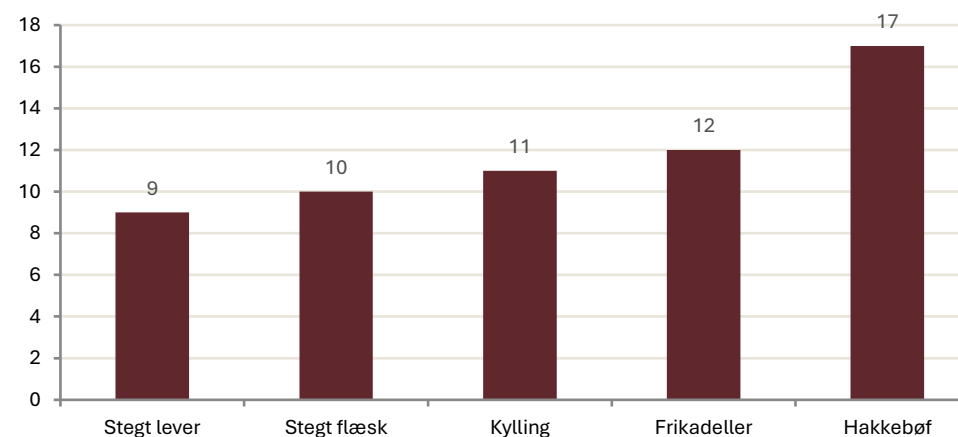
Hjemmeboende efterspørger fisk — plejecentre peger bredere

Begge grupper har klassikere i toppen, men prioriteringen varierer.

Hjemmeboende



Plejecenter



Lune frokostretter: forskel i styrke

Hjemmeboende er tarteletter den største favorit. Plejecentrene har flere favoritter æggekage, tarteletter og fiskefilet.

Fællesnævner

Frikadeller, kylling og genkendelige danske retter går igen i begge grupper og bør udgøre basen.

Få nævner udenlandske eller krydrede retter

Svarene er meget generelle: Der nævnes udenlandske eller krydrede retter, men ikke konkrete retter.

FÅ

nævner udenlandske eller krydrede retter

Det passer med målgruppen, hvor flest er 85-89 år og især peger på genkendelige danske klassikere.

Det kan tyde på et alderssignal

01 Alder 85+

Mange respondenter er over 85 år; det understøtter et tydeligt ønske om tryghed og genkendelighed.

02 Ingen specifikke retter

Der nævnes ikke konkrete udenlandske retter — kun en lille interesse for noget krydret eller anderledes.

Ønskerne handler ikke kun om retter — men også kvalitet

Bemærkningerne peger på tilberedning, konsistens og friske elementer som vigtige forbedringsspor.

Grøntsager

Overkogte grøntsager nævnes hos flere — især broccoli.

Paneret fisk

Opvarmning af paneret fisk i mikroovn opleves ikke tilfredsstillende pga. konsistens.

Kartofler

Opleves af flere som uden smag og med vandet konsistens.

Friske salater

Flere hjemmeboende ønsker rå/friske salater og mere friskhed i måltidet.

Tilbehør

Stuvninger nævnes af flere som favorit tilbehør.



KORT KONKLUSION

Klassiske retter skal bevares — men kvalitet og friskhed er nøglen.

De ældre ønsker fortsat genkendelige retter som fisk, frikadeller, hakkebøf, æg, sild, tarteletter og æggekage. Over halvdelen af de adspurgte ældre har ikke én eller flere livretter, men de spiser, hvad de får serveret eller leveret. Samtidig viser bemærkningerne, at oplevet kvalitet i tilberedning og tilbehør er afgørende.

GOD MAD HELE LIVET

