

2.17.2 Ravintomuuttajat, kommentit

Autoklinikan moniseulontatutkimus (AK)**Autoklinikan uusintatutkimus (AU)**

AK MUUTTUJA	AU MUUTTUJA	MUUTTUJAN NIMI	KOMMENTTI
	V7049	RUOANVALMISTUKSESSA KÄYTETTY RASVA	Haastattelussa kysyttiin erikseen ruoanvalmistuksessa käytetyn rasvan laatu. Tätä yksilöllistä tietoa on käytetty rasvana ruokalajeissa.
V1857	V7090	AAMIAISMUROT, KA	Keskiarvo: Maissihiutale Riisimuro
V1874	V7111	PERUNA, KUORINEEN	Syötävä osuus: 85 %
V1876	V7113	LANTTU, KUORINEEN	Syötävä osuus: 87 %
V1878	V7114	NAURIS, KUORINEEN	Syötävä osuus: 78 %
V1879	V7115	PORKKANA, KUORINEEN	Syötävä osuus: 92 %
V1881	V7117	RETIISI, KUORINEEN	Syötävä osuus: 90 %
V1883	V7119	KASVISTUOREMEHU, KA	Keskiarvo: Porkkana Lanttu Valkokaali
V1887	V7123	KURKKU, KA	Keskiarvo: Kurkku Kurkku, suolakurkku
V1902	V7137	SIPULI, KUORINEEN	Syötävä osuus: 95 %
V1908	V7142	SEKAVIHANNEKSET	Laskettu tarvittaessa: 46 % porkkana 30 % herne 15 % kukkakaali 5 % papu, vihreä
V1912	V7147	APPELSIINI, KUORINEEN	Syötävä osuus: 72 %
V1916	V7150	BANAANI, KUORINEEN	Syötävä osuus: 67 %
V1917	V7151	GREIPPI, KUORINEEN	Syötävä osuus: 65 %
V1919	V7153	HEDELMÄSALAATTI, TUORE	Laskettu: 50 % omena 25 % appelsiini 20 % päärynä 15 % banaani 10 % viinirypäle
V1920		KIRSIKKA, KIVINEEN	Syötävä osuus: 91 %
V1921	V7155	LUUMU, KIVINEEN	Syötävä osuus: 92 %
V1922	V7156	LUUMU, KUIVATTU, KIVINEEN	Syötävä osuus: 83 %
V1923	V7157	OMENA, KUORINEEN	Syötävä osuus: 87 %
V1925	V7159	PERSIKKA, KIVINEEN	Syötävä osuus: 87 %
V1927	V7161	PÄÄRYNÄ, KUORINEEN	Syötävä osuus: 88 %
V1931	V7163	SEKAHEDELMÄT, KUIVATUT, KAUPPATAVARA	Syötävä osuus: 93 % Laskettu tarvittaessa: 50 % luumu, kuivattu 30 % omena, kuivattu

			20 % aprikoosi, kuivattu
V1932	V7164	SITRUUNA, KUORINEEN	Syötävä osuus: 65 %
V1933		TAATELI, KUIVATTU, KAUPPATAVARA	Syötävä osuus: 87 %
V1934	V7165	TUOREMEHU, HEDELMÄTUOREMEHU	Keskiarvo: Omenatuoremehu Appelsiinituoremehu Greippituoremehu Pahvitölkkeihin pakattujen täysmehujen valmistui alkoi 1971.
V1936	V7167	VIIKUNA, KUIVATTU, KAUPPATAVARA	Syötävä osuus: 97 %
V1948	V7179	TUOREET MARJAT, KA	Keskiarvo: Puolukka Mustikka Mustaherukka Punaherukka Karviainen Mansikka Vadelma
V1953	V7184	KASVIÖLJY, KA	Keskiarvo: Maissiöljy Soijaöljy Auringonkukkaöljy
V1955	V7187	MARGARIINI, TAVALLINEN	Rasvahapot keskiarvo: Besta Juhlavehnäs Sunnuntai Juvel Leipojan Milda Leivinmainio
	V7188	MARGARIINI, TALOUSMARGARIINI	Rasvahapot keskiarvo: Besta Juhlavehnäs Sunnuntai Juvel Leipojan Milda Leivinmainio
V1956		MARGARIINI, FLORA	Jääkaappimargariinien markkinointi alkoi vuoden 1969 alkupuolella. Muuttuja esiintyy Kittilästä (paikkakunta 603) lähtien.
V1957		MARGARIINI, SOLIVE	Jääkaappimargariinien markkinointi alkoi vuoden 1969 alkupuolella. Muuttuja esiintyy Kittilästä (paikkakunta 603) lähtien.
	V7191	MARGARIINI, KA	Laskettu: 25 % Jääkaappimargariini 25 % Yleismargariini 50 % Talousmargariini
V1962		MAITO, KULUTUSMAITO	Myös viili on koodattu maitona.
V1963		KEVYTMAITO, 2,5 %	Kevytmaito tuli markkinoille vuonna 1970.

			Muuttuja esiintyy Kuusankoskelta (paikkakunta 802) lähtien.
V1981		KERMAVIILI, 12 %	Kermaviili tuli markkinoille 60-luvun lopulla. Muuttuja esiintyy Ylitorniolta (paikkakunta 702) lähtien.
V1982		JOGURTTI	Jogurtin valmistus valtakunnalliseen jakeluun alkoi 60-luvun lopulla. Muuttuja esiintyy Kittilästä (paikkakunta 603) lähtien.
V1990	V7235	SIANLIHA, KYLJYS, LUINEEN	Syötävä osuus: 71 %
V2029	V7279	MAKSA, KA	Keskiarvo: Maksa, vasikan Maksa, naudan Maksa, sian
V2039	V7290	MUIKKU, RUOTOINEEN	Syötävä osuus: 75 %
V2042	V7293	SILAKKA, RUOTOINEN	Syötävä osuus: 70 %
V2045	V7296	KALA, KA	Keskiarvo: Ahven Hauki Lahna Siika Silakka Muikku
V2046	V7297	KALA KEITOSSA, KA	Keskiarvo: Ahven Hauki Lahna Siika
V2050	V7300	SUOLAMUIKKU, RUOTOINEEN	Syötävä osuus: 70 %
V2052	V7302	SUOLASILAKKA, RUOTOINEEN	Syötävä osuus: 60 %
V2054	V7304	SAVUSTETTU MUIKKU, RUOTOINEEN	Syötävä osuus: 70 %
V2058	V7308	SAVUSTETTU SILAKKA, RUOTOINEEN	Syötävä osuus: 60 %
V2059	V7310	SAVUSTETTU KALA, KA	Keskiarvo: Silakka, savustettu Muikku, savustettu Siika, savustettu Lahna, savustettu
V2062	V7313	KANANMUNA, KUORINEEN	Syötävä osuus: 89 %
V2065		OLUT, III-OLUT	Ravintotutkimuksen ensimmäisillä paikkakunnilla (202, 203, 301, 302 ja 303) olutta ei erityisesti kysytty. Oluen käyttö esiintyy systemaattisesti Uudestakaupungista (paikkakunta 501) lähtien. Keskioluen myynti ruokakaupoissa sallittiin 1.1.1969.

V2066		OLUT, A-OLUT	Ravintotutkimuksen ensimmäisillä paikkakunnilla (202, 203, 301, 302 ja 303) oluen käyttöä ei erityisesti kysytty. A-olut esiintyy systemaattisemmin Karigasniemeltä (paikkakunta 602) lähtien.
V2067		VIINI, MIETO	Systemaattisesti kysytty vasta kolmella viimeksi tutkitulla paikkakunnalla (1701, 1702 ja 1703).
V2068		VIINI, VÄKEVÄ	Systemaattisesti kysytty vasta kolmella viimeksi tutkitulla paikkakunnalla (1701, 1702 ja 1703).
V2069		VIINA	Systemaattisesti kysytty vasta kolmella viimeksi tutkitulla paikkakunnalla (1701, 1702 ja 1703).
V2070		MUU TISLATTU JUOMA	Systemaattisesti kysytty vasta kolmella viimeksi tutkitulla paikkakunnalla (1701, 1702 ja 1703).
V2071		LIKÖÖRI	Systemaattisesti kysytty vasta kolmella viimeksi tutkitulla paikkakunnalla (1701, 1702 ja 1703).
V2074		LIMONADI	Limonadien käyttöä ei erityisesti kysytty kahdella ensimmäisellä ravintotutkimuksen paikkakunnalla (202 ja 203).
V2078		MAKEISET	Makeisten käyttöä ei erityisesti kysytty kahdella ensimmäisellä ravintotutkimuksen paikkakunnalla (202 ja 203).
V2083		SUKLAA	Suklaan käyttöä ei erityisesti kysytty kahdella ensimmäisellä ravintotutkimuksen paikkakunnalla (202 ja 203).
V2104		ALKOHOLIJUOMAT, ALARYHMÄ 22	Kaikkien alkoholijuomien käyttöä on systemaattisesti kysytty vasta kolmella viimeksi tutkitulla paikkakunnalla (1701,1702 ja 1703). Oluen käyttö esiintyy systemaattisesti Uudestakaupungista (501) lähtien.
V2105		VIRVOITUSJUOMAT, ALARYHMÄ 23	Limonadien käyttöä ei erityisesti kysytty kahdella ensimmäisellä ravintotutkimuksen paikkakunnalla (202 ja 203).
V2106		SOKERI, SIIRAPPI, HUNAJA, MAKEISET, ALARYHMÄ 24	Makeisten käyttöä ei erityisesti kysytty kahdella ensimmäisellä ravintotutkimuksen paikkakunnalla (202 ja 203).
V2107		MUUT RUOKA-AINEET (SUKLAA, KAAKAO), ALARYHMÄ 25	Suklaan käyttöä ei erityisesti kysytty kahdella ensimmäisellä ravintotutkimuksen paikkakunnalla (202 ja 203).
V2116		JUOMAT, SOKERI, MUUT RUOKA-AINEET, PÄÄRYHMÄ 9	Kaikkien alkoholijuomien käyttöä on systemaattisesti kysytty vasta kolmella viimeksi tutkitulla paikkakunnalla (1701, 1702 ja 1703). Oluen käyttö esiintyy systemaattisesti Uudestakaupungista (501) lähtien. Limonadien, makeisten ja suklaan käyttöä ei erityisesti kysytty kahdella ensimmäisellä ravintotutkimuksen paikkakunnalla (202 ja 203).
V2191	V7468	NIASIINIEKVIVALENTTI	Niasiiniekvivalentti = 1 mg niasiinia = 60 mg tryptofaania
V2183		ALKOHOLI	Kaikkien alkoholijuomien käyttöä on systemaattisesti kysytty vasta kolmella viimeksi

			tutkitulla paikkakunnalla (1701,1702 ja 1703). Oluen käyttö esiintyy systemaattisesti Uudestakaupungista (501) lähtien.
V2251	V7511	E-VITAMIINI, EKVIVALENTTI	Yhteensä: Alfatokoferoli + 0.3xAlfatokotrienoli + 0.4xBeetatokoferoli + 0.05xBeetatokotrienoli + 0.1xGammatokoferoli + 0.01xGammatokotrienoli + 0.01xDeltatokoferoli Nykyisin: E-vitamiini = Alfatokoferoli
V2261	V7521	A-VITAMIINI, RETINOLIEKVIVALENTTI, RE	Yhteensä: All-trans-retinoli + 0.75x13-cis-retinoli + 0.23x11-cis-retinoli + 0.40 x3,4-dehydroretinoli + 0.167xBeetakaroteeni + 0.083xAlfakaroteeni + 0.083xGammakaroteeni + 0.083xBeetakryptoksantiini Nykyisin: Retinoliekvivalentti RAE = 1 ug retinolia = 12 ug beetakaroteenia
V2277	V7537	RETINOIDIT RETINOLIEKVIVALENTTEIN A	Yhteensä: All-trans-retinoli + 0.75x13-cis-retinoli + 0.23x11-cis-retinoli + 0.40x3,4-dehydroretinoli
V2278	V7538	BEETAKAROTEENI- EKVIVALENTIT	Yhteensä: Beetakaroteeni + 0.5xAlfakaroteeni + 0.5xGammakaroteeni + 0.5xBeetakryptoksantiini
V2279	V7539	ENERGIA, KCAL	Laskettu: 0.239xEnergia kJ
V2280		ENERGIA, KJ	Laskettu: 17xProteiini + 38xTriglyseridit + 17xHiilihydraatti
	V7540	ENERGIA, KJ	Laskettu: 17xProteiini + 38xTriglyseridit + 17xHiilihydraatti
V2283	V7543	HIILIHYDRAATTI, SULAVA HIILIHYDRAATTI	Yhteensä: Vapaat sokerit + Täkkelys
V2285	V7545	VAPAAT SOKERIT	Yhteensä: Fruktoosi + Glukoosi + Sakkaroosi + Maltoosi + Laktoosi
V2292	V7552	KUITU	Yhteensä: Vesiliukoinen kuitu + Veteen liukenematon ei- selluloosakuitu + Selluloosa + Ligniini
V2371	V7645	TRIGLYSERIDIT	Laskettu: 1.046xRasvahapot yhteensä, g