



РАЦИОН ПИТАНИЯ ЖИТЕЛЕЙ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

По итогам Выборочного наблюдения рациона питания населения за 2018 год

Основные продукты в рационе питания

Из числа жителей в возрасте 14 лет и старше потребляют ежедневно или несколько раз в неделю:

Крупы, макаронные изделия - 85%

Птицу - 73%

Яйца - 72%

Овощи (без картофеля) - 64%

Молоко и кисломолочные продукты - 62%

Мясо - 61%

Фрукты свежие - 38%



Практически не употребляют:
Спреды - 62%
Чипсы, сухарики - 64%

Горячая еда - важный источник энергии

Как часто принимают горячую пищу лица в возрасте 14 лет и старше?

один раз в день - 27%

несколько раз в день - 71%

Как часто принимают горячую пищу дети в возрасте 3-13 лет?

один раз в день - 7%

несколько раз в день - 91%

«Завтрак съешь сам»

Из числа жителей в возрасте 14 лет и старше завтракают:

ежедневно - 89%
несколько раз в неделю - 8%



Из тех, кто работает или учится, завтракают:

ежедневно - 84%
несколько раз в неделю - 12%



2% жителей не завтракают

Питание по месту работы или учебы

Из числа лиц в возрасте 14 лет и старше, занятых в экономике или обучающихся:

Каждый пятый берет с собой фрукты

Каждый третий берет с собой бутерброды



постоянно пользуются буфетом или столовой - 12%

не пользуются буфетом или столовой - 74%



Из тех, кто не пользуется столовой или буфетом, каждый третий приносит еду из дома