

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%

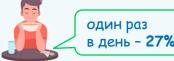
Мясо - 61%

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?





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:



2% жителей не завтракают

ежедневно - 84% несколько раз в неделю - 12%

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