Таблица 4.2 (0.0.0.1)

**ЧАСТОТА ПОТРЕБЛЕНИЯ ОСНОВНЫХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ У ЛИЦ В ВОЗРАСТЕ 14 ЛЕТ И БОЛЕЕ**

**ПО ОТДЕЛЬНЫМ ПРИРОДНО-КЛИМАТИЧЕСКИМ ЗОНАМ**

Российская Федерация в процентах

|  | Все респонденты | в том числе проживающие в зонах | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| с холодным и резко континентальным климатом – всего | *Справочно:*  Арктическая зона | с умеренным климатом – всего | с теплым климатом – всего |
| Лица в возрасте 14 лет и более - всего | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| из них указали частоту потребления: |  |  |  |  |  |
| *Хлеб* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 93,5 | 92,4 | 92,3 | 93,4 | 95,5 |
| один раз в неделю | 2,9 | 3,2 | 2,8 | 3,0 | 2,1 |
| несколько раз в месяц | 0,8 | 0,9 | 1,1 | 0,9 | 0,4 |
| один раз в месяц или реже | 0,3 | 0,4 | 0,2 | 0,4 | 0,2 |
| практически не употребляют | 2,0 | 2,6 | 3,5 | 2,0 | 1,5 |
| *Крупы, рис, макаронные изделия, каши* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 76,9 | 77,7 | 80,9 | 77,7 | 72,4 |
| один раз в неделю | 17,3 | 16,4 | 14,2 | 16,9 | 20,0 |
| несколько раз в месяц | 4,1 | 3,8 | 2,8 | 3,8 | 5,5 |
| один раз в месяц или реже | 0,8 | 1,0 | 0,8 | 0,7 | 1,1 |
| практически не употребляют | 0,6 | 0,7 | 1,2 | 0,6 | 0,8 |
| *Овощи свежие* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 60,9 | 57,7 | 75,1 | 63,6 | 54,7 |
| один раз в неделю | 23,2 | 23,5 | 15,5 | 22,6 | 25,1 |
| несколько раз в месяц | 10,2 | 11,1 | 4,1 | 9,1 | 13,3 |
| один раз в месяц или реже | 3,6 | 4,7 | 2,7 | 2,9 | 4,8 |
| практически не употребляют | 1,8 | 2,7 | 2,5 | 1,5 | 1,9 |
| *Фрукты свежие* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 57,0 | 55,4 | 66,3 | 59,4 | 49,8 |
| один раз в неделю | 23,2 | 21,6 | 18,8 | 23,1 | 25,8 |
| несколько раз в месяц | 12,1 | 12,4 | 6,9 | 11,0 | 16,0 |
| один раз в месяц или реже | 4,9 | 6,6 | 4,6 | 4,1 | 5,8 |
| практически не употребляют | 2,5 | 3,6 | 3,3 | 2,2 | 2,4 |
| *Соки фруктовые/овощные* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 29,2 | 28,7 | 32,9 | 29,7 | 27,6 |
| один раз в неделю | 24,3 | 22,0 | 20,8 | 25,0 | 25,0 |
| несколько раз в месяц | 19,5 | 18,3 | 13,7 | 19,6 | 21,0 |
| один раз в месяц или реже | 12,1 | 12,8 | 11,6 | 11,7 | 12,9 |
| практически не употребляют | 14,5 | 17,7 | 20,9 | 13,8 | 13,2 |
| *Мясо, мясо птицы (отварное, жареное, тушеное)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 76,2 | 79,2 | 84,2 | 76,5 | 70,8 |
| один раз в неделю | 15,1 | 12,2 | 10,9 | 15,5 | 17,9 |
| несколько раз в месяц | 5,4 | 4,8 | 2,5 | 5,1 | 7,3 |
| один раз в месяц или реже | 1,8 | 2,1 | 1,4 | 1,5 | 2,6 |
| практически не употребляют | 1,1 | 1,3 | 0,9 | 1,0 | 1,2 |
| *Мясные изделия вареные (сосиски , колбаса)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 42,3 | 38,6 | 47,7 | 46,3 | 31,4 |
| один раз в неделю | 25,5 | 24,6 | 21,4 | 25,9 | 25,5 |
| несколько раз в месяц | 15,0 | 16,5 | 12,9 | 13,9 | 17,2 |
| один раз в месяц или реже | 7,4 | 9,9 | 8,0 | 6,0 | 9,7 |
| практически не употребляют | 9,4 | 10,1 | 10,0 | 7,6 | 15,9 |
| *Мясные изделия копченые* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 21,3 | 22,2 | 21,0 | 22,6 | 14,8 |
| один раз в неделю | 21,7 | 21,8 | 22,6 | 22,5 | 18,4 |
| несколько раз в месяц | 21,5 | 21,4 | 19,4 | 21,5 | 22,1 |
| один раз в месяц или реже | 15,9 | 15,9 | 15,2 | 15,5 | 17,8 |
| практически не употребляют | 19,2 | 18,3 | 21,7 | 17,6 | 26,6 |
| *Рыба (отварная, жареная, соленая, копченая)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 26,6 | 29,4 | 43,2 | 27,5 | 19,3 |
| один раз в неделю | 34,7 | 31,6 | 26,8 | 36,5 | 31,6 |
| несколько раз в месяц | 24,4 | 23,2 | 17,9 | 23,7 | 29,2 |
| один раз в месяц или реже | 10,1 | 10,7 | 7,4 | 8,7 | 14,9 |
| практически не употребляют | 3,9 | 4,8 | 4,7 | 3,4 | 4,9 |
| *Молоко и кисломолочные продукты* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 70,1 | 69,3 | 71,0 | 72,4 | 61,6 |
| один раз в неделю | 15,5 | 13,9 | 13,1 | 15,0 | 19,9 |
| несколько раз в месяц | 6,8 | 6,7 | 5,7 | 6,2 | 9,6 |
| один раз в месяц или реже | 2,8 | 3,5 | 3,6 | 2,2 | 3,9 |
| практически не употребляют | 4,5 | 6,0 | 6,6 | 3,9 | 4,8 |
| *Масло сливочное* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 62,9 | 62,3 | 69,2 | 62,0 | 67,5 |
| один раз в неделю | 15,7 | 15,3 | 10,9 | 16,1 | 14,7 |
| несколько раз в месяц | 8,7 | 8,2 | 5,8 | 9,1 | 7,6 |
| один раз в месяц или реже | 5,0 | 5,3 | 5,0 | 5,3 | 3,5 |
| практически не употребляют | 7,4 | 8,5 | 9,0 | 7,2 | 6,5 |
| *Спреды (маргарины)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 5,5 | 6,3 | 3,6 | 4,7 | 7,7 |
| один раз в неделю | 5,1 | 5,9 | 2,9 | 4,7 | 5,9 |
| несколько раз в месяц | 7,4 | 7,1 | 3,5 | 7,5 | 7,8 |
| один раз в месяц или реже | 11,2 | 9,5 | 7,1 | 11,7 | 11,4 |
| практически не употребляют | 70,5 | 70,8 | 82,8 | 71,3 | 67,0 |
| *Сыр* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 51,4 | 45,3 | 62,7 | 52,9 | 54,3 |
| один раз в неделю | 23,8 | 23,8 | 18,8 | 24,1 | 22,8 |
| несколько раз в месяц | 12,9 | 15,2 | 7,2 | 12,4 | 11,9 |
| один раз в месяц или реже | 6,8 | 9,3 | 4,6 | 6,1 | 6,0 |
| практически не употребляют | 4,7 | 6,0 | 6,5 | 4,3 | 4,8 |
| *Творог и творожные продукты* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 39,8 | 32,3 | 38,5 | 43,8 | 33,9 |
| один раз в неделю | 26,8 | 24,8 | 28,7 | 26,8 | 29,5 |
| несколько раз в месяц | 15,9 | 17,0 | 14,1 | 14,8 | 18,5 |
| один раз в месяц или реже | 8,2 | 11,7 | 6,8 | 6,7 | 9,6 |
| практически не употребляют | 9,1 | 13,8 | 11,9 | 7,6 | 8,3 |
| *Салатные заправки (майонез, растительное масло)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 64,1 | 70,7 | 74,0 | 63,8 | 55,9 |
| один раз в неделю | 17,1 | 13,5 | 13,2 | 17,9 | 19,0 |
| несколько раз в месяц | 9,8 | 7,6 | 6,6 | 10,0 | 12,3 |
| один раз в месяц или реже | 4,4 | 3,6 | 2,3 | 4,1 | 6,7 |
| практически не употребляют | 4,3 | 4,2 | 3,8 | 3,9 | 6,0 |
| *Торты, шоколад (вкл. конфеты)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 33,1 | 38,3 | 35,6 | 32,4 | 28,8 |
| один раз в неделю | 21,0 | 18,5 | 18,4 | 21,7 | 21,9 |
| несколько раз в месяц | 18,5 | 16,4 | 18,5 | 18,9 | 20,1 |
| один раз в месяц или реже | 14,5 | 14,0 | 15,0 | 14,1 | 16,8 |
| практически не употребляют | 12,6 | 12,4 | 12,5 | 12,7 | 12,2 |
| *Сладкие газированные напитки* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 8,6 | 8,5 | 7,0 | 8,3 | 10,1 |
| один раз в неделю | 10,1 | 8,7 | 7,9 | 9,9 | 13,1 |
| несколько раз в месяц | 13,3 | 11,0 | 8,9 | 13,4 | 16,0 |
| один раз в месяц или реже | 15,9 | 14,6 | 15,1 | 15,8 | 18,3 |
| практически не употребляют | 51,7 | 56,9 | 61,0 | 52,3 | 42,2 |
| *Минеральная вода (газированная и негазированная)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 20,0 | 20,0 | 16,7 | 19,9 | 20,1 |
| один раз в неделю | 16,3 | 14,8 | 10,0 | 16,2 | 18,6 |
| несколько раз в месяц | 17,4 | 15,7 | 15,0 | 17,6 | 18,9 |
| один раз в месяц или реже | 15,3 | 15,8 | 18,8 | 14,9 | 16,2 |
| практически не употребляют | 30,8 | 33,3 | 39,4 | 31,1 | 25,9 |
| *Энергетические напитки, содержащие кофеин* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 4,6 | 4,4 | 2,0 | 5,2 | 2,7 |
| один раз в неделю | 1,9 | 1,6 | 1,0 | 2,0 | 1,8 |
| несколько раз в месяц | 2,9 | 2,2 | 1,3 | 3,3 | 2,2 |
| один раз в месяц или реже | 5,1 | 3,8 | 2,3 | 5,8 | 4,3 |
| практически не употребляют | 85,3 | 87,6 | 93,3 | 83,5 | 88,8 |
| *Сухие продукты быстрого приготовления (каши, лапша, картофельное пюре и т.п.)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 4,4 | 5,8 | 2,2 | 3,8 | 4,9 |
| один раз в неделю | 5,1 | 6,4 | 2,0 | 4,7 | 5,1 |
| несколько раз в месяц | 8,3 | 9,4 | 6,7 | 8,0 | 7,6 |
| один раз в месяц или реже | 11,1 | 12,9 | 13,5 | 10,7 | 10,2 |
| практически не употребляют | 70,8 | 65,0 | 75,6 | 72,5 | 71,9 |
| *Картофельные чипсы, сухарики, крендельки и т.п.* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 3,3 | 3,2 | 3,2 | 3,2 | 4,2 |
| один раз в неделю | 7,4 | 6,9 | 6,6 | 7,8 | 6,7 |
| несколько раз в месяц | 11,8 | 10,8 | 11,5 | 12,3 | 11,0 |
| один раз в месяц или реже | 13,7 | 13,8 | 17,1 | 14,0 | 12,1 |
| практически не употребляют | 63,5 | 64,9 | 61,5 | 62,4 | 65,8 |
| *Орехи (любые)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 6,6 | 8,0 | 7,8 | 6,1 | 6,5 |
| один раз в неделю | 13,0 | 12,6 | 13,4 | 13,0 | 13,8 |
| несколько раз в месяц | 20,5 | 19,1 | 21,9 | 21,0 | 20,6 |
| один раз в месяц или реже | 22,2 | 22,7 | 25,2 | 21,6 | 23,6 |
| практически не употребляют | 37,4 | 37,2 | 31,6 | 38,0 | 35,2 |
| *Специальные продукты для питания спортсменов* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 0,4 | 0,3 | 0,6 | 0,4 | 0,4 |
| один раз в неделю | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,4 |
| несколько раз в месяц | 0,3 | 0,2 | 0,1 | 0,3 | 0,3 |
| один раз в месяц или реже | 1,0 | 0,4 | 0,2 | 1,3 | 0,6 |
| практически не употребляют | 97,8 | 98,5 | 98,7 | 97,5 | 98,0 |