Таблица 4.2 (1.0.0.1)

**ЧАСТОТА ПОТРЕБЛЕНИЯ ОСНОВНЫХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ У МУЖЧИН 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 |
|
| Мужчины в возрасте 14 лет и более - всего | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| из них указали частоту потребления: |  |  |  |  |  |
| *Хлеб* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 97,2 | 96,7 | 96,7 | 97,1 | 98,2 |
| один раз в неделю | 1,3 | 1,5 | 1,1 | 1,3 | 0,9 |
| несколько раз в месяц | 0,4 | 0,3 | 0,4 | 0,4 | 0,2 |
| один раз в месяц или реже | 0,1 | 0,1 | 0,3 | 0,2 | 0,1 |
| практически не употребляют | 0,8 | 1,0 | 1,6 | 0,8 | 0,5 |
| *Крупы, рис, макаронные изделия, каши* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 78,2 | 78,7 | 82,9 | 79,4 | 72,5 |
| один раз в неделю | 16,6 | 16,3 | 13,6 | 15,8 | 20,3 |
| несколько раз в месяц | 4,0 | 3,5 | 2,2 | 3,7 | 5,6 |
| один раз в месяц или реже | 0,6 | 0,7 | 0,3 | 0,5 | 0,9 |
| практически не употребляют | 0,4 | 0,6 | 1,1 | 0,3 | 0,7 |
| *Овощи свежие* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 58,7 | 55,2 | 74,1 | 61,1 | 53,9 |
| один раз в неделю | 24,2 | 24,3 | 15,2 | 23,8 | 25,7 |
| несколько раз в месяц | 11,0 | 12,2 | 4,4 | 9,9 | 13,4 |
| один раз в месяц или реже | 3,9 | 4,7 | 2,4 | 3,3 | 5,2 |
| практически не употребляют | 2,0 | 3,2 | 3,9 | 1,6 | 1,8 |
| *Фрукты свежие* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 51,7 | 49,5 | 59,9 | 53,8 | 46,4 |
| один раз в неделю | 25,1 | 23,4 | 22,3 | 25,2 | 27,4 |
| несколько раз в месяц | 13,9 | 14,3 | 7,7 | 13,0 | 17,0 |
| один раз в месяц или реже | 5,8 | 7,6 | 5,2 | 5,0 | 6,4 |
| практически не употребляют | 3,3 | 4,8 | 4,9 | 2,9 | 2,7 |
| *Соки фруктовые/овощные* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 28,9 | 27,6 | 33,8 | 29,5 | 28,2 |
| один раз в неделю | 24,0 | 22,4 | 20,4 | 24,5 | 24,5 |
| несколько раз в месяц | 20,3 | 19,0 | 14,1 | 20,4 | 21,4 |
| один раз в месяц или реже | 12,5 | 12,9 | 11,3 | 12,2 | 13,2 |
| практически не употребляют | 14,1 | 17,7 | 20,3 | 13,2 | 12,7 |
| *Мясо, мясо птицы (отварное, жареное, тушеное)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 80,5 | 83,8 | 89,8 | 80,7 | 75,2 |
| один раз в неделю | 12,7 | 9,5 | 6,7 | 13,1 | 15,2 |
| несколько раз в месяц | 4,4 | 4,0 | 1,6 | 4,1 | 6,1 |
| один раз в месяц или реже | 1,4 | 1,4 | 1,4 | 1,2 | 2,4 |
| практически не употребляют | 0,8 | 1,0 | 0,6 | 0,6 | 1,0 |
| *Мясные изделия вареные (сосиски , колбаса)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 48,7 | 44,9 | 56,1 | 53,5 | 35,2 |
| один раз в неделю | 24,1 | 23,8 | 19,9 | 24,0 | 24,9 |
| несколько раз в месяц | 13,3 | 14,9 | 9,7 | 12,0 | 16,3 |
| один раз в месяц или реже | 6,3 | 8,4 | 7,3 | 4,8 | 8,9 |
| практически не употребляют | 7,4 | 7,7 | 7,0 | 5,5 | 14,6 |
| *Мясные изделия копченые* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 26,2 | 27,7 | 28,3 | 28,0 | 17,4 |
| один раз в неделю | 22,8 | 22,7 | 25,0 | 23,6 | 19,5 |
| несколько раз в месяц | 21,1 | 20,6 | 17,7 | 20,9 | 22,4 |
| один раз в месяц или реже | 14,6 | 14,8 | 12,9 | 14,0 | 16,9 |
| практически не употребляют | 15,1 | 13,9 | 16,2 | 13,3 | 23,7 |
| *Рыба (отварная, жареная, соленая, копченая)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 26,7 | 29,2 | 43,0 | 27,5 | 20,1 |
| один раз в неделю | 35,1 | 32,5 | 27,7 | 36,9 | 31,9 |
| несколько раз в месяц | 24,3 | 23,0 | 16,8 | 23,6 | 29,0 |
| один раз в месяц или реже | 9,6 | 10,0 | 7,0 | 8,3 | 14,4 |
| практически не употребляют | 4,0 | 4,8 | 5,6 | 3,5 | 4,6 |
|  |  |  |  |  |  |
| *Молоко и кисломолочные продукты* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 64,0 | 64,2 | 61,5 | 65,7 | 56,9 |
| один раз в неделю | 18,2 | 15,9 | 15,5 | 18,1 | 21,6 |
| несколько раз в месяц | 8,4 | 8,0 | 8,1 | 8,0 | 10,5 |
| один раз в месяц или реже | 3,6 | 4,4 | 5,0 | 3,1 | 4,8 |
| практически не употребляют | 5,6 | 7,3 | 9,9 | 4,9 | 6,0 |
| *Масло сливочное* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 65,1 | 64,6 | 71,8 | 64,1 | 69,7 |
| один раз в неделю | 15,1 | 14,8 | 10,0 | 15,7 | 13,1 |
| несколько раз в месяц | 8,3 | 7,6 | 6,0 | 8,8 | 7,1 |
| один раз в месяц или реже | 4,7 | 4,9 | 5,0 | 5,1 | 3,3 |
| практически не употребляют | 6,6 | 7,7 | 7,2 | 6,2 | 6,7 |
| *Спреды (маргарины)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 5,6 | 6,2 | 4,1 | 4,8 | 8,1 |
| один раз в неделю | 5,1 | 6,1 | 1,7 | 4,5 | 6,0 |
| несколько раз в месяц | 7,3 | 6,8 | 3,2 | 7,5 | 7,2 |
| один раз в месяц или реже | 10,5 | 8,4 | 7,7 | 11,3 | 10,5 |
| практически не употребляют | 71,2 | 72,2 | 83,3 | 71,7 | 68,1 |
| *Сыр* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 51,1 | 44,6 | 64,1 | 52,1 | 55,8 |
| один раз в неделю | 24,0 | 24,0 | 18,5 | 24,5 | 22,0 |
| несколько раз в месяц | 12,9 | 15,3 | 6,3 | 12,4 | 11,4 |
| один раз в месяц или реже | 6,7 | 9,2 | 4,8 | 6,1 | 5,6 |
| практически не употребляют | 5,1 | 6,5 | 6,3 | 4,6 | 5,2 |
| *Творог и творожные продукты* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 32,1 | 26,4 | 30,2 | 35,0 | 28,5 |
| один раз в неделю | 26,9 | 24,0 | 28,2 | 27,5 | 28,4 |
| несколько раз в месяц | 18,3 | 17,7 | 16,2 | 18,0 | 20,5 |
| один раз в месяц или реже | 10,1 | 13,3 | 9,0 | 8,7 | 11,3 |
| практически не употребляют | 12,4 | 18,2 | 16,4 | 10,6 | 11,3 |
|  |  |  |  |  |  |
| *Салатные заправки (майонез, растительное масло)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 65,6 | 71,9 | 74,7 | 65,6 | 56,9 |
| один раз в неделю | 16,3 | 12,8 | 13,1 | 17,1 | 18,1 |
| несколько раз в месяц | 9,8 | 7,1 | 5,6 | 10,0 | 12,5 |
| один раз в месяц или реже | 4,2 | 3,5 | 2,7 | 3,8 | 6,6 |
| практически не употребляют | 3,9 | 4,3 | 4,0 | 3,3 | 5,7 |
| *Торты, шоколад (вкл. конфеты)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 32,2 | 37,4 | 29,0 | 31,3 | 29,0 |
| один раз в неделю | 21,3 | 18,8 | 21,1 | 22,3 | 20,8 |
| несколько раз в месяц | 18,8 | 16,3 | 18,8 | 19,4 | 19,6 |
| один раз в месяц или реже | 14,9 | 15,0 | 17,0 | 14,1 | 18,0 |
| практически не употребляют | 12,6 | 12,2 | 14,1 | 12,7 | 12,5 |
| *Сладкие газированные напитки* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 11,7 | 11,4 | 10,5 | 11,5 | 13,2 |
| один раз в неделю | 12,1 | 10,8 | 9,6 | 12,2 | 13,9 |
| несколько раз в месяц | 14,6 | 12,6 | 9,8 | 14,8 | 16,9 |
| один раз в месяц или реже | 16,6 | 15,7 | 18,6 | 16,3 | 18,6 |
| практически не употребляют | 44,7 | 49,1 | 51,4 | 45,1 | 37,2 |
| *Минеральная вода (газированная и негазированная)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 23,4 | 23,3 | 19,2 | 23,3 | 23,8 |
| один раз в неделю | 17,8 | 16,5 | 12,9 | 17,7 | 19,8 |
| несколько раз в месяц | 18,3 | 17,0 | 16,3 | 18,4 | 19,5 |
| один раз в месяц или реже | 14,8 | 15,2 | 17,1 | 14,4 | 15,9 |
| практически не употребляют | 25,6 | 27,7 | 34,5 | 26,0 | 20,9 |
| *Энергетические напитки, содержащие кофеин* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 5,4 | 5,4 | 3,2 | 5,9 | 3,3 |
| один раз в неделю | 2,6 | 2,1 | 1,6 | 2,8 | 2,4 |
| несколько раз в месяц | 4,1 | 3,3 | 2,0 | 4,6 | 2,9 |
| один раз в месяц или реже | 6,8 | 5,3 | 3,6 | 7,6 | 5,6 |
| практически не употребляют | 81,0 | 83,6 | 89,7 | 78,8 | 85,7 |
| *Сухие продукты быстрого приготовления (каши, лапша, картофельное пюре и т.п.)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 5,5 | 6,9 | 2,7 | 5,0 | 5,4 |
| один раз в неделю | 6,5 | 7,9 | 2,0 | 6,1 | 6,0 |
| несколько раз в месяц | 10,0 | 11,2 | 8,6 | 10,0 | 8,3 |
| один раз в месяц или реже | 12,4 | 14,4 | 16,6 | 12,0 | 11,0 |
| практически не употребляют | 65,5 | 59,2 | 70,0 | 66,7 | 69,3 |
| *Картофельные чипсы, сухарики, крендельки и т.п.* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 4,5 | 4,0 | 5,1 | 4,5 | 4,9 |
| один раз в неделю | 9,4 | 8,8 | 6,8 | 10,1 | 7,8 |
| несколько раз в месяц | 13,9 | 12,6 | 14,3 | 14,7 | 12,7 |
| один раз в месяц или реже | 14,1 | 14,2 | 18,7 | 14,6 | 12,2 |
| практически не употребляют | 57,8 | 60,0 | 55,0 | 55,9 | 62,2 |
| *Орехи (любые)* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 6,3 | 7,8 | 7,5 | 5,6 | 7,1 |
| один раз в неделю | 12,5 | 11,9 | 14,2 | 12,4 | 13,8 |
| несколько раз в месяц | 20,4 | 18,9 | 19,3 | 21,0 | 20,4 |
| один раз в месяц или реже | 22,0 | 22,2 | 27,4 | 21,6 | 22,9 |
| практически не употребляют | 38,6 | 38,9 | 31,6 | 39,2 | 35,7 |
| *Специальные продукты для питания спортсменов* |  |  |  |  |  |
| ежедневно или несколько раз в неделю | 0,6 | 0,5 | 1,0 | 0,7 | 0,6 |
| один раз в неделю | 0,3 | 0,2 | 0,3 | 0,3 | 0,4 |
| несколько раз в месяц | 0,5 | 0,3 | 0,1 | 0,5 | 0,5 |
| один раз в месяц или реже | 1,4 | 0,7 | 0,4 | 1,7 | 0,9 |
| практически не употребляют | 97,0 | 97,9 | 98,2 | 96,6 | 97,4 |