

Таблица 3.5

**ЧАСТОТА ПОТРЕБЛЕНИЯ ОСНОВНЫХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ У ЛИЦ В ВОЗРАСТЕ 14 ЛЕТ И БОЛЕЕ  
ПО КОЭФФИЦИЕНТУ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ**

Курганская область

в процентах

	Все респонденты	в том числе по энергетической деятельности	
		легкая и средняя степень активности КФА 1,0-1,8	высокая степень активности КФА >1,8
Лица в возрасте 14 лет и более - всего	100.0	100.0	100.0
из них указали частоту потребления (за январь-март 2013 г.)			
<i>Хлеб</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	96.7	97.6	95.7
один раз в неделю	1.9	0.7	3.3
несколько раз в месяц	0.3	0.2	0.4
один раз в месяц или реже	0.3	0.3	0.3
практически не употребляют	0.6	0.9	0.3
<i>Крупы, рис, макаронные изделия, каши</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	76.2	76.7	75.6
один раз в неделю	16.4	17.0	15.8
несколько раз в месяц	7.1	5.6	8.6
один раз в месяц или реже	0.2	0.3	0.0
практически не употребляют	0.0	0.0	0.0
<i>Овощи свежие</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	67.7	68.3	67.0
один раз в неделю	17.8	16.5	19.3
несколько раз в месяц	8.7	9.3	8.1
один раз в месяц или реже	4.7	4.8	4.5
практически не употребляют	0.9	0.8	1.1
<i>Фрукты свежие</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	55.2	62.5	47.4
один раз в неделю	23.3	20.9	25.9
несколько раз в месяц	12.4	9.4	15.6
один раз в месяц или реже	6.8	5.0	8.8
практически не употребляют	2.2	1.9	2.4
<i>Соки фруктовые/овощные</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	20.4	20.6	20.3
один раз в неделю	24.7	23.8	25.6
несколько раз в месяц	27.9	26.1	29.8
один раз в месяц или реже	15.7	16.3	15.1
практически не употребляют	11.2	12.9	9.3
<i>Мясо, мясо птицы (отварное, жареное, тушеное)</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	83.1	83.3	82.9

	Все респонденты	в том числе по энергетической деятельности	
		легкая и средняя степень активности КФА 1,0-1,8	высокая степень активности КФА >1,8
один раз в неделю	10.6	11.6	9.5
несколько раз в месяц	4.7	3.4	6.1
один раз в месяц или реже	1.2	1.0	1.5
практически не употребляют	0.2	0.4	0.0
<i>Мясные изделия вареные (сосиски , колбаса)</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	34.9	41.0	28.5
один раз в неделю	28.4	26.2	30.8
несколько раз в месяц	22.6	21.4	23.9
один раз в месяц или реже	7.3	4.7	10.2
практически не употребляют	6.5	6.4	6.7
<i>Мясные изделия копченые</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	15.5	15.2	15.9
один раз в неделю	25.3	24.9	25.7
несколько раз в месяц	28.0	28.7	27.2
один раз в месяц или реже	16.7	15.4	18.0
практически не употребляют	14.3	15.4	13.1
<i>Рыба (отварная, жареная, соленая, копченая)</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	19.4	20.5	18.1
один раз в неделю	30.0	27.6	32.4
несколько раз в месяц	33.4	34.3	32.5
один раз в месяц или реже	12.4	12.7	12.0
практически не употребляют	4.7	4.5	4.9
<i>Молоко и кисломолочные продукты</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	71.5	70.8	72.3
один раз в неделю	14.9	16.1	13.8
несколько раз в месяц	6.4	5.3	7.6
один раз в месяц или реже	2.9	2.9	2.9
практически не употребляют	4.0	4.6	3.5
<i>Масло сливочное</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	50.3	50.6	49.9
один раз в неделю	19.4	19.4	19.4
несколько раз в месяц	14.8	13.7	16.0
один раз в месяц или реже	8.0	6.4	9.7
практически не употребляют	7.3	9.5	4.9
<i>Спреды (маргарины)</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	4.7	3.9	5.6
один раз в неделю	3.2	2.0	4.6
несколько раз в месяц	7.5	7.3	7.7
один раз в месяц или реже	10.5	8.5	12.6
практически не употребляют	73.9	78.0	69.4

	Все респонденты	в том числе по энергетической деятельности	
		легкая и средняя степень активности КФА 1,0-1,8	высокая степень активности КФА >1,8
<i>Сыр</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	31.4	35.8	26.6
один раз в неделю	23.0	21.2	25.0
несколько раз в месяц	26.3	24.2	28.6
один раз в месяц или реже	14.0	12.6	15.5
практически не употребляют	5.1	5.9	4.3
<i>Творог и творожные продукты</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	27.3	26.9	27.6
один раз в неделю	28.0	28.3	27.7
несколько раз в месяц	23.1	20.5	25.9
один раз в месяц или реже	11.4	11.4	11.4
практически не употребляют	10.0	12.5	7.3
<i>Салатные заправки (майонез, растительное масло)</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	67.4	65.2	69.7
один раз в неделю	14.2	15.2	13.1
несколько раз в месяц	10.0	9.3	10.8
один раз в месяц или реже	3.4	3.7	3.0
практически не употребляют	4.8	6.2	3.2
<i>Торты, шоколад (вкл. конфеты)</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	37.3	40.8	33.5
один раз в неделю	19.7	17.9	21.7
несколько раз в месяц	21.1	18.5	23.9
один раз в месяц или реже	13.0	11.8	14.3
практически не употребляют	8.7	10.7	6.6
<i>Сладкие газированные напитки</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	2.8	4.3	1.2
один раз в неделю	7.7	6.3	9.3
несколько раз в месяц	8.5	6.8	10.2
один раз в месяц или реже	16.9	16.3	17.5
практически не употребляют	64.0	66.0	61.8
<i>Минеральная вода (газированная и негазированная)</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	11.2	13.8	8.3
один раз в неделю	17.5	13.4	21.9
несколько раз в месяц	17.9	18.0	17.9
один раз в месяц или реже	22.9	24.4	21.2
практически не употребляют	30.3	29.9	30.6
<i>Энергетические напитки, содержащие кофеин</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	3.3	2.8	3.7
один раз в неделю	1.0	0.9	1.1
несколько раз в месяц	2.6	2.8	2.3

	Все респонденты	в том числе по энергетической деятельности	
		легкая и средняя степень активности КФА 1,0-1,8	высокая степень активности КФА >1,8
один раз в месяц или реже	4.1	3.6	4.7
практически не употребляют	88.8	89.5	88.1
<i>Сухие продукты быстрого приготовления (каши, лапша, картофельное пюре и т.п.)</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	2.9	2.9	2.8
один раз в неделю	5.0	3.8	6.2
несколько раз в месяц	9.8	9.8	9.9
один раз в месяц или реже	16.6	15.5	17.8
практически не употребляют	65.5	67.6	63.3
<i>Картофельные чипсы, сухарики, крендельки и т.п.</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	1.5	1.5	1.4
один раз в неделю	4.9	4.6	5.4
несколько раз в месяц	8.6	9.8	7.4
один раз в месяц или реже	15.1	15.2	14.9
практически не употребляют	69.7	68.6	70.9
<i>Орехи (любые)</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	4.3	3.8	4.9
один раз в неделю	10.5	11.5	9.5
несколько раз в месяц	20.3	23.2	17.2
один раз в месяц или реже	35.5	32.5	38.7
практически не употребляют	29.2	28.6	29.8
<i>Специальные продукты для питания спортсменов</i>			
ежедневно или несколько раз в неделю	0.3	0.3	0.3
один раз в неделю	0.0	0.0	0.0
несколько раз в месяц	0.2	0.0	0.4
один раз в месяц или реже	1.4	0.9	1.9
практически не употребляют	98.0	98.5	97.5