

Приложение № 11
к Инструкции по подготовке и проведению
Выборочного наблюдения рациона питания населения

АЛЬБОМ КАРТОЧЕК
ДЛЯ ВЫБОРОЧНОГО НАБЛЮДЕНИЯ
РАЦИОНА ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ

2013 год

КАРТОЧКА 1

ВОПРОСНИК ДЛЯ ДОМОХОЗЯЙСТВА Раздел 2 вопрос 1 (стр. 4)

По тем продуктам, которые я Вам перечислю, назовите, пожалуйста, основной источник их поступления в домохозяйство за последние три месяца. В среднем, сколько раз за это время Вы и члены Вашего домохозяйства их употребляли в сыром и приготовленном виде, включая блюда, приготовленные на их основе?

Картофель	1
Овощи свежие	2
Салат, зелень	3
Овощные консервы	4
Фрукты свежие	5
Фруктовые консервы, варенье	6
Соки фруктовые (овощные)	7
Мясо (говядина, свинина, баранина)	8
Субпродукты	9
Колбаса, сосиски, консервы	10
Готовые мясные полуфабрикаты (готовые блюда)	11

Мясо птицы	12
Рыба свежая	13
Рыба соленая, копченая	14
Молоко	15
Масло сливочное	16
Творог и творожные продукты	17
Кисломолочные продукты	18
Яйца	19
Макаронные изделия	20
Мучные кондитерские изделия (пирожные, торты, печенье)	21
Шоколад и конфеты всех видов	22

КАРТОЧКА 2

ВОПРОСНИК ДЛЯ ДОМОХОЗЯЙСТВА Раздел 2 вопрос 6 (стр. 5)

Назовите, пожалуйста, ОСНОВНОЙ источник воды, которым Вы пользуетесь в Вашем доме....	
водопроводный кран в доме	1
водопровод во дворе, на участке, на улице	2
артезианский колодец/скважина	3
колодец	4
родниковая вода	5
бутилированная вода	6
другой источник	7

КАРТОЧКА 3

ВОПРОСНИК ДЛЯ ДОМОХОЗЯЙСТВА Раздел 3 вопрос 1 (стр. 6)

Укажите приблизительно, сколько составлял денежный доход Вашего домохозяйства В СРЕДНЕМ ЗА ОДИН МЕСЯЦ на протяжении последних трех месяцев?

до 10,0 тыс. руб.	1		от 75,1 до 100,0 - « -	10
от 10,1 до 15,0 - « -	2		от 100,1 до 125,0 - « -	11
от 15,1 до 20,0 - « -	3		от 125,1 до 150,0 - « -	12
от 20,1 до 25,0 - « -	4		от 150,1 до 175,0 - « -	13
от 25,1 до 30,0 - « -	5		от 175,1 до 200,0 - « -	14
от 30,1 до 40,0 - « -	6		от 200,1 до 250,0 - « -	15
от 40,1 до 50,0 - « -	7		свыше 250,1 - « -	16
от 50,1 до 60,0 - « -	8		ЗАТРУДНЯЮСЬ ОТВЕТИТЬ	- 7
от 60,1 до 75,0 - « -	9		ОТКАЗ ОТ ОТВЕТА	- 9

КАРТОЧКА 4

ВОПРОСНИК ДЛЯ ДОМОХОЗЯЙСТВА Раздел 3 вопрос 2 (стр. 6)

Укажите приблизительно, сколько примерно денег уходило в Вашем домохозяйстве на питание **В СРЕДНЕМ ЗА ОДИН МЕСЯЦ** на протяжении последних трех месяцев? Учитывайте здесь также расходы на покупку еды всеми членами домохозяйства (детьми и взрослыми) вне дома.

до 2,0 тыс. руб.	1		от 25,1 до 30,0 - « -	7
от 2,1 до 5,0 - « -	2		от 30,1 до 40,0 - « -	8
от 5,1 до 10,0 - « -	3		от 40,1 до 60,0 - « -	9
от 10,1 до 15,0 - « -	4		свыше 60,1 - « -	10
от 15,1 до 20,0 - « -	5		ЗАТРУДНЯЮСЬ ОТВЕТИТЬ	- 7
от 20,1 до 25,0 - « -	6		ОТКАЗ ОТ ОТВЕТА	- 9

КАРТОЧКА 5

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВОПРОСНИК ДЛЯ ЛИЦ В ВОЗРАСТЕ 14 ЛЕТ И БОЛЕЕ Раздел 3 вопрос 5 (стр. 5)

Как часто Вы едите

Хлеб	1
Крупы, рис, макаронные изделия, каши (в виде гарнира или самостоятельного блюда)	2
Овощи свежие	3
Фрукты свежие	4
Соки фруктовые (овощные)	5
Мясо, мясо птицы (отварное, жареное, тушеное)	6
Мясные изделия	
вареные (сосиски, колбаса)	7
копченые	8
Рыба (отварная, жареная, соленая, копченая)	9
Молоко и кисломолочные продукты	10
Масло сливочное	11

Спреды (маргарины)	12
Сыр	13
Творог и творожные продукты	14
Салатные заправки (майонез, растительное масло)	15
Торты, шоколад (вкл. конфеты)	16
Сладкие газированные напитки	17
Минеральная вода (газированная и негазированная)	18
Энергетические напитки, содержащие кофеин	19
Сухие продукты быстрого приготовления (каши, лапша, картофельное пюре)	20
Картофельные чипсы, сухарики, крендельки	21
Орехи (любые)	22
Специальные продукты для питания спортсменов	23

КАРТОЧКА 6

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВОПРОСНИК ДЛЯ ЛИЦ В ВОЗРАСТЕ 14 ЛЕТ И БОЛЕЕ Раздел 3 вопрос 6 (стр. 6)

Можете ли Вы сказать, что Вы всегда, время от времени, редко или никогда ...?

Подсаливаете пищу, которую едите	1
Предпочитаете есть менее жирную мясную пищу или едите рыбу или птицу вместо мяса	2
Потребляете менее жирное молоко или молочные продукты	3
Используете низкокалорийную заправку для салата вместо обычной	4
Едите на десерт фрукты вместо высококалорийных кондитерских (мучных) изделий	5

КАРТОЧКА 7

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВОПРОСНИК ДЛЯ ЛИЦ В ВОЗРАСТЕ 14 ЛЕТ И БОЛЕЕ Раздел 4 вопрос 3 (стр. 7)

Скажите, пожалуйста, для вас лично, очень важно, не очень или вообще не важно....?

Использование поваренной соли (или натрия) в умеренных количествах	1
Выбор продуктов с пониженным содержанием насыщенных жиров	2
Выбор рациона с пониженным содержанием сахара	3
Выбор рациона, включающего достаточное количество фруктов и овощей	4
Выбор рациона с необходимым количеством клетчатки	5
Употребление разнообразных видов еды	6
Выбор рациона для похудения (или поддержания здорового веса)	7
Выбор рациона с достаточным количеством хлеба, круп, риса и макаронных изделий	8
Употреблять, как минимум, две порции молочных продуктов в день	9

КАРТОЧКА 8

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВОПРОСНИК ДЛЯ ЛИЦ В ВОЗРАСТЕ **14 ЛЕТ И БОЛЕЕ** Раздел 4 вопрос 6 (стр.8)

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВОПРОСНИК ДЛЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ **ДО 14 ЛЕТ** Раздел 5 вопрос 4 (стр.7)

Какую группу отдельных витаминов или минералов Вы принимаете (или принимали в течение последних трех месяцев)?

Витамин А	1
Витамины группы В	2
Витамин С	3
Витамин D	4
Витамин Е	5
Кальций	6
Магний	7
Железо	8
Другое	9
ЗАТРУДНЯЮСЬ ОТВЕТИТЬ	-7

КАРТОЧКА 9

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВОПРОСНИК ДЛЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ДО 14 ЛЕТ Раздел 2 вопрос 6 (стр.3)

Какими продуктами Вы кормите ребенка в настоящее время (в дополнение к грудному молоку или вместо него)?

Детской молочной смесью, заменителем грудного молока	1
Молоком или разведенным молоком (коровьим, козьим и др.)	2
Кефиром или разведенным кефиром	3
Кашами (на зерновой основе),	
которые готовите сами	4
промышленного производства	5
Овощными супами или смесями (с добавлением мяса или без него),	
которые готовите сами	6
промышленного производства	7
Мясными продуктами для детского питания	8
Ничем из перечисленного	9

КАРТОЧКА 10

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВОПРОСНИК ДЛЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ДО 14 ЛЕТ Раздел 5 вопрос 2 (стр.6)

Как часто ребенок ест

Хлеб	1	Спреды (маргарины)	12
Крупы, рис, макаронные изделия, каши (в виде гарнира или самостоятельного блюда)	2	Сыр	13
Овощи свежие	3	Творог и творожные продукты	14
Фрукты свежие	4	Салатные заправки (майонез, растительное масло)	15
Соки фруктовые (овощные)	5	Торты, шоколад (вкл. конфеты)	16
Мясо, мясо птицы (отварное, жареное, тушеное)	6	Сладкие газированные напитки	17
Мясные изделия		Минеральная вода (газированная и негазированная)	18
вареные (сосиски, колбаса)	7	Энергетические напитки, содержащие кофеин	19
копченые	8	Сухие продукты быстрого приготовления (каши, лапша, картофельное пюре)	20
Рыба (отварная, жареная, соленая, копченая)	9	Картофельные чипсы, сухарики, крендельки	21
Молоко и кисломолочные продукты	10	Готовые продукты, купленные в местах быстрого питания («фаст фуд»)	22
Масло сливочное	11	Орехи (любые)	23