**АНАЛИТИЧЕСКАЯ СПРАВКА**

ПО РЕЗУЛЬТАТАМ АНКЕТИРОВАНИЯ «ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»

Время проведения: с 18 декабря по 22 декабря 2017 г.

В анкетировании приняли участие обучающиеся 1-11 классов, всего 1203 ученика, что составило 90% от общего числа учащихся.

На первый вопрос: **сколько раз в день Вы едите?**

3-5 раз ответили 23% обучающихся;

1-2 раза- 64%;

6-8 раз, сколько захочу- 13%;

Из этого следует, что 77% респондентов принимают пищу не нормировано.

На второй вопрос: **«завтракаете ли Вы дома перед уходом в школу?»** ответили

Да, каждый день - 49%;

Иногда не успеваю- 26%;

Не завтракаю- 25%.

По данным результатам видно, что 51% обучающихся не завтракают или завтракают не всегда и 49% завтракают каждый день.

На третий вопрос: «**Что Вы выберите из ассортимента в буфете для быстрого завтрака на перемене?» ответили:**

Булочку с компотом – 27%

Сосиску, запеченную в тесте – 41%

Сухарики или чипсы – 22%

Четвертый вопрос: **«Едите ли Вы на ночь?» ответили:**

|  |
| --- |
| Стакан кефира или молока – 27%  Молочную кашу или чай с печеньем (бутербродом) -31%  Мясо (колбасу) с гарниром- 42%  Пятый вопрос: «**Употребляете ли Вы в пищу свежие овощи?» ответили:**  Всегда, постоянно -38%  Редко, во вкусных салатах- 51%  Не употребляю- 11%  На шестой вопрос: «**Как часто на вашем столе бывают фрукты?» ответили**  Каждый день -29%  2 – 3 раза в неделю- 43%  Редко- 28%  Седьмой вопрос: **«Употребляете ли Вы в пищу лук, чеснок, петрушку, укроп?» ответили:**  Всё употребляю ежедневно в небольшом количестве -8%  Ем иногда, когда заставляют - 63%  Лук и чеснок не ем никогда – 29%    Восьмой вопрос: «**Употребляете ли в пищу молочные и кисломолочные продукты?» ответили:**  Ежедневно -29%;  1-2 раза в неделю -52%;  Не употребляю -19%.  На девятый вопрос: **«Какой хлеб предпочитаете?» ответили**  Хлеб ржаной или с отрубями- 18%;  Серый хлеб -19%;  Хлебобулочные изделия из муки в/с-63%.    На десятый вопрос: **Рыбные блюда в рацион входят:**  2 и более раз в неделю ответили 8% респондентов;  1-2 раза в месяц – 49%;  Не употребляю – 43%.    Одиннадцатый вопрос: « **Какие напитки вы предпочитаете?» ответили:**  Сок, компот, кисель – 25%;  Чай, кофе – 27%;   Газированные - 48%.    Двенадцатый вопрос: «**Какие гарниры бывают в вашем рационе?» ответили**  Из разных круп и овощей – 26%  В основном картофельное пюре – 11%  Макаронные изделия – 63%  Тринадцатый вопрос: «**Любите ли сладости?» ответили:**  Все лакомства являются «носителями пустых калорий», поэтому употребляю их умеренно– 9%  Пирожные, печенье, мороженое употребляю часто -31%  Могу сразу съесть 0,5 кг конфет -60%  Четырнадцатый вопрос: «**Чему вы чаще** **отдаёте предпочтение?» ответили:**  Постной, варёной или паровой пище – 13%  Жареной и жирной пище -48%  Маринованной, копчёной – 29%  На пятнадцатый вопрос «**Отличается ли ваш рацион в течение недели разнообразием блюд?»** ответили:  Да – 69%  Нет -31%  Из данного исследования следует, что около половины опрошенных учащихся ведут нездоровый образ жизни и питаются не правильно. Вторая половина обучающихся питается более правильно (завтрак каждый день, молочные и кисломолочные продукты употребляют часто или каждый день, в рационе присутствую овощи, фрукты, различные крупы). |
|  |
|  |
| |  | | --- | |  | |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |