

A rendszeres étkezés, a házon kívüli fogyasztás, az egzotikus ételek divatja, és azok kapcsolata a zöldség-, gyümölcsfogyasztással 1999 és 2005 között

Változó életvitelünk táplálkozási szokásaink lassú változását hozta magával. Milyen lehetőségek rejlnek ezekben a változásokban? Étkezésünk egyre rendszertelenebb, a házon kívüli fogyasztás az egyik módja, hogy azt rendszeresebbé tegyünk. Vajon ez magába rejti a magasabb zöldség-, gyümölcsfogyasztást is? Egyre inkább terjednek az egzotikus étermek, és több szerző is rámutatott, hogyan válnak az új különlegességek étrendünk részévé. Ezeket az ételeket elkészíthetjük-e otthon is, vagy tekinthetjük-e fogyasztásukat luxusnak? Az utóbbiak vajon több zöldséget és gyümölcsöt fogyasztanak? Az alábbi cikk a szokások ezen aspektusainak tendenciáit és azok kapcsolatát taglalja a zöldség- és gyümölcsfogyasztás tekintetében.

BEVEZETŐ, IRODALMI ÁTTEKINTÉS

A rohanó világban étkezési szokásaink lassan változnak, vagyis a jelentősebb átalakulás időigényes (Szóke, 2001). 1989 és 2001 között az étkezési alkalmak száma nem változott jelentősen, csupán a reggeli és a meleg vacsora esetében csökkent a mutató (GfK Hungária, 2002). Ez előjele volt, az azóta megfigyelhető – a cikk tárgyát is képező – tendenciáknak, az étkezések egyre rendszertelenebbé válásának. 2001-ben a lakosság fele napi 3 étkezésről számolt be, 2005-ben ez az arány nem változott. Az étkezési alkalmak és a friss termékek fogyasztásának kapcsolata a munka első kérdése. Az elmúlt években új tendenciák kezdtek foglalkoztatni a kutatókat. Habár „a zöldségfélék esetében még erőteljesen a hagyományos főzési szokásoknak és étrendnek megfelelően alakulnak a fogyasztási arányok” (Juhász, 2001) „a házon kívüli étkezések előtérbe kerülésével, illetve a változatosabb, nemzetközi ízeket, alapanyagokat használó főzési kultúra terjedésével ezek az arányok várhatóan... változni fognak” (Kartali, 2004: 50). Az idézetben Kartali a zöldség-, gyümölcsfogyasztás változásának két lehetőségét vetette fel.

Az egyik a házon kívüli étkezés. Ez nem újdonság viszont az elemzések ebben a vonatkozásban eddig vártak magukra. A KSH háztartási költségvetési felvétele 1990-ig követte a házon kívül elfogyasztott élelmiszerek mennyiségét. 1960-ban a zöldségmennyiség 3,9 százalékát fogyasztottuk el ily módon, a gyümölcsmennyiségnek pedig 1,2 százalékát. Ez az arány 1990-ig 7,6, illetve 6,5 százalékra nőtt. Azóta adatok

nem jelentek meg ezért hagyatkoztunk a GfK Hungária adatgyűjtéseire, amelyek a fogyasztás gyakoriságát követik nyomon. A házon kívüli étkezés módjait összegezte Mikesné (2003). Ide tartozik a vendégétkeztetés, vendéglői étkezés, munkahelyi előfizetéses, illetve iskolai étkezés vagy az a táplálék, amit az önkormányzatok osztanak ki a rászorulóknak. A vendéglői étkezés a városias életforma része. Városokra, nagyobb községekre és a főváros vonzáskörzetébe tartozó, ún. előváros típusú községekre jellemző. A zöldségeket, salátákat el kell készíteni, ez időt és munkát igényel, amit a vendéglőben megtakarítunk.

„A vendéglői étkezés a városias életforma része. Városokra, nagyobb községekre és a főváros vonzáskörzetébe tartozó, ún. előváros típusú községekre jellemző. A zöldségeket, salátákat el kell készíteni, ez időt és munkát igényel, amit a vendéglőben megtakarítunk.”

Az ételek elkészítésére fordított időt, mint kényelmi tényezőt tanulmányozta e mű egyik szerzője is (Pecze, 2003, 2004), az 1999-es életmód-időmérleg kutatás adataiból merítve (KSH, 2001). Tudomásunk szerint azóta nem történt időmérleg felvétel, de indokolt a házon kívüli étkezést a kényelmi tényezők függvényében tanulmányozni. A nemzetközi szakirodalomban Pollard et al. (2001), a kényelmi tényezőket a fogyasztás növekedését akadályozó elemeknek tekintette. Ezek alatt az elkészítéshez, bevásárláshoz szükséges időt, a rendelkezésre állóságot és az elkészítés összetettségét sorolta fel. A magas zöldség-, gyümölcsfogyasztóknál mindez nem jelentett gondot. Egy amerikai felmérés kimutatta, hogy a gyümölcsöknél a kényelem kevésbé jelentett akadályt, nagyobb probléma a romlékonyság. A zöldségek esetében az elkészítési idő már sokkal fontosabb tényező (Heimendinger és Van Duyn 1995, forrás: Pollard et al. 2001). Európában a probléma az időhöz kapcsolódott: a túl hosszú munkaidőhöz, vagy a rohanó életmódhoz (Kearney és McElhone 1999, forrás: Pollard et al. 2001). A munkahelyi étkezdék ellátottságának problémáit taglalta Dibsall et al. (2003) miközben az alacsony jövedelmű személyek alacsony fogyasztásának okait vizsgálta, Angliában. A fogyasztás ösztönzésének módszereit elemezte az éttermekben Glanz és Hoelscher (2004). Elsősorban a széles kínálat, az árak, valamint az eladáshelyi reklámok fontosságát emelték ki.

Vajon a házon kívüli rendszeres étkezés gyakoribb zöldség-, gyümölcsfogyasztást is jelent? Ez a felvetés kutatásunk második pontja.

Kartali második felvetése a nemzetközi konyha elterjedése volt. Az új ízek, finomságok az elmúlt években mennyire váltak a táplálkozásunk részévé, valóban hatással vannak az általunk vizsgált termékek fogyasztására, és mi jellemzi azokat, akik kedvelik az új ízeket? Ezek a felvetések alkotják a munka harmadik részét.

Az alábbiakban a változásoknak e három vetületét taglaljuk, és ezek kapcsolatát vizsgáljuk a zöldség- és gyümölcsfogyasztás tekintetében.

MÓDSZERTAN

Mivel a Központi Statisztikai Hivatal, háztartási költségvetési felvétele a házon kívüli fogyasztást mennyiségi szempontból nem méri, a GfK Hungária piackutató intézet adataira támaszkodtunk, amely a fogyasztás gyakoriságát követi nyomon. A GfK Hungária kérdezőbiztos az adatgyűjtéskor a válaszadó számára annyit határoztak meg, hogy „zöldség”, „gyümölcs” (külön kérdésként), ezeket nem osztották fel termékekre. Ettől megkülönböztették a gyümölcsjoghurtokat, a burgonyát, a mélyhűtött termékeket, a szénsavmentes gyümölcsleveket és a salátákat. A válaszadó a konzerveket vagy szárított termékeket a zöldségekhez, illetve a gyümölcsökhöz sorolhatta, saját megítélése alapján. A táblázatokból azt szűrhetjük ki, hogy a megkérdezettek heti hány alkalommal fogyasztják a felsorolt élelmiszereket fejenként. A gyümölcsöt 1997-től mérik. Az adatfelvétel személyes interjú formájában történik, 1000 megkérdezett otthonában, és a megkérdezettek állandóan cserélődnek. A fogyasztás gyakoriságát a kérdőív alapján határozzák meg az 1. táblázatban meghatározott értékek alapján. A felmérés összes élelmiszerre vonatkozó eredményeit rendszeresen publikálják (GfK Hungária 2001, 2003).

A jelen kutatás a zöldség-, gyümölcskategória fogyasztását úgy határozza meg, hogy a zöldségek, gyümölcsök, gyümölcsleveket, saláták átlagos, heti fogyasztási gyakoriságát összeadja (ezt értjük a továbbiakban zöldség-, gyümölcskategória alatt, 1. táblázat). Ennek gyakorlati oka van. A termékeket külön vizsgálva ugyanis alacsonyok a fogyasztás gyakorisá-

1. táblázat

A zöldségek, gyümölcsök, saláták, limonádék, gyümölcslevek átlagos heti fogyasztási gyakoriságának kiszámításához használt értékek

A lehetséges válaszok a kérdőíven	A válaszokhoz rendelt értékek (heti fogyasztási gyakoriság)
1. Szinte naponta	7,0
2. Hetente többször	3,5
3. Kb. 1 x hetente	1,0
4. Kéthetente	0,5
5. Ritkábban	0,25
6. Soha	0,0

Forrás: GfK Hungária

2. táblázat

Az ingadozási tartomány 95 százalékos valószínűséggel az egyes százalékok szerint

	%	%	%	%	%	%	%	%	%
	3	5	10	15	20	25	30	40	50
N	97	95	90	85	80	75	70	60	
1000	1,1	1,4	1,9	2,3	2,5	2,7	2,9	3,1	3,1

Forrás: GfK Hungária

gában tapasztalt különbségek, ha viszont összeadjuk azokat, az összevetéshez elégséges különbségeket kapunk. Ez az oka annak is, hogy a fogyasztás gyakoriságát nem heti, hanem napi szinten tüntetjük fel.

A 2. táblázat az adatok ingadozási tartományát adja meg.

A FOGYASZTÁS GYAKORISÁGÁNAK ALAKULÁSA AZ ELMÚLT MÁSFÉL ÉVTIZEDBEN.

1992 és 1997 között a zöldségek, gyümölcslevek, saláták fogyasztási gyakorisága fokozatosan lecsökkent. Ez a csökkenés 1997-ben megállt (1. ábra). Ebben az évben és 2005-ben a megkérdezettek egyaránt heti 17 alkalommal fogyasztották a kategória termékeit,

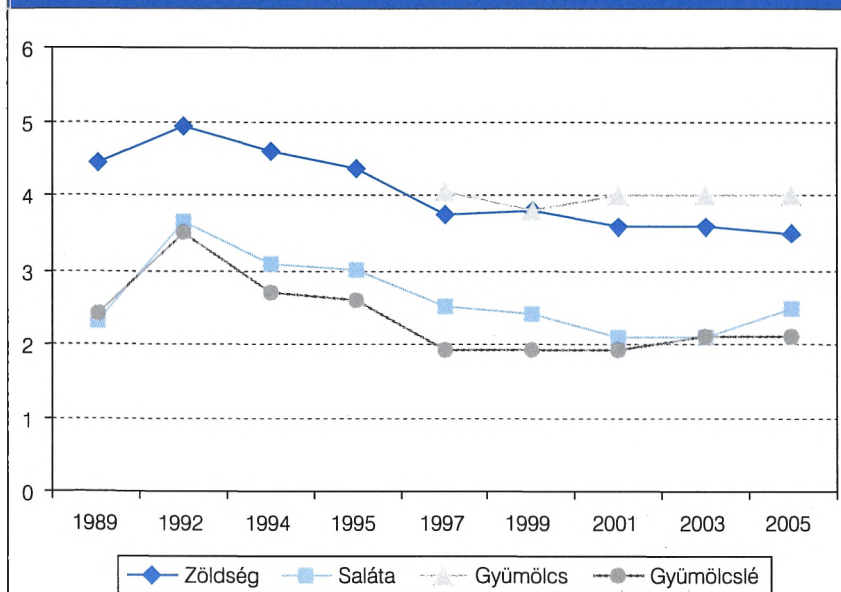
ami napi szinten 1,7-nek felel meg (ha összeadjuk a zöldségeket, gyümölcsöket, gyümölcsleveket, salátát, lásd a módszertanban). A kategória fogyasztási gyakorisága az elmúlt 8 évben nem változott, és ebbe az időszakba helyeztük a mi kutatásunkat is. Itt csupán megjegyezzük, hogy az elfogyasztott mennyiség is (a KSH alapján) fokozatosan visszaesett 1997-ig, majd pedig emelkedő-ingadozó irányvonalat vett.

AZ ÉTKEZÉSEK RENDSZERESSÉGE 1999 ÉS 2005 KÖZÖTT

A különböző étkezési alkalmak tendenciája 1999 és 2005 között a rendszeres, mindennapos étkezések csökkenését mutatja, aminek folytán az étkezés az alkalmoszerű fogyasztás irányába terelődött (3. táblázat). 1999-ben például a válaszadók 74 százaléka számolt

1. ábra

A zöldségek, gyümölcsök, gyümölcslevek, saláták fogyasztásának gyakorisága, hetente, személyenként, 1=hetente egyszer, 7=minden nap



Forrás: GfK Hungária

3. táblázat

A különböző étkezések rendszeressége 1999-ben és 2005-ben

Étkezés	Azok aránya, akik minden nap fogyasztanak (%)		Azok aránya, akik alkalmoszerűen fogyasztanak (%)	
	1999	2005	1999	2005
Reggeli	73,0	66,0	17,5	25,8
Tízórai	12,9	8,5	23,9	38,5
Meleg ebéd	76,4	67,4	20,1	29,2
Hideg ebéd	5,8	5,0	36,2	52,1
Uzsonna	10,8	7,4	31,0	38,6
Meleg vacsora	33,5	26,7	45,8	58,1
Hideg vacsora	36,3	23,6	49,2	67,2

Forrás: GfK Hungária, 1999, 2005

jelenthet a csökkenéssel ellenkező irányvonalat is: a hideg ebédet soha nem fogyasztók aránya például csökkent, amivel párhuzamosan az alkalmoszerűen fogyasztók aránya 36-ról 52 százalékra nőtt.

Felmerül a kérdés, hogy azok, akik rendszeresebben étkeznek, egyben zöldséget és gyümölcsöt is sűrűbben fogyasztanak-e? Kiderült, hogy a rendszeres reggelizés nem jelent gyakoribb fogyasztást (4. táblázat).

Csak a tízórai és az uzsonna fogyasztása van hatással a maga-

4. táblázat

A különböző rendszerességgel reggelizők zöldség-, gyümölcsfogyasztása, 1=hetente egyszer, 7=minden nap

Reggeli	1999			2005		
	A csoport nagysága a mintában	A csoport aránya a mintában	Fogyasztás gyakorisága	A csoport nagysága a mintában	A csoport aránya a mintában	Fogyasztás gyakorisága
Minden nap	738	73,0%	11,9	660	66,0%	12,3
Alkalmoszerűen	177	17,5%	11,6	258	25,8%	11,7
Majdnem soha	96	9,5%	12,1	82	8,2%	12,5
Összesen	1011	100,0%	11,8	1000	100,0%	12,1

Forrás: GfK Hungária, 1999, 2005

5. táblázat

A különböző rendszerességgel tízóraiók zöldség-, gyümölcsfogyasztása, 1=hetente egyszer, 7=minden nap

Tízórai	1999			2005		
	A csoport nagysága a mintában	A csoport aránya a mintában	Fogyasztás gyakorisága	A csoport nagysága a mintában	A csoport aránya a mintában	Fogyasztás gyakorisága
Minden nap	128	12,9%	13,2	85	8,5%	13,4
Alkalmoszerűen	237	23,9%	12,0	385	38,5%	12,4
Majdnem soha	628	63,2%	11,4	530	53,0%	11,7
Összesen	993	100,0%	11,8	1000	100,0%	12,1

Forrás: GfK Hungária, 1999, 2005

be arról, hogy mindennap reggelizik, 2005-ben már 66 százalékuk. Azok tábora viszont, akik alkalmoszerűen reggeliznek 17-ről 26 százalékra nőtt. A meleg ebédet rendszeresen fogyasztók aránya is csökkent (76 százalékról 67 százalékra). Vacsorázni is egyre ritkábban vacsorázunk. Az alkalmoszerű fogyasztás

sabb zöldség-, gyümölcsfogyasztásra (5. és 6. táblázatok). 2005-ben például, akik minden nap tízóraitak, 13,4 alkalommal fogyasztottak zöldséget, gyümölcsöt hetente, azok pedig, akik majdnem soha nem tízóraitnak 11,7-szer. Ugyanezt a különbséget találhatjuk meg az uzsonna esetében is.

6. táblázat

**A különböző rendszerességgel uzsonnázók zöldség-, gyümölcsfogyasztása,
1=hetente egyszer, 7=minden nap**

Uzsonna	1999			2005		
	A csoport nagysága a mintában	A csoport aránya a mintában	Fogyasztás gyakorisága	A csoport nagysága a mintában	A csoport aránya a mintában	Fogyasztás gyakorisága
Minden nap	108	10,8%	12,6	74	7,4%	13,4
Alkalmoszerűen	307	31,0%	12,2	386	38,6%	12,6
Majdnem soha	578	58,2%	11,5	541	54,1%	11,6
Összesen	993	100,0%	11,8	1000	100,0%	12,1

Forrás: GfK Hungária, 1999, 2005

Sajnálatos tény viszont, hogy tízórait vagy uzsonnát rendszeresen fogyasztók aránya 1999-ben csak 10 százalék körül alakult, ami 2005-ben már 10 százalék alá esett. Az alkalmoszerűen fogyasztók tábora viszont jelentősen nőtt, kiváltképp a tízórai esetében (24 százalékról 38 százalékra). Habár a soha nem fogyasztók aránya mindkét esetben csökkent, még mindig a népesség több mint fele nem étkezik ezen alkalmakkor.

A HÁZON KÍVÜLI ÉTKEZÉS ÉS A ZÖLDSÉG-, GYÜMÖLCSFOGYASZTÁS

1989 és 2001 között a munkahelyen étkezők aránya fokozatosan csökkent (GfK Hungária, 2002). Ezután ez a tendencia folytatódott és a részarány a teljes foglalkoztatottak és diákok között 50 százalék alá esett (7. táblázatok). 1999-ben még nem volt különbség azok zöldség-, gyümölcsfogyasztása között,

akik gyakran, és akik soha nem étkeztek a munkahelyükön. 2005-ben már látható kisebb eltérés (13,2 alkalom hetente, illetve 12,2 alkalom).

A gyorsétteremben gyakran étkezők aránya 2 százalék körüli, ami nagyon alacsony arány, emiatt nem tanulmányozhatjuk őket alaposabban, viszont magas fogyasztásuk alapot ad további kutatásokhoz (8. táblázat). Azok aránya, akik ritkán (hetente egyszer vagy ritkábban) látogatják e vendéglátóhelyeket, emelkedett. A gyorsétteremben soha nem étkezők aránya jelentősen csökkent (70 százalékról 57 százalékra), ami szintén biztató a zöldség-, gyümölcsfogyasztás szempontjából, hiszen az ezeket a helyeket ritkán látogatók többszöri zöldség-, gyümölcsfogyasztásról számoltak be, mint akik soha nem fordulnak meg ezeken a helyeken.

A vendéglőben, étteremben ritkán étkezők aránya 36 százalékról 53 százalékra emelkedett, ezek fogyasztása jóval meghaladja az átlagot (1999-ben és

7. táblázat

**A munkahelyen, iskolában különböző rendszerességgel étkezők zöldség-, gyümölcsfogyasztása,
1=hetente egyszer, 7=minden nap**

Étkezes gyakorisága	1999			2005		
	A csoport nagysága a mintában	A csoport aránya a mintában	Fogyasztás gyakorisága	A csoport nagysága a mintában	A csoport aránya a mintában	Fogyasztás gyakorisága
Majdnem naponta vagy hetente többször	232	50,0%	12,8	241	44,8%	13,2
Hetente egyszer vagy ritkábban	38	8,0%	10,5	69	12,8%	11,8
Soha	195	42,0%	13,0	228	42,4%	12,2
Összesen (Teljes foglalkoztatottak és diákok)	465	100,0%	12,8	538	100,0%	12,6

Forrás: GfK Hungária, 1999, 2005

8. táblázat

A gyorsétteremben különböző rendszerességgel étkezők zöldség-, gyümölcsfogyasztása, 1=hetente egyszer, 7=minden nap

Étkezes gyakorisága	1999			2005		
	A csoport nagysága a mintában	A csoport aránya a mintában	Fogyasztás gyakorisága	A csoport nagysága a mintában	A csoport aránya a mintában	Fogyasztás gyakorisága
Majdnem naponta vagy hetente többször	28	2,8%	14,8	22	2,2%	15,2
Hetente egyszer vagy ritkábban	267	26,7%	12,8	406	40,6%	12,4
Soha	705	70,5%	11,2	572	57,2%	11,8
Összesen	1000	100,0%	11,8	1000	100,0%	12,1

Forrás: GfK Hungária, 1999, 2005

2005-ben is). A vendéglőt, éttermet soha nem látogatók zöldség-, gyümölcsfogyasztása átlag alatti, ezek aránya 62 százalékról 45 százalékra csökkent. Jelenlét a különbség a két csoport fogyasztása között: 2005-ben a vendéglőket ritkán látogatók zöldség-, gyümölcsfogyasztása 13 alkalom volt hetente, míg a vendéglőket nem látogatók fogyasztása 11 alkalom (9. táblázat).

AZ EGZOTIKUS, KÜLFÖLDI ÉTELEKET KEDVELŐK ZÖLDSÉG-, GYÜMÖLCSFOGYASZTÁSA

Az egzotikus, külföldi konyhák egyre ismertebbek Magyarországon, sokuk zöldségekben gazdag táplálkozást kínál. 2003-ban a megkérdezettek 26 százaléka fogyasztott ilyen ételeket étteremben, 41 szá-

9. táblázat

A vendéglőben, étteremben különböző rendszerességgel étkezők zöldség-, gyümölcsfogyasztása, 1=hetente egyszer, 7=minden nap

Étkezés gyakorisága	1999			2005		
	A csoport nagysága a mintában	A csoport aránya a mintában	Fogyasztás gyakorisága	A csoport nagysága a mintában	A csoport aránya a mintában	Fogyasztás gyakorisága
Majdnem naponta vagy hetente többször	16	1,6%	14,3	14	1,4%	11,8
Hetente egyszer vagy ritkábban	362	36,2%	13,0	533	53,3%	12,9
Soha	622	62,2%	11,1	453	45,3%	11,2
Összesen	1000	100%	11,8	1000	100%	12,1

Forrás: GfK Hungária, 1999, 2005

A házon kívüli étkezést illetően elmondhatjuk, hogy akik gyorsétteremben vagy vendéglőben ritkán vagy sűrűn étkeznek, több zöldséget és gyümölcsöt fogyasztanak, mint akik soha.

Ezek aránya 1999 és 2005 között növekedett. A különbségek még alacsonyak (a gyorsétermek esetében) ezért az eredményeket fenntartással kell fogadni, viszont ez már alapot ad a további kutatásokhoz.

zálékuk pedig otthon. A megkérdezettek több mint fele (53,2%) sem otthon, sem étteremben nem ízlelte meg ezen finomságokat (10. táblázat).

A 10. táblázat lényeges különbségeket takar az általunk vizsgált élelmiszerek terén. Akik fogyasztottak egzotikus ételeket otthon vagy étteremben, jóval magasabb zöldség-, gyümölcsfogyasztásról tettek tanúbizonyságot, mint azok, akik sem otthon, sem étteremben nem fogyasztanak. A előzőek átlagos heti fo-

10. táblázat

A nemzetközi konyha népszerűsége Magyarországon

Nemzetközi konyha	Akik étteremben szoktak fogyasztani		Akik otthon szoktak fogyasztani	
	A csoport nagysága	A csoport aránya a mintában	A csoport nagysága	A csoport aránya a mintában
Indiai	16	1,6%	25	2,5%
Kínai	128	12,8%	132	13,2%
Olasz	141	14,1%	326	32,6%
Francia	30	3,0%	39	3,9%
Mexikói	31	3,1%	86	8,6%
Görög	74	7,4%	58	5,8%
Török	14	1,4%	7	0,7%
Spanyol	9	0,9%	12	1,2%
Észak amerikai/ír/angol	11	1,1%	10	1,0%
Egyéb	17	1,7%	28	2,8%
Összesen	264	26,5%	413	41,4%
Nem fogyaszt	735	73,5%	586	58,6%
Sem étteremben, sem otthon nem fogyaszt egzotikus ételeket	53,2% (532 megkérdezett)			
Teljes minta	999			

Forrás: GfK Hungária, 2003

11. táblázat

Az egzotikus ételeket fogyasztók (otthon vagy étteremben) és nem fogyasztók zöldség-, gyümölcsfogyasztása, 1=hetente egyszer, 7=minden nap

	Zöldség-, gyümölcsfogyasztás	A csoport nagysága	A csoport aránya a mintában
Otthon vagy étteremben fogyasztanak egzotikus ételeket	13,4	467	46,7%
Sem otthon, sem étteremben nem fogyaszt egzotikus ételeket	10,7	532	53,2%
A teljes minta átlagos fogyasztása	11,9	999	100,0%

Forrás: GfK Hungária, 2003

gyasztása 13,4 alkalom, utóbbiaké 10,7 alkalom (a teljes minta átlagos fogyasztása 11,9 alkalom volt hetente). Akik a 11. táblázatban többet fogyasztottak zöldséget és gyümölcsöt, nem biztos, hogy a különleges ételek miatt teszik ezt, mégis a különbségek igen jelentősek és a magasabb fogyasztás egyik lehetőségét jelentik.

Az egzotikus ételeket fogyasztók közül kiemelhetjük azokat, akik mind otthon, mind étteremben fogyasztanak ilyeneket. Azért választottuk ki őket, mert esetükben igen gyakori a friss termékek fogyasztása (14,3 alkalommal hetente) és a teljes minta 21 százalékát teszik ki (12. táblázat).

Egyetlen tényező mentén nem érdemes szegmentálni a fogyasztókat viszont fontosnak találtuk leírni a kiemelt válaszadók jellegzetességeit. Ha a csoport jellemzőit összehasonlítjuk azokkal, akik sem étteremben, sem otthon nem fogyasztanak ilyen fajta ételt (az egzotikus ételeket teljesen elutasítók a minta 53 százalékát teszik ki, 10. és 11. táblázat) láthatjuk, hogy kevesebben vannak közöttük olyanok, akik rendszeresen étkeznek, például ritkábban reggeliznek. Az elfogadók 60 százaléka fogyaszt naponta meleg ebédet, míg a teljes elutasítók 73 százaléka. Az egzotikumokat kedvelők között kevesebben vannak azok, akik számára a főétkezés az ebéd, és töb-

12. táblázat

Az egzotikus ételeket étteremben és otthon is fogyasztók, valamint az egyáltalán nem fogyasztók zöldség-, gyümölcsfogyasztása, 1=hetente egyszer, 7=minden nap

	Zöldség-, gyümölcsfogyasztás	A csoport nagysága	A csoport aránya a mintában
Akik szoktak valamilyen egzotikus ételt fogyasztani étteremben	13,8	264	26,4%
Akik szoktak valamilyen egzotikus ételt fogyasztani otthon	13,5	413	41,3%
Akik fogyasztanak valamilyen egzotikus ételt otthon és étteremben is	14,3	210	21,0%
A teljes minta átlagos fogyasztása	11,9	999	100,0%

Forrás: GfK Hungária, 2003

ben vannak, akik számára a vacsora a legfontosabb. Sűrűbben étkeznek munkahelyen, iskolában vagy vendéglőben. Az elutasítók 68 százaléka soha nem étkezik gyorsétteremben, a kiválasztott szegmensnek csak 32 százaléka. A szegmens tagjai nagyobb arányban állítják, hogy a környezetükben jelentkező testsúlyproblémák, mint a külföldi ételeket nem fogyasztók körében. Kevésbé idegenkednek a félkész termékektől, és több mint 60 százalékuk állítja, hogy szereti kipróbálni az új dolgokat (akik nem fogyasztanak külföldi ételeket, azoknak csak 39 százaléka). Kedvelik a reklámokat, kevésbé fontos számukra, hogy a termék olcsó legyen. 57 százalékuk számára a legfontosabb az életben, hogy jól érezzék magukat, ellentétben a másik féllel, akiknél ez az arány csak 37 százalék.

„Az egzotikus, külföldi ételeket fogyasztók között nagyobb arányban képviseltetik magukat a teljes foglalkoztatottak, diákok, és csak 10 százalékukat képezik a nyugdíjasok. Több a vállalkozó, cégtulajdonos, kevesebb a mezőgazdasági dolgozó, és több az alkalmazásban levő diplomás, valamint kevesebb a betanított vagy segédmunkás.”

Az egzotikus, külföldi ételeket fogyasztók között nagyobb arányban képviseltetik magukat a teljes foglalkoztatottak, diákok, és csak 10 százalékukat képezik a nyugdíjasok. Több a vállalkozó, cégtulajdonos, kevesebb a mezőgazdasági dolgozó, és több az alkalmazásban levő diplomás, valamint kevesebb a betanított vagy segédmunkás. Sok közöttük a magas iskolai végzettségű személy, ugyanúgy több a

magasabb jövedelmű. Több közöttük a nőtlen és hajadon, a fiatal, a negyven év alattiak nagyobb mértékben képviseltetik magukat, e a korhatár fölött, pedig már kisebb az arányuk, mint az elutasítók körében (az elfogadók csupán 3 százalékát képezik a 60 év felettiek). A nagyvárosiaknak nagyobb az arányuk, a falusiaknak pedig alacsonyabb.

ÖSSZEFOGLALÁS

A cikk az étkezési szokásaink változásainak egyes aspektusait elemezte és azok kapcsolatát a zöldség-, gyümölcsfogyasztással. Étkezésünk az elmúlt években egyre rendszertelenebbé vált. Azok kicsiny csoportját, akik minden nap uzsonnáznak, reggeliznek magasabb zöldség-, gyümölcsfogyasztás jellemzi, mint azokét, akik nem teszik ezt. A házon kívüli étkezés az egyik lehetősége annak, hogy táplálkozásunkat egyenletesebbé tegyük. A vendéglőket, gyorséttermeket látogatók száma nőtt, és ők magasabb zöldség-, gyümölcsfogyasztásról számoltak be (habár némely esetben az eredmények kérdésesek). A változások harmadik eleme az egzotikus, külföldi ételek terjedése. Akik kedvelik ezeket az ételeket szintén magasabb fogyasztásról számoltak be. Azok, akik mind éttermekben, mind otthon fogyasztanak ilyen ételeket, jóval sűrűbben esznek zöldséget és gyümölcsöt, mint azok, akik elutasítják ezeket az újdonosságokat.

Ez a kutatás csak egyik iránya a magasabb zöldség-, gyümölcsfogyasztás feltárásának. Léteznek tel-

jesen ellentétes irányok is. Ahogy láttuk, az egzotikus ételeket kedvelők csoportjában csak kevés nyugdíjas és több foglalkoztatott található. A szerzők egy előző elemzésében, pedig épp a nyugdíjasok magas fogyasztását elemezték az aktív foglalkoztatottakkal szemben (Pecze, Székely 2004, 2005), ami a kérdés megközelíthetőségének másik irányát jelenti. Egyéb megközelítések felé is fordulhatunk, például a Lehota által leírt, egészségtudatos jellemzőkkel bíró fogyasztói csoport kiemelésével (Lehota, 1995). Tamus (1998) a gyümölcsfogyasztók szegmentációja során feltárta a minőségközpontú fogyasztók szegmensét. A GfK Hungária fogyasztás alapján kialakított csoportjai közül hármát is kiemelhetünk a zöldség-, gyümölcsfogyasztás alapján: a tradicionálisan étkezők, az egészségesen táplálkozóak és a haspókok kategóriáját.

FELHASZNÁLT IRODALOM

DIBSDALL, L., LAMBERT, N., BOBBIN, R., FREWER, L. (2003): Low-income consumers' attitudes and behaviour towards access, availability and motivation to eat fruit and vegetables. *Public Health Nutrition*, 6 (2) 159–169. p.

GfK HUNGÁRIA (2002): Élelmiszer fogyasztási és vásárlási szokások, Budapest: GfK Hungária, www.amc.hu (letöltések) átvéve: 2004. November 12.

GfK HUNGÁRIA (2001): Étkezési és Vásárlási Szokások, 1989–2001. Budapest: GfK Hungária

GfK HUNGÁRIA (2003): Étkezési és Vásárlási Szokások, 1989–2003. Budapest: GfK Hungária

GLANZ, K., YAROCH, A. L. (2004): Strategies for increasing fruit and vegetable intake in grocery stores and communities: policy, pricing, and environmental change. *Preventive Medicine*, 39 (2) 75–80. p.

HEIMENDINGER, J., VAN DUYN, M. A. (1995): Dietary behavior change: the challenge of recasting the role of fruit and vegetables in the American diet. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 61 (6) 1397–1401. p.

JUHÁSZ, A. (2001): A zöldség-, gyümölcstermékek iránti kereslet alakulása Magyarországon az elmúlt évtizedben. *Konzervújság*, 49 (4) 106–109. p.

KARTALI, J. (Szerk.) (2004): A főbb agrártermékek piacra jutásának feltételei az EU-csatlakozás küszöbén (I kötet). Budapest: Agrárgazdasági Kutató és Informatikai Intézet. 154 p. (Agrárgazdasági Tanulmányok, 2004. 1. szám)

KEARNEY, K. M., MCELHONE, S. (1999): Perceived barriers in trying to eat healthier – results of a pan-EU consumer attitudinal survey. *British Journal of Nutrition*, 81 (2) 5133–5140. p.

KÖZPONTI STATISZTIKAI HIVATAL (2001): *A népesség időfelhasználása 1986/87-ben és 1999/2000-ben*. Központi Statisztikai Hivatal, Budapest, (Életmód-Időmérleg, 2001)

LEHOTA, J.(1995): Élelmiszer-fogyasztói magatartás minták, 1574 sz. OTKA kutatási téma, Gödöllő

MIKESNÉ, M., B., SZABÓ, ZS., SCHNELL, L. (2003): A házon kívüli étkezés szerepe a háztartási költségvetési felvétel adatai alapján, [Budapest: KSH] (Időszaki tájékoztató)

PECZE, D. (2003): Time spent by households on eating cooking and doing the dishes. [50–51. p.] In: Abstracts. „Lippay János – Ormos Imre – Vas Károly” Scientific Conference. Budapest, Hungary November 6-7, 2003

PECZE, D. (2004): Time Spent on Cooking and Doing the Dishes in Villages Compared to Larger Settlements. [153–160. p.] In: Full Papers. 3rd International Conference for Young Researchers. Gödöllő, Hungary September 28–29, 2004

PECZE D., SZÉKELY G. (2004): Az aktív keresős és a nyugdíjas háztartások zöldség-, gyümölcsfogyasztásának összehasonlítása. *Élelmezési Ipar*, LVIII (7) 209–214. p.

PECZE, D., SZÉKELY, G. (2005): Consumption of Fruits and Vegetables in Different Age Groups. [511–518. p.] In: Full Papers. Marketing, Contemporary Significance and Perspectives. Cluj-Napoca, Romania November 5-6, 2005

POLLARD, J., GREENWOOD, D., KIRK, S., CADE, J. (2001): Motivations for fruit and vegetable consumption in the UK Women's Cohort Study. *Public Health Nutrition*, 5 (3), 479–486. p.

SZÓKE, M. (2001): A 90-es évtized hazai élelmiszerfogyasztásának jellemző vonásai, II. rész. *Konzervújság*, 49 (4) 91–94. p

TAMUS, A.(1998): A fogyasztói magatartás tényezői a gyümölcsfélék piacán, Doktori értekezés, Gödöllő

*Kiss Oszkár Zsolt PhD hallgató
Budapesti Corvinus Egyetem
Menedzsment és Marketing Tanszék*

*Pecze Dénes PhD hallgató
Budapesti Corvinus Egyetem
Menedzsment és Marketing Tanszék*

*Székely Géza egyetemi docens
Budapesti Corvinus Egyetem
Menedzsment és Marketing Tanszék*