

سبد مطلوب غذای ایرانیان در وزارت بهداشت تعریف شد

۱۳۹۱/۰۷/۲۹ - ۱۳:۴۲

بر اساس این سبد غذایی، هر فرد ایرانی باید روزانه ۳۲۰ گرم نان، ۱۰۰ گرم برنج، ۲۰ گرم ماکارونی، ۲۶ گرم حبوبات، ۷۰ گرم سیب زمینی، ۲۸۰ گرم سبزی، ۲۶۰ گرم میوه، ۴۸ گرم گوشت قرمز، ۵۰ گرم گوشت سفید، ۲۴ گرم تخم مرغ، بین ۲۲۵ تا ۲۴۰ گرم شیر یا لبنیات، ۳۵ تا ۴۰ گرم روغن و ۴۰ تا ۵۰ گرم قندوشکر مصرف کند.

معاون وزیر بهداشت گفت: مطابق قانون برنامه توسعه پنجم، سبد غذای مطلوب ایرانیان در وزارت بهداشت با همکاری دستگاههای مسئول دیگر طراحی و تعریف شد و به زودی از دولت ابلاغ و جزئیات آن اعلام می‌شود.

علیرضا مصداقی نیا افزود: سبد غذایی مطلوب ایرانیان حاوی میزان کالری و ریز مغذی‌های لازم و ضروری برای هر یک از گروههای سنی است که باید به صورت روزانه مصرف شود.

وی ادامه داد: این سبد غذایی اکنون تعریف شده و طی دو هفته آینده از سوی دولت به دستگاههای اجرایی ابلاغ می‌شود.

معاون وزیر بهداشت در پاسخ به این پرسش فارس که اگر برخی گروههای مردم توانایی تأمین و خرید اقلام لازم در سبد غذایی مطلوب را نداشتند، دولت چه اقدام می‌کند، گفت: وزارت بهداشت تعریف سبد غذایی مطلوب را مطابق قانون انجام می‌دهد و در صورتی که دولت این سبد غذایی را تصویب کند حتماً دستگاههای مسئول دیگر برنامه‌هایی برای تأمین حداقل نیازهای افراد آسیب‌پذیر خواهند داشت.

وی ادامه داد: مطالعات وزارت بهداشت نشان می‌دهد، وضعیت تغذیه مردم از ۵ سال پیش بهتر شده و میزان سوء تغذیه طی این مدت کمتر شده است.

پیش از این در سال ۸۷ پریسا ترابی، کارشناس تغذیه وزارت بهداشت از تدوین سبد غذایی مطلوب ایرانیان در وزارت بهداشت خبر داده بود و گفته بود: سبد غذایی مطلوب برای همه گروههای سنی شامل کودکان یک تا ۲ سال، کودکان ۳ تا ۶ سال، افراد ۸ تا ۱۸ سال، گروه سنی ۱۸ تا ۶۰ سال که بزرگسالان هستند و گروه سنی ۶۰ سال به بالا که سالمندان هستند به‌طور جداگانه تعریف شده است.

وی گفته بود: یک سبد غذایی جداگانه نیز برای گروه مادران باردار تنظیم شده است. قرار بود، این سبد غذایی از سوی، وزارت رفاه، وزارت بازرگانی و دستگاههای مختلف دیگر اجرایی شود و علاوه بر اصلاح سرانه مصرف مواد غذایی در کشور، گروههایی که به‌علت مشکلات مالی امکان تهیه سبد غذایی مطلوب را ندارند، مورد حمایت قرار گیرند.

ترابی گفته بود: بر اساس این سبد غذایی، هر فرد ایرانی باید روزانه ۳۲۰ گرم نان، ۱۰۰ گرم برنج، ۲۰ گرم ماکارونی، ۲۶ گرم حبوبات، ۷۰ گرم سیب زمینی، ۲۸۰ گرم سبزی، ۲۶۰ گرم میوه، ۴۸ گرم گوشت قرمز، ۵۰ گرم گوشت سفید، ۲۴ گرم تخم مرغ، بین ۲۲۵ تا ۲۴۰ گرم شیر یا لبنیات، ۳۵ تا ۴۰ گرم روغن و ۴۰ تا ۵۰ گرم قندوشکر مصرف کند.

وی افزود: این میزان تخمینی برای یک سبد غذایی مطلوب است، البته در سبد غذایی مطلوب ایرانیان که بر اساس قانون برنامه توسعه چهارم باید تا سال ۸۸ برای هر فرد ایرانی اجرایی می‌شد، جزئیات بیشتری در سبد غذایی هر فرد ایرانی از جمله میزان مصرف مغزها، چای یا ماهی هم می‌آمد.

به گفته وی مهمترین موضوعی که در الگوی مصرف مواد غذایی ایرانیان وجود دارد و بیشترین تفاوت را با الگوی مواد غذایی مطلوب نشان می‌دهد، میزان بالای مصرف نان و غلات است که حتماً لازم است، تعدیل شود و از طرفی باید میزان مصرف گروه میوه‌ها و سبزی‌ها در کشور افزایش یابد؛ البته این افزایش به‌طور سریع اتفاق نمی‌افتد و نمی‌توانیم انتظار داشته باشیم، میزان متوسط مصرف میوه‌ها در کشور یک دفعه از ۴۰ گرم به ۶۰ گرم افزایش یابد.

ترابی در سال ۸۷ گفته بود: میزان متوسط مصرف برنج در سال ۸۳ حدود ۳۷ کیلوگرم در سال بوده است، سیب زمینی ۴۰ کیلوگرم، حبوبات ۷ کیلوگرم، قندوشر ۲۶ کیلوگرم، گوشت قرمز ۸.۱۱ کیلوگرم، گوشت مرغ ۵.۱۶ کیلوگرم، ماهی ۷ کیلوگرم، تخم مرغ ۲.۹ کیلو و شیر ۹ کیلوگرم مصرف سرانه هر ایرانی در سال ۸۳ بوده است. انتظار می‌رفت میزان متوسط مصرف لبنیات نیز در سال ۸۷ به حدود ۱۱۳ کیلوگرم برسد که باید مسئولان وزارت بازرگانی و جهادکشاورزی اعلام کنند آیا به این رقم رسیده‌ایم یا نه.

به گفته وی یکی از مسئولیت‌های اداره بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، فرهنگ‌سازی برای ارتقای سواد تغذیه‌ای مردم است، یکی از اقداماتی که انجام می‌دهد نیز همین است که از طریق دانشگاه‌های علوم پزشکی انجام می‌شود.

فارس

کلیه حقوق متعلق به شبکه خبری صنایع غذایی ایران می باشد.