

Государственное санитарно-эпидемиологическое нормирование  
Российской Федерации

### 2.3. ГИГИЕНА ПИТАНИЯ

**ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ ПО ОЦЕНКЕ ФАКТИЧЕСКОГО  
ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В РАМКАХ ФЕДЕРАЛЬНОГО ПРОЕКТА  
«ЗДОРОВЬЕ ДЛЯ КАЖДОГО»**

Методические рекомендации  
МР 2.3. *0416*-26

Москва 2026

**Организация исследований по оценке фактического питания обучающихся в рамках федерального проекта «Здоровье для каждого».**  
МР 2.3. *0416* -26

1. Разработаны Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (А.Ю. Попова, И.В. Брагина, Т.И. Мурагимов, Е.В. Бобылева); ФБУЗ ФЦГиЭ Роспотребнадзора (Р.К. Фридман, Н.А. Пономаренко, Е.Ю. Козлова); ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» (Д.Б. Никитюк, В.А. Тутельян, А.К. Батулин, Е.А. Смирнова, Э.Э. Кешабянц, Н.Н. Денисова, К.В. Кудрявцева, Э.А.-С. Шахвалиева, М.С. Андропова); ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (И.И. Новикова, С.П. Романенко).

2. Утверждены руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю. Поповой «*22*» *февраля* 2026 г.

3. МР 2.3. *0416* -26 введены взамен МР 2.3.0370-25 «Организация исследований по оценке фактического питания обучающихся в рамках федерального проекта «Здоровье для каждого», утвержденных руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 24.03.2025.

УТВЕРЖДАЮ  
Руководитель Федеральной службы  
по надзору в сфере защиты прав  
потребителей и благополучия человека,  
Главный государственный санитарный  
врач Российской Федерации



А.Ю. Попова

2026 г.

### 2.3. ГИГИЕНА ПИТАНИЯ

## ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ ПО ОЦЕНКЕ ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В РАМКАХ ФЕДЕРАЛЬНОГО ПРОЕКТА «ЗДОРОВЬЕ ДЛЯ КАЖДОГО»

Методические рекомендации  
МР 2.3. *0416* -26

### I. Общие положения и область применения

1.1. Настоящие методические рекомендации (далее – МР) содержат подходы к подготовке и проведению исследований по оценке фактического питания обучающихся образовательных организаций (далее – ОО) в возрасте от 12 до 23 лет (далее – исследования), проводимых в рамках мероприятий федерального проекта «Здоровье для каждого», входящего в национальный проект «Продолжительная и активная жизнь», реализуемых Роспотребнадзором.

1.2. Исследование, подходы к подготовке и проведению которого изложены в настоящих МР обеспечивает преемственность с мониторинговыми исследованиями питания обучающихся общеобразовательных организаций трех возрастных групп (2-е, 5-е и 10-е классы), реализованных в рамках мероприятий федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» (далее – ФП УОЗ), входящего в национальный проект «Демография» в период с 2019 по 2024 гг. в 85 субъектах Российской Федерации.

Результаты мониторинга 2025 года, проведенного в 16 субъектах федерации, показали снижение качества рациона при переходе обучающихся на последующие уровни образования – от школы к среднему профессиональному и высшему

образованию. По мере смены образовательной среды характер питания ухудшался, что отражало усиливающееся расхождение между знанием принципов здорового питания и их реальным соблюдением.

Наиболее заметные изменения затронули регулярность потребления базовых продуктовых групп, формирующих основу сбалансированного рациона. При переходе к профессиональному и высшему образованию уменьшалась доля обучающихся, которые включали рыбу в еженедельный рацион. Одновременно сокращалась доля лиц, ежедневно употреблявших фрукты, овощи и молочные продукты; наиболее выраженное снижение этих показателей выявлено среди студентов вузов по сравнению со школьниками. В целом учащиеся старших образовательных ступеней реже соблюдали рекомендуемую структуру питания и чаще формировали рацион с недостаточной представленностью продуктов - источников полноценного белка, витаминов и минеральных веществ.

Существенное влияние оказывали и условия проживания. Обучающиеся, проживавшие в общежитиях или отдельно от родителей, реже придерживались принципов здорового питания по сравнению с теми, кто жил в семье. Эти данные свидетельствуют о формировании менее благоприятной модели питания в период начала самостоятельной жизни и изменения социальной среды. Полученные результаты подтвердили необходимость разработки адресных профилактических и образовательных мероприятий, направленных на поддержание качества рациона обучающихся в периоды перехода между уровнями образования.

Региональная оценка структуры и качества питания детей и молодежи, степени влияния внешней среды на формирование рациона, позволит обосновать действенность управленческих решений по оптимизации питания целевой группы обследуемых, снижению негативного влияния внешней среды на их рацион.

1.3. Основные задачи мониторинга питания в организованных коллективах в 2026 г:

– оценка антропометрических показателей детей и взрослых, обучающихся в ОО;

– оценка распространенности алиментарных факторов риска хронических неинфекционных заболеваний (далее – ХНИЗ), режима питания, частоты потребления отдельных пищевых продуктов и блюд в организованном коллективе и дома, физической активности и других показателей, характеризующих образ жизни;

– актуализация реализуемых обучающих (просветительских) программ по вопросам здорового питания, а также разработка региональных рекомендаций по улучшению питания населения целевой возрастной группы.

1.4. Общую координацию работ по проведению исследований выполняет ФБУЗ «ФЦГиЭ» Роспотребнадзора, организацию исследований в субъектах Российской Федерации обеспечивают территориальные органы Роспотребнадзора, научное и методическое сопровождение исследований – ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» и ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора.

1.5. В настоящих МР описана последовательность этапов проведения исследования и алгоритм проведения интервьюирования и внесения результатов в автоматизированную систему сбора и анализа результатов.

1.6. МР предназначены для органов и организаций Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 30 субъектов Российской Федерации, принимающих участие в 2026 году в реализации федерального проекта «Здоровье для каждого», входящего в национальный проект «Продолжительная и активная жизнь»<sup>1</sup>.

## II. Организация и проведение исследований

2.1. Исследование состоит из 3 этапов: подготовительный (01.04. – 20.05.2026), мониторинговый (14.04. – 20.06) и заключительный (до 15.10.2026).

2.2. Подготовительный этап предусматривает:

– направление информации об ответственных лицах от территориальных Управлений Роспотребнадзора, центров гигиены и эпидемиологии и ФБУН за организацию и координацию работ по проведению исследования в субъекте Российской Федерации в редактируемом виде в табличном редакторе (приложение 1 к настоящим МР) в ФБУЗ «ФЦГиЭ» Роспотребнадзора и ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора;

– формирование коллектива исследователей, обучение интервьюеров и ответственных лиц методическим основам проведения исследования и внесения полученной информации в автоматизированную форму сбора и анализа результатов интервьюирования, разработанную ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора;

– информирование органов субъектов Российской Федерации, осуществляющих государственное управление в сфере образования (далее – региональные органы управления образованием) о проведении исследования (приложение 2 к настоящим МР), его задачах в соответствии с целями федерального проекта «Здоровье для каждого», входящего в национальный проект «Продолжительная и активная жизнь»;

– подготовку выборки ОО в субъекте Российской Федерации;

– взаимодействие с ОО по организационным вопросам проведения исследования, в том числе согласование проведения исследования с руководителями ОО в субъекте Российской Федерации (контингенты (классы, группы) и график проведения интервьюирования (даты и время));

– тиражирование анкет (приложения 3 и 4 к настоящим МР), информированных согласий (приложение 5 к настоящим МР); (в случае принятия решения о проведении анкетирования с использованием бумажного носителя), подготовка электронных устройств для проведения интервьюирования (в случае принятия решения об оперативном внесении результатов в систему по ходу интервьюирования).

<sup>1</sup> Приложение 1 Приказа Роспотребнадзора № 98 от 20.02.2026 г. «О проведении исследований в 2026 г. в рамках реализации ФП «Здоровье для каждого» НП «Продолжительная и активная жизнь».

– формирование выборки обследуемых.

#### 2.2.1. Формирование выборки ОО.

В настоящем исследовании использована систематическая репрезентативная случайная выборка (гнездный метод), сформированная по территориальному принципу на базе ОО. Выборку ОО (юридических лиц) для проведения интервьюирования обучающихся осуществляет ФБУЗ «ФЦГиЭ» Роспотребнадзора на основании реестров ОО по субъектам Российской Федерации.

В выборку включают организации, имеющие коды ОКВЭД: 85.13 (образование основное общее), 85.14 (образование среднее общее), 85.21 (образование профессиональное среднее) и 85.22 (образование высшее).

Для обеспечения надежности выборки в каждом субъекте должно быть отобрано не менее 50 организаций, соотношение видов ОО для каждого субъекта будет определено в зависимости от общего числа организаций по каждому коду ОКВЭД.

Замены ОО должны быть согласованы с ФБУЗ «ФЦГиЭ» Роспотребнадзора и ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии».

Окончательный перечень ОО, согласованный с региональными органами управления образованием, территориальные органы Роспотребнадзора в срок до 06.04.2026 направляют в ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора в редактируемом виде в табличном редакторе Excel через СЭД информацию об организациях, планируемых к проведению интервьюирования в 2026 г. (приложения б к настоящим МР).

ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора в течение трех рабочих дней с момента поступления перечня ОО вносит их в автоматизированную систему сбора и анализа результатов мониторинга.

#### 2.2.2. Формирование выборки обследуемых. Отбор обследуемых для интервьюирования осуществляют методом механической (случайной) выборки.

Контингент обследуемых включает следующие возрастные группы:

- общеобразовательные организации – 12- 13 лет (7 класс) и 15-16 лет (10 класс);
- ОО среднего профессионального образования – 18-19 лет (2 курс);
- ОО высшего профессионального образования – 20-21 год (3 курс бакалавриата или специалитета) и 2 курс магистратуры или 22-23 года (5 курс специалитета).

План выборочной совокупности обследуемых по возрастным группам и типу ОО формирует ФБУЗ «ФЦГиЭ» Роспотребнадзора совместно с ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» на основании данных о численности населения в субъектах федерации и направляет его в территориальные органы Роспотребнадзора. Внесение изменений в план должно быть согласовано.

Отбор обучающихся проводят на основании полного списка обучающихся соответствующей возрастной группы. Список нумеруют и определяют шаг отбора

(отношение общего числа обучающихся к требуемому количеству), случайным образом определяется стартовый номер, после чего отбирается каждый k-й обучающийся.

Недопустимо формирование выборки исключительно из одного учебного класса (группы), если численность возрастной категории позволяет провести случайный отбор.

Итоговый объем выборки обследуемых в субъекте Российской Федерации, а также численность каждой возрастной группы в выборке будут определены в соответствии с демографической структурой населения в субъекте. Общий объем исследования должен составить 1200-1500 человек.

Изменение объема общей выборки, а также подвыборок по возрастным группам и типам ОО, как в большую, так и в меньшую сторону должно быть согласовано с ФБУЗ «ФЦГиЭ» Роспотребнадзора и ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии».

**Территориальные органы обеспечивают учет числа отказов и отсутствующих обучающихся в каждой организации, данную информацию необходимо направить в ФБУЗ «ФЦГиЭ» Роспотребнадзора и ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии».** Замена обучающегося при отказе или отсутствии осуществляется следующим по порядку номеру в исходном списке.

2.3. Взаимодействие с ОО по организационным вопросам проведения исследования и процедуре его реализации:

- контакт с руководителями (кураторами) классов (групп) и формирование списка выбранных для обследования обучающихся;
- интервьюирование руководителей ОО с заполнением карточки организации в срок до 22.04.2026 по общеобразовательным организациям и в срок до 20.05.2026 – по организациям среднего профессионального образования и высшего профессионального образования (приложение 3 к настоящим МР);
- получение информированных согласий от лиц, участвующих в анкетировании и их законных представителей у несовершеннолетних респондентов (приложение 5 к настоящим МР);
- проведение интервью, опрос несовершеннолетних обследуемых проводят вместе с родителями (в соответствии с памяткой интервьюера (приложение 7 к настоящим МР) и анкетой (приложение 4 к настоящим МР), оценку частоты потребления отдельных видов продукции проводят в соответствии с методикой, приведенной в приложении 8 к настоящим МР;
- интервьюирование детей и молодежи с заполнением анкет (приложение 4 к настоящим МР) и внесением данных в автоматизированную форму сбора проводится одновременно в два этапа: общеобразовательные организации в сроки до 16.05.2026, организации среднего профессионального образования и высшего профессионального образования – до 19.06.2026.

– для получения более объективных данных антропометрии рекомендовано заранее просить обследуемых измерить рост и массу тела накануне интервью, рекомендуется предусмотреть возможность проведения замеров массы тела в ОО в дни проведения интервьюирования для лиц затрудняющихся с ответом на этот вопрос;

– оперативное внесение результатов интервьюирования в автоматизированную систему сбора и анализа результатов;

– контроль за сроками проведения исследования, охватом планируемого количества респондентов, внесением результатов интервьюирования в автоматизированную систему сбора данных;

– оценку качества и полноты внесенной информации, удаление дублирующихся записей и некорректно внесенных анкет.

#### 2.4. Проведение интервьюирования.

Перед проведением исследования интервьюеры проходят инструктаж, знакомятся с содержанием настоящих методических рекомендаций и детально с приложениями 3, 4, 7 к настоящему МР. Инструктаж проводится лицом, ответственным за реализацию федерального проекта «Здоровье для каждого» от территориального Управления Роспотребнадзора. По итогам инструктажа все вопросы, включенные в программу интервьюирования, должны быть предельно понятны интервьюерам, поскольку в ходе исследования может возникнуть необходимость дачи пояснений респондентам по отдельным вопросам и все пояснения должны строиться в единообразном ключе.

Информация в соответствии с приложениями 3 и 4 к настоящему МР собирается методом интервьюирования в ходе индивидуальной беседы с каждым респондентом. Не допускается одномоментное анкетирование группы респондентов, а также передача бланков анкет третьим лицам для их заполнения с последующей передачей интервьюерам или иным ответственным лицам территориальных органов и учреждений Роспотребнадзора, участвующим в выполнении работ по федеральному проекту «Здоровье для каждого». Интервьюеры несут личную ответственность за четкость соблюдения правил проведения интервьюирования.

Интервьюирование проводится интервьюером с использованием бумажного носителя, либо без него, обеспечивая внесение информации в ходе интервьюирования непосредственно в автоматизированную форму сбора и анализа результатов интервьюирования, разработанную ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора.

В случае использования бумажного носителя информация переносится интервьюером (или ответственным лицом от организации за работу в Федеральном Проекте «Здоровье для каждого») в течение трех рабочих дней с момента сбора

информации об организации - в цифровой формат, используя ссылку <https://anket.demography.site/login>, логин и пароль.

Для внесения данных интервьюирования в соответствии с приложением 3 к настоящему МР интервьюер входит по ссылке <https://anket.demography.site/login> в личный кабинет территориального управления Роспотребнадзора, вносит логин и пароль, полученные от ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора, входит во вкладку «организации/учреждения», выбирает из списка организаций – нужную, в ней – нажимает на поле «войти под пользователем организации», входит под пользователем организации в систему и нажимает зеленую кнопку «заполнить карточку образовательной организации».

При проведении интервьюирования в соответствии с приложением 7 к настоящему МР, рекомендуется вносить информацию в автоматизированную систему сбора и анализа результатов непосредственно при проведении интервьюирования, исключение могут составлять учреждения, в которых отсутствует устойчивый Интернет. Для внесения результатов интервьюирования в ходе опроса, респонденту необходимо войти в анкету используя ссылку: <https://anket.demography.site/deti-anket/create2025>. В случае использования бумажного носителя информация переносится интервьюером (или ответственным лицом от организации за работу в Федеральном Проекте «Здоровье для каждого») в течение трех рабочих дней с момента сбора информации об организации - в цифровой формат, используя ссылку <https://anket.demography.site/login>, логин и пароль.

2.5. Номер анкете присваивается в автоматическом режиме при введении ее в базу автоматизированной системы сбора и анализа результатов интервьюирования.

2.6. После внесения полученных обезличенных сведений в автоматизированную систему сбора и анализа результатов мониторинга формируется информационный файл по количественным показателям внесенных в базу анкет, в том числе одобренных к анализу, а также количество дублирующихся записей.

2.7. Итоговая оценка количества анкет, подлежащих включению в аналитическую обработку с отметкой о завершении проверки (срок по общеобразовательным организациям – до 01.06.2026; по организациям среднего профессионального образования и вузам – до 01.07.2026). Проверка проводится ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора.

2.8. В рамках заключительного этапа обеспечивается:

Общая проверка корректности внесенной информации и запуск аналитического блока с выгрузкой анкетных и аналитических данных для последующей статистической обработки и анализа. Выгруженные из автоматизированной формы сбора и анализа результатов интервьюирования

материалы направляются в ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» и ФБУЗ «ФЦГиЭ» Роспотребнадзора в соответствии со сроками, регламентированными Приказом Роспотребнадзора № 98 от 20.02.2026 г<sup>2</sup>.

ФБУЗ «ФЦГиЭ» Роспотребнадзора совместно с ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» (по согласованию) обобщает информацию по оценке фактического питания обучающихся и представляет сводный отчет в Роспотребнадзор в срок до 15.10.2026., разрабатывает рекомендации по коррекции рационов питания обучающихся старших классов общеобразовательных организаций с учетом региональных, климатических и национальных особенностей в срок до 01.12.2026.

## **II. Этические вопросы и защита персональных данных**

3.1. Обследование проводится в соответствии с документами по стандартизации<sup>3</sup>.

Протокол исследования рассмотрен и одобрен локальными этическими комитетами ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» (протокол № 3 от 26.03.2025), и ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (протокол № 3 от 24.02.2026) (приложение 9 к настоящим МР).

3.2. Участие в обследовании является добровольным, участник может отказаться от прохождения опроса на любом этапе.

3.3. Заполнение информированного согласия на участие в исследовании участником и его законным представителем (для несовершеннолетних) является обязательным.

3.3. После завершения работ по внесению данных в автоматизированную систему сбора и анализа результатов бумажные экземпляры заполненных анкет и информированных согласий передают в территориальный орган Роспотребнадзора.

3.4. Информированные согласия и анкеты, оформленные на бумажных носителях, хранятся в территориальных органах Роспотребнадзора в соответствии с правилами документооборота. Для обеспечения конфиденциальности полученных при обследовании данных анкеты и информированные согласия хранят отдельно.

<sup>2</sup> Приказ Роспотребнадзора № 98 от 20.02.2026 г. «О проведении исследований в 2026 г. в рамках реализации ФП «Здоровье для каждого» НП «Продолжительная и активная жизнь»

<sup>3</sup> ГОСТ Р 52379-2005 «Национальный стандарт Российской Федерации. Надлежащая клиническая практика», утвержденный приказом Ростехрегулирования от 27.09.2005 № 232-ст.

Приложение 1  
к МР 2.3.0416 -26  
(рекомендуемый образец)

**Информация о лицах, ответственных за организацию и координацию работ по исследованию**

№	Субъект РФ	Ф.И.О.	Должность	Эл. почта	Конт. моб. телефон
Управление Роспотребнадзора					
Центр гигиены и эпидемиологии					
№	Наименование НИО	Ф.И.О.	Должность	Эл. почта	Конт. моб. телефон

**Информация о лицах, ответственных за организацию и координацию работ по исследованию от научно-исследовательских институтов Роспотребнадзора**

№	Наименование ФБУН	Ф.И.О.	Должность	Эл. почта	Конт. моб. телефон

Приложение 2  
к МР 2.3. *0416* -26  
(рекомендуемый образец)

**ИНФОРМИРОВАНИЕ ОРГАНОВ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ВЛАСТИ СУБЪЕКТОВ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В СФЕРЕ ОБРАЗОВАНИЯ О ПРОВЕДЕНИИ  
ИССЛЕДОВАНИЯ**

Министру образования  
субъекта Российской  
Федерации

О содействии в реализации ФП  
«Здоровье для каждого» НП  
«Продолжительная и активная жизнь»

Уважаемый \_\_\_\_\_ !

Комиссией по научно-технологическому развитию Российской Федерации 15 октября 2024 года был согласован паспорт Национального проекта «Продолжительная и активная жизнь», в рамках которого предусмотрена реализация Федерального проекта «Здоровье для каждого».

Федеральный проект предусматривает изучение фактического питания отдельных возрастных групп населения с целью улучшения структуры питания и профилактики заболеваний, связанных с алиментарным фактором, последовательно решая задачи актуализации реализуемых санитарно-просветительских программ по основам здорового питания, разработки региональных рекомендаций по улучшению питания населения, а также формирования предложений по дальнейшему развитию сельского хозяйства и пищевой промышленности в субъектах Российской Федерации для обеспечения благоприятной среды, способствующей здоровому пищевому поведению населения.

Частью Проекта является система выборочных наблюдений за фактическим питанием и физическим развитием обучающихся общеобразовательных организаций, организаций среднего профессионального образования и учреждений высшего образования, которая включает оценку частоты потребления отдельных групп продуктов и блюд, сложившихся стереотипов пищевого поведения, режима питания, физической активности и других показателей образа жизни.

Учитывая стратегические задачи, поставленные Президентом Российской Федерации в Федеральном проекте «Здоровье для каждого», прошу оказать содействие в организации и проведении исследований по оценке фактического питания обучающихся в общеобразовательных организациях, организациях среднего профессионального и высшего образования.

Руководитель территориального  
органа Роспотребнадзора

**КАРТОЧКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ  
УЧАСТВУЮЩЕЙ В ИССЛЕДОВАНИИ**

*(заполняется интервьюером;*

*вход в систему: <https://anket.demography.site/login>; логин и пароль)*

1. Вид образовательной организации (общеобразовательная организация, организация среднего профессионального образования, учреждение высшего образования)
2. Наименование образовательной организации *(указывается краткое наименование)*.
3. Адрес (а)
4. Месторасположение: сельское/городское.
5. Количество обучающихся.
6. Количество имеющихся столовых.
7. Количество имеющихся буфетов.
8. Планируемая дата начала проведения исследования.
9. Планируемая дата завершения исследования.
10. Планируемое количество респондентов к участию в исследовании по возрастным группам с учетом вида образовательной организации.
11. Для общеобразовательных организаций:
  - 11.1. Охват организованным горячим питанием обучающихся 5-9 классов за 2023-24, 2024-25, 2025-26 учебные года в % от обучающихся 5-9 классов в очной форме обучения.
  - 11.2. Охват организованным горячим питанием обучающихся 10-11 классов за 2023-24, 2024-25, 2025-26 учебные года в % от обучающихся 10-11 классов в очной форме обучения.

Дата заполнения карточки \_\_\_\_\_

Ф.И.О. интервьюера заполнившего карточку \_\_\_\_\_

Приложение 4  
к МР 2.3.0416-26  
(рекомендуемый образец)

## АНКЕТА ПЕРСОНАЛЬНОЙ ОЦЕНКИ ПИТАНИЯ И ПИЩЕВОГО СТАТУСА ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

(заполняется интервьюером,  
ссылка для заполнения: <https://anket.demography.site/deti-anket/create2025>)

1. Регион \_\_\_\_\_ 2. Код региона
3. Населенный пункт \_\_\_\_\_
4. Тип населенного пункта: 1 Город  2 Село
5. Тип образовательной организации:
1. Общеобразовательная (средняя школа)  
2. Учреждение среднего профессионального образования  
3. Учреждение высшего профессионального образования
6. Дата опроса
- число                      месяц                      год  
(2 знака)                      (2 знака)                      (2 знака)

### Социально-демографическая информация

7. Дата рождения учащегося/учащейся
- дата                      месяц                      год
8. Возраст учащегося/учащейся (полных лет)
9. Класс (курс обучения)
10. Оцените уровень доходов Вашей семьи
- |                           |     |
|---------------------------|-----|
| Ниже среднего.....        | 1   |
| Средний.....              | 2   |
| ...                       |     |
| Выше среднего.....        | 3   |
| Затрудняюсь ответить..... | 977 |
| Отказ от ответа.....      | 988 |
11. Образование мамы
- |                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| Среднее/Среднее профессиональное..... | 1   |
| Высшее.....                           | 2   |
| ...                                   |     |
| Имеется ученая степень.....           | 3   |
| Затрудняюсь ответить.....             | 977 |
| Отказ от ответа.....                  | 988 |

12. **Образование папы**

Среднее/Среднее профессиональное.....	1
Высшее.....	2
Имеется ученая степень.....	3
Затрудняюсь ответить.....	977
Отказ от ответа.....	988

13. **Где проживает учащийся?**

Дома с родителями.....	1
Дома отдельно от родителей.....	2
В общежитии учебного заведения.....	3
Отказ от ответа.....	988

**Оценка здоровья, образа жизни и режима питания**14. **Скажите, пожалуйста, как Вы сами оцениваете состояние своего здоровья**

Плохое.....	1
Среднее.....	2
Хорошее.....	3
Затрудняюсь ответить.....	977
Отказ от ответа.....	988

15. **Укажите, какой был при последнем измерении вес и рост учащегося/учащейся**

1. Вес учащегося _____, кг	
2. Рост учащегося _____, см	
Затрудняюсь ответить.....	977
Отказ от ответа.....	988

17. **Подскажите, пожалуйста, Вашу среднюю продолжительность сна на этой неделе**

Менее 6 часов.....	1
6-8 часов.....	2
Более 8 часов.....	3
Затрудняюсь ответить.....	977

18. **Оцените Ваш уровень физической активности (занятия физкультурой и спортом, подвижные игры, активная работа по дому, в приусадебном хозяйстве)**

Ежедневно, не менее 40 минут в день.....	1
Ежедневно, но менее 40 минут в день.....	2
2-3 раза в неделю, не менее 40 минут.....	3
2-3 раза в неделю, менее 40 минут.....	4
Не чаще 1 раза в неделю.....	5

Не занимаетесь.....	6
Затрудняюсь ответить.....	977
Отказ от ответа.....	988

**19. Знаете ли Вы о принципах здорового питания?**

Да.....	1
Нет.....	2
Затрудняюсь ответить.....	977
Отказ от ответа.....	988

**20. Где Вы обычно принимаете пищу?**

	Прием пищи	Дома	В обще житии	Столовая/ буфет в образовательной организации	Другие предприятия общепита	Обычно пропускаю этот прием пищи	Затрудняюсь ответить
20.1. Завтра к		1	2	3	4	5	977
20.2. Обед		1	2	3	4	5	977
20.3. Ужин		1	2	3	4	5	977

**21. Сколько раз в день Вы принимаете пищу в будни?**

1-2 раза.....	1
3-4 раза.....	2
5 и более.....	3
Затрудняюсь ответить.....	977
Отказ от ответа.....	988

**22. Сколько раз в день Вы принимаете пищу в выходные?**

1-2 раза.....	1
3-4 раза.....	2
5 и более.....	3
Затрудняюсь ответить.....	977
Отказ от ответа.....	988

**23. Завтракаете ли Вы?**

Всегда.....	1
Не всегда.....	2
Не завтракаю.....	3
Затрудняюсь ответить.....	977
Отказ от ответа.....	988

**24. За сколько часов до сна Вы в последний раз принимаете пищу?**

2-3 часа.....	1
Менее 2 часов.....	2
Непосредственно перед сном.....	3
Затрудняюсь ответить.....	977
Отказ от ответа.....	988

**25. Соблюдаете ли Вы указанные подходы к питанию?**

Подходы к питанию		Да	Нет	Затруд- няюсь ответить	Отказ от ответа
25.1.	Овощи и блюда из овощей (не включая картофель) используете в 2-х и более приемах пищи ежедневно (овощные супы, салаты, гарниры и др.)	1	2	977	988
25.2.	Фрукты ежедневно присутствуют в Вашем рационе в количестве не менее 250-300 г (средний вес яблока, груши, апельсины – 120-130 г)	1	2	977	988
25.3.	Зерновые продукты и блюда из круп (каши и гарниры, крупяные супы, хлеб) присутствуют ежедневно в каждом приеме пищи	1	2	977	988
25.4.	При выборе хлеба и хлебобулочных изделий, Вы отдаете предпочтение продуктам из муки 2 сорта, с присутствием цельных злаков, отрубей и проч.	1	2	977	988
25.5.	Блюда из рыбы присутствуют в Вашем рационе еженедельно	1	2	977	988
25.6.	Ежедневно употребляете 2-3 молочных продукта (включая молочные блюда и напитки)	1	2	977	988

**26. Важно ли для Вас:**

Подходы к питанию		Да	Нет	Затруд- няюсь ответить	Отказ от ответа
26.1.	Включать в рацион достаточное количество овощей и фруктов	1	2	977	988
26.2.	Снижать количество потребляемых жиров	1	2	977	988
26.3.	Употреблять не менее двух молочных продуктов в день	1	2	977	988
26.4.	Включать в рацион достаточное количество хлеба, макаронных изделий и блюд из круп	1	2	977	988

**27. Как часто Вы принимаете витаминно-минеральные комплексы или БАДы?**

Постоянно.....	1
1-2 раза в год курсами.....	2
Принимаю иногда, нерегулярно.....	3
Не принимаю.....	4
Затрудняюсь ответить.....	977

*ИНФОРМАЦИЯ ПО ПОТРЕБЛЕНИЮ СОЛИ***28. Когда Вы готовите еду дома, Вы добавляете при приготовлении соль?**

Никогда.....	1
Иногда.....	2

Всегда.....	3
Отказ от ответа.....	988

**29. Вы досаливаете свою приготовленную еду в тарелке?**

Никогда.....	1
Иногда.....	2
Всегда.....	3
Отказ от ответа.....	988

**30. Какую соль Вы обычно используете?**

Обычную соль.....	1
Йодированную соль.....	2
Обогащённую калием и магнием.....	3
Затрудняюсь ответить.....	977

*ИНФОРМАЦИЯ ПО ПОТРЕБЛЕНИЮ САХАРА*

**31. Добавляете ли Вы сахар, мед, сиропы, варенье и др. в приготовленную еду и напитки?**

Никогда.....	1
Иногда.....	2
Всегда.....	3
Отказ от ответа.....	988

*ФАКТОРЫ РИСКА ОБРАЗА ЖИЗНИ*

**32. Курите ли Вы?**

Не курю и не курил(-а).....	1
Курил(-а), но бросил(-а).....	2
Курю изредка.....	3
Курю ежедневно.....	4
Отказ от ответа.....	988

**33. Употребляете ли Вы алкогольные напитки?**

Да.....	1
Нет.....	2
Отказ от ответа.....	988

**34. Какова в среднем продолжительность Вашего ночного сна?**

Показатели	Продолжительность ночного сна в часах		
Учебные дни	_____	_____	_____
	<i>Подъем</i>	<i>Отбой</i>	<i>продолжительность ночного сна в часах</i>
Выходные дни	_____	_____	_____
	<i>Подъем</i>	<i>Отбой</i>	<i>продолжительность ночного сна в часах</i>

35. Укажите примерное время, проводимое в среднем за компьютером, ноутбуком, планшетом, смартфоном, иными гаджетами в сутки всего (выраженное в часах и минутах)

Показатели	Примерная (обычная) продолжительность в сутки (указывается в часах и минутах)	
	Учебный день	Выходной день
телевизор		
компьютер		
ноутбук		
планшет		
смартфон		
иные гаджеты		

## ИНФОРМИРОВАННОЕ СОГЛАСИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

**Уважаемые родители!**

В рамках Федерального проекта «Здоровье для каждого» Национального проекта «Продолжительная и активная жизнь» проводится опрос по питанию обучающихся в образовательных организациях для разработки мер по его оптимизации.

Просим Вас ответить на вопросы анкеты, которая поможет отразить фактическую ситуацию и Ваше мнение по данному вопросу. Вся полученная информация является конфиденциальной и будет использоваться только в обобщенном виде.

*Спасибо за сотрудничество!*

### **ИНФОРМИРОВАННОЕ СОГЛАСИЕ**

**на участие в исследовании "Мониторинг питания обучающихся в образовательных организациях"**

Я, \_\_\_\_\_ тел.: \_\_\_\_\_

законный представитель (Фамилия, имя обучающегося)

осведомлен(а) исследователем об анкетировании моего ребенка.

Я добровольно соглашаюсь на участие в данном исследовании.

Я извещен(а), что имею право отказаться или в любой момент прекратить участие в данном исследовании.

Подпись: \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

## ИНФОРМИРОВАННОЕ СОГЛАСИЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

**Уважаемый обучающийся!**

В рамках Федерального проекта «Здоровье для каждого» Национального проекта «Продолжительная и активная жизнь» проводится опрос по питанию обучающихся в образовательных организациях для разработки мер по его оптимизации.

Просим Вас ответить на вопросы анкеты, которая поможет отразить фактическую ситуацию и Ваше мнение по данному вопросу. Вся полученная информация является конфиденциальной и будет использоваться только в обобщенном виде.

*Спасибо за сотрудничество!*

### **ИНФОРМИРОВАННОЕ СОГЛАСИЕ**

**на участие в исследовании "Мониторинг питания обучающихся в образовательных организациях"**

Я, \_\_\_\_\_

фамилия, имя, отчество

Я подтверждаю, что мне лично исследователем (педагогическим работником) были разъяснены необходимость и порядок проведения анкетирования.

Я добровольно соглашаюсь на участие в исследовании.

Я извещен(а), что имею право отказаться или в любой момент прекратить участие в исследовании.

Подпись: \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

### Информация об организациях, включенных в план проведения интервьюирования (пример)

№	Муниципальное образование	Омская область	Наименование организации (краткое)	Контактная инф.			Планируемое количество респондентов для интервьюирования (чел. )							
				ФИО ответственного лица	электронная почта (для связи)	моб. тел.	школы	СПО	вузы	Итого				
							12-13 лет	15-16 лет	18-19 лет	20-21 год	22-23 года			
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
1	г. Омск		СОШ № 3	Иванов Иван Иванович	sosh_03@mail.ru	8(913)...	30	28				58		
2	г. Омск		Мед. колледж №1	Петров Пестр Петрович	mk_1@rambler.ru	8(909)...			51			51		
3	г. Тара		Пед. Универ	Смирнов Иван Иванович	pu_tara@list.ru	8(904)...				62	18	62		

## ПАМЯТКА ДЛЯ ИНТЕРВЬЮЕРА

Вы являетесь участником эпидемиологического исследования, цель которого – изучение фактического питания обучающихся общеобразовательных организаций, организаций среднего профессионального и высшего образования.

В период опроса именно интервьюер является основным исполнителем работ и обеспечивает качество конечных результатов исследования. От Вашей добросовестности и ответственности зависят полнота и точность полученных данных.

Вы индивидуально работаете с каждым респондентом, не группируя их, сами задаете вопросы и при необходимости уточняете информацию, самостоятельно вносите результаты интервьюирования в бумажный вариант анкеты, либо сразу в электронную версию.

Содержание анкеты и особенности проведения интервью должны быть тщательно изучены интервьюером до начала работ и учитываться в процессе опроса.

Задача интервьюера при знакомстве с обучающимися – создать доброжелательную, спокойную атмосферу для предстоящей беседы, убедить в важности и необходимости участия в опросе. Уточняющая информация по отдельным вопросам анкеты, в том числе об образовании родителей и доходе семьи может быть получена респондентом по телефону во время интервьюирования. Респонденту должна быть предоставлена возможность измерения массы тела и роста, в случае затруднения получения ответа на данный вопрос.

В своей работе интервьюер исходит из принципа, что он должен выяснять и учитывать подлинные мнения, настроения, пожелания опрашиваемых. Поэтому предложите респондентам отнестись серьезно к тем вопросам, которые ему будут заданы, и попросите их быть открытыми и откровенными. При затруднении ответа на вопрос, интервьюеру необходимо задавать наводящие и уточняющие вопросы для получения взвешенного ответа, максимально отражающего действительность.

После выполнения задания интервьюер в течение трех рабочих дней должен сдать анкеты в территориальное Управление Роспотребнадзора или проинформировать о внесении результатов в цифровой формат непосредственно в ходе интервьюирования (для этих целей возможно использование компьютера, ноутбука, планшета, смартфона; необходимое условие – наличие интернета).

После выполнения задания интервьюер в течение трех рабочих дней должен сдать анкеты ответственному лицу за проведение интервьюирования в данной образовательной организации, закрепленному приказом.

Для оперативного внесения результатов интервьюирования в автоматизированную форму сбора и анализа результатов интервьюирования интервьюер может воспользоваться ссылкой для заполнения анкеты, не требующей дополнительной авторизации <https://anket.demography.site/deti-anket/create2025>.

Комплект сдаваемых материалов включает в себя заполненные анкеты и информированные согласия.

## Оценка частоты потребления отдельных групп продуктов

1. Вопросник анализа частоты потребления пищи разработан с целью общей оценки потребления основных групп пищевых продуктов.

2. Структура вопросника.

Вопросник включает список продуктов и блюд и 8 категорий частот, с которой продукты могли быть употреблены за предшествующий исследованию месяц.

Первые две колонки вопросника содержат порядковый номер и перечень продуктов, объединенных в группы.

Следующие восемь колонок, пронумерованные цифрами 1–8, предназначены для регистрации частоты потребления продуктов.

В последней колонке проставляют номер отмеченной колонки, соответствующей частоте потребления, далее эта цифра будет занесена в программу ввода.

3. Правила заполнения анкеты.

Вопросник должен заполнять интервьюер, прошедший обучение.

Интервьюер называет продукт по порядку перечня и спрашивает обследуемый употреблял ли он этот продукт в течение прошедших 30 дней в течение предшествующего месяца. Если обследуемый ответил, что в течение предшествующего месяца он ни разу не ел указанный продукт, то обязательно заполняют знаком «крест-накрест» ячейку в колонке под номером 1, соответствующая этому продукту. После чего интервьюер переходит к следующему продукту.

Если обследуемый ответил, что он употреблял этот продукт за последние 30 дней, то интервьюер задает вопрос, как часто этот продукт употребляли. При этом интервьюер прочитывает категории частот, предложенные в заголовке колонок 2–8, и выбирает ту частоту, которую называет обследуемый. Интервьюеру следует задать уточняющий вопрос в подтверждение выбранной частоты. Убедившись в частоте потребления, интервьюер зачеркивает «крест-накрест» клетку, соответствующую данному продукту и категории частоты его употребления.

**Примечание: важно! Порядок описания каждого продукта:**

- употреблял ли обследуемый этот продукт в течение истекших 30 дней месяца;
- «Нет» – переход к другому продукту;
- «Да» – выяснение частоты потребления: Как часто употребляли этот продукт?

1) Если обследуемый не употреблял указанный продукт, то ответ однозначно отмечается в колонке 1.

2) Потребление продукта лишь несколько раз в месяц, но явно реже, чем 1 раз в неделю, классифицируют как частоту потребления **1-2 раза в месяц**, и заполняют

знаком «крест-накрест» клетку в колонке **2**.

3) Если обследуемый отвечает, что употреблял продукт примерно 1 раз в неделю или почти каждую неделю, то это нужно классифицировать как потребление **3-4 раза в месяц** и заполнять клетку в колонке **3**.

4) При потреблении продукта несколько раз в неделю, но явно не каждый день, заполняют колонку **4**, что означает частоту потребления **2-3 раза в неделю**.

5) Потребление продукта почти каждый день, но необязательно каждый день, следует расценивать как частоту потребления **4-6 раз в неделю** и заполнять колонку **5**. Но если респондент говорит о потреблении продукта 1 раз каждый день, а и иногда, и более 1 раза в день, то это означает частоту потребления **1-2 раза в день**, при этом заполняют колонку **6**.

6) Интервьюеру необходимо уловить разницу между частотой потребления почти каждый день 4-6 раз в неделю и частотой потребления 1-2 раза в день. Последняя означает регулярное ежедневное потребление продукта хотя бы 1 раз в день.

7) Частота потребления **3-4 раза в день** колонка **7** означает, что респондент употреблял этот продукт в каждый прием пищи – завтрак, обед, ужин или несколько раз в промежутках между приемами пищи (перекусы).

8) Частота потребления **5 и более раз в день** (колонка **8**) означает, что продукт употребляли в течение последнего месяца каждый день много раз, как в основные приемы пищи, так и в промежутках между ними. Например, если респондент большой любитель чая и пьет его как в часы приема пищи, так и между ними, частота потребления чая будет в этом случае 5 и более раз в день.

**Выписка**  
**из протокола заседания локального независимого этического комитета**

ЛОКАЛЬНЫЙ НЕЗАВИСИМЫЙ ЭТИЧЕСКИЙ КОМИТЕТ  
ФБУН «НОВОСИБИРСКИЙ НИИ ГИГИЕНЫ» РОСПОТРЕБНАДЗОРА  
г. Новосибирск, ул. Пархоменко, 7

**Выписка**  
из протокола № 3 от 24.02.2026 г.

Заседание состоялось в помещении по адресу: г. Новосибирск, ул. Пархоменко, 7, в 14:00.

**Присутствовали:**

Председатель: Романенко С.П., к.м.н., заместитель директора по научной работе.

Секретарь: Чуенко Н.Ф., н.с. отдела токсикологии с санитарно-химической лабораторией.

**Члены Комитета по этике:**

Ивлева Г.П., к.м.н., ученый секретарь, заведующая организационно-методическим отделом.

Потеряева Е.Л., д.м.н., профессор, советник директора ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора.

Огудов А.С., к.м.н., заведующий отделом токсикологии с санитарно-химической лабораторией.

Кузьменко М.А., к.м.н., врач клиники профпатологии и профилактики школьно-обусловленных заболеваний ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора.

Независимый эксперт: Кочиков А.А., юрист-консульт.

**Слушали:** Рассмотрение вопроса об одобрении методических рекомендаций «Организация исследований по оценке фактического питания обучающихся в рамках федерального проекта «Здоровье для каждого»».

**Рассмотрены документы:**

1. Заявление на имя председателя Комитета по этике.
2. Проект МР «Организация исследований по оценке фактического питания обучающихся в рамках федерального проекта «Здоровье для каждого» на 26 л. в 1 экз.
3. Информированные согласия для обучающихся, принимающих участие в интервьюировании.

**В обсуждении приняли участие эксперты:**

Ивлева Г.П., Потеряева Е.Л., Огудов А.С., Кузьменко М.А., независимый эксперт Кочиков А.А.

**Заключение:**

В МР представлен алгоритм организации работы органов и организаций Роспотребнадзора с общеобразовательными организациями, организациями среднего профессионального и высшего образования по организации и проведению социологического исследования, содержание анкет, порядок внесения результатов мониторинга и автоматизированную форму сбора и анализа результатов.

**Голосовали:** «за»-5; «против»-0, «воздержался»-0.

**Постановили (единогласно):**

Одобрить представленные документы о подготовке и проведении исследований по оценке фактического питания обучающихся образовательных организаций в субъектах РФ.

Председатель Комитета по этике

С.П. Романенко

Секретарь Комитета по этике

Н.Ф. Чуенко

### Библиографические ссылки

1. Федеральный закон от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».
2. Приказ Роспотребнадзора № 98 от 20.02.2026 г. «О проведении исследований в 2026 г. в рамках реализации ФП «Здоровье для каждого» НП «Продолжительная и активная жизнь».
3. ГОСТ Р 52379-2005 «Национальный стандарт Российской Федерации. Надлежащая клиническая практика».