

А.К. Гоголев

О сбалансированности и качестве питания в России: XIX – начало XXI

О том много чего интересного можно узнать из монографии д.и.н. А.В. Островского ([подборка фрагментов >>](#)), да и от нашего Росстата.

В царской России

«В северных губерниях, например в Смоленской и других, — отмечалось в справочнике Ф.А. Баталина («Справочная книга русского сельского хозяина», 1896 — А.Г.), — норма продовольствия такова: муки ржаной от 1 пуд. 30 фунтов до 2 пуд. в месяц работнику и 1 пуд 20 фунтов — работнице; свиного сала — 3 фунта (постом вместо сала — 1 фунт конопляного масла); крупы ячневой — 10 фунтов... Вместо крупы по желанию артели отпускается по 2 меры картофеля. Капуста, огурцы, бураки и лук отпускаются в неограниченном количестве»...

В конце XIX — начале XX в. фабрично-заводские рабочие потребляли около 19,5 пуд. хлеба, 2,2 пуд. круп, 6,0 пуд. картофеля, 1,4 пуд. мяса, 1,0 пуд. молока и некоторые другие продукты (табл. 144).

Потребление продовольственных продуктов фабрично-заводскими рабочими Европейской России начала XX в., пуд. в год [Таблица 144]

Бюджеты	Хлеб	Крупа	Картофель	Мясо	Молоко
СПб., 1908	22,1	0,8	9,4	1,5	1,6
Баку, 1910	16,0	0,7	5,2	2,1	1,2
Москва, 1881	20,3	5,1	3,3	0,6	0,2
В среднем	19,5	2,2	6,0	1,4	1,0

Рис. 1

Питание дореволюционного крестьянства и рабочих не только не соответствовало современным нормам потребления, но и значительно отличалось от того уровня, который был достигнут к тому времени в наиболее развитых странах.

Сопоставление с Францией начала XX века

Чтобы убедиться в этом, достаточно сравнить потребление основных продуктов продовольствия в России и во Франции начала XX в.

Суточные нормы потребления в России и во Франции начала XX в. [Таблица 145]:

В начале XX в. русский крестьянин потреблял в 2,6 раза больше хлеба и в 1,8 раза больше картофеля, но в 2,7 раза меньше овощей и фруктов, в 7,4 раза меньше мяса и рыбы и в 1,3 раза меньше молока, чем французский крестьянин. Примерно

таким же образом обстояло дело с рационом питания российского и французского рабочих.

Продукты питания	Крестьяне		Рабочие	
	Россия	Франция	Россия	Франция
Хлеб	855,6	330,0	787,4	252,0
Картофель	366,2	200,0	259,1	100,0
Овощи и фрукты	142,1	380,0	124,8	280,0
Мясо и рыба	78,1	580,0	138,0	578,0
Молоко	365,1	465,0	142,2	443,4

Рис. 2

В первые годы XX века и при Советской власти

«Нормы продовольствия сельского населения России вывел А. В. Чаянов: на основании бюджетных данных по 12 губерниям, которые были признаны наиболее точными, в среднем на душу населения потреблялось 15,62 пуд. хлеба (в год — А.Г.), 9,00 пуд. картофеля, 3,64 пуд. овощей, 1,36 пуд. мяса, 6,81 пуд. молока и молочных продуктов в переводе на молоко, 0,23 пуд. сахара и 32 яйца.

Если же принять в расчёт признанные менее точными бюджетные данные ещё по семи губерниям, картина получится немного иная: 16,08 пуд. хлеба, 8,93 пуд. картофеля, 3,91 пуд. овощей, 1,45 пуд. мяса, 8,47 пуд. молока и молочных продуктов в пересчёте на молоко, 0,22 пуд. сахара и примерно 38 яиц.

Сопоставляя эти показатели с советскими физиологическими нормами, можно заметить, что крестьяне потребляли около 10% необходимого количества сахара и яиц, 25% мяса, 30% молока и молочных продуктов, 40% овощей.

Недопотребление этих продуктов компенсировалось более значительным потреблением картофеля — 154% и хлеба — 165%.

В среднем один рабочий в течение года потреблял около 30 пуд. зерна, из них — 24 пуд. в виде печёного хлеба и мучных изделий и 6 пуд. крупы. Эти показатели значительно превосходят средний уровень крестьянского потребления. И в этом нет ничего удивительного, так как крестьянские бюджеты характеризуют потребление «среднего человека», т. е. с учётом детей, стариков и т. д., а приведённые выше данные — только взрослых работников. К тому же ещё в дореволюционной литературе было обращено внимание, что «положение рабочего, привязанного к наделу, оказывается хуже, чем положение рабочего, свободного от этой привязи».

К концу I-ой Мировой войны

Однако когда в 1917 г. в условиях войны и острого продовольственного кризиса Временное правительство ввело продовольственную норму в пределах 1 пуд. и 10 фунтов в месяц, т. е. 15 пуд. в год, бывший председатель IV Государственной думы М. В. Родзянко обратился к премьер-министру князю Г. Е. Львову с письмом, в котором говорилось:

«...Норма продовольствия, исчисляемая в 1 пуд 10 ф. зерна на человека в месяц, равносильна сокращению питания ровно вдвое».

Следовательно, по мнению бывшего спикера, на одного человека в среднем требовалось до 30 пуд. в год. Вероятнее всего, в данном случае имелся в виду расход зерна не только на питание, но и на фураж. Во всяком случае, 15-пудовая продовольственная норма представлялась бывшему спикеру сильно заниженной.

Как исчисляли норматив в Армии

Чтобы иметь более полное представление о существовавшем в дореволюционной России конца XIX – начале XX в. потреблении продовольственных продуктов, обратимся к тем нормам, которые использовались в армии. Ещё в 1720 г. довольствие солдата было определено в «3 четверти муки, считая в четверти без куля 7 пудов 10 фунтов» (21,75 пуд.) и «1,5 четверика круп» (1,5 пуд.). Эта норма просуществовала почти без изменений до 1872 г., когда расход муки был сокращён до 20,7 пуд., а расход круп увеличен до 3 пуд.

В 1905 г. военное министерство сочло необходимым подвергнуть пересмотру существовавшие пищевые раскладки, однако норма потребления хлеба была оставлена без изменения.

Дневное потребление в армии составляло 900 г ржаного и 300 г пшеничного печёного хлеба (норма припёка 38%) при употреблении в скоромные дни 300 г мяса. А поскольку в дореволюционной России насчитывалось около 200 постных и 165 скоромных дней, это даёт в год около 50 кг, или примерно 3 пуд. мяса. Принимая указанную норму припёка, дневной расход хлеба на одного солдата можно определить в 870 г муки, а принимая выход муки в пределах 75%, — в 1160 г. зерна в день (25,8 пуд. в год).

Подобная норма была сохранена и в Красной армии. Норма потребления хлеба в РККА составляла не менее 424 кг (374 кг хлеба и 50 кг крупы).

Это примерно 26 пуд. При этом предполагалось потребление мяса (33,8 кг, 2,1 пуд.) и рыбы (110,5 кг, 6,7 пуд.).

Нормативы первых лет СССР

Насколько же эти нормы соответствовали потребностям человека?

«Суточный пищевой рацион взрослого едока до 2500 калорий, — констатировалось в одном из изданий ЦСУ СССР 1920-х гг., — достаточен при небольшой работе (относительном покое), 2500–3000 калорий — при лёгкой работе, 3000–3500 калорий — при умеренной (средней) работе, 3500–4000 калорий — сильной, свыше 4000 калорий — при тяжёлой и лишь для очень тяжёлой работы требуется свыше 4500 калорий на взрослого едока».

Тогда же и тоже на основании анализа калорийности пищи Лохтин пришёл к выводу, что одному «среднему человеку» необходимо 2,13 фунта хлеба в день, 19,4 пуд. зерна в год, и что «для умеренного пропитания (без корма скоту)» этот показатель можно округлить до 1,5 пуд. в месяц, или 18 пуд. в год.

Интересно, что подобная норма на основании практического опыта была предложена ещё до отмены крепостного права. Так, уже упоминавшийся И. Я. Вилькинс писал:

«Муки ржаной на взрослого по 1 пуд. и 27 фунтов в месяц или зернового по 1,5 четверти, а в год две четверти два четверика» (без «круп, гречневой, овсяной, житной (ячменной)»).

Четверть — около восьми пудов, четверик — одна восьмая четверти, или около пуд. Следовательно, «две четверти два четверика» — это около 18 пуд.

Для понимания того, насколько 18-пудовая норма близка к действительности, можно привести следующие данные: в конце XIX в. потребление хлеба составляло в Швеции — 17,1 пуд., в Австро-Венгрии — 17,8, в Великобритании — 18,4, в Германии — 18,6, во Франции — 19,0, в Бельгии — 21,1.

С учётом всего этого представляется вполне допустимым руководствоваться в дальнейшем 18-пудовой продовольственной нормой. Это означало потребление 1,5 пуд. (24,6 кг) хлеба в месяц или же около двух фунтов (820 г) в день.

Существует мнение, что «1 кг зерна эквивалентен 3 тыс. калорий». В таком случае 18-пудовая норма позволяла получать 2460 калорий в день — минимум, необходимый для поддержания жизни организма взрослого человека (состояние относительного покоя).

Между тем разные хлеба имеют разную калорийность: килограмм пшеницы даёт 3055 калорий, ржи — 2865, ячменя — 2665, овса — 1975. А поскольку главным крестьянским хлебом была рожь, 18-пудовая норма могла обеспечить получение 2350 калорий в день.

В связи с этим П. Лохтин считал («Состояние сельского хозяйства в России сравнительно с другими странами: Итоги к XX веку», 1901 — А.Г.), что потребление зерна в размере 15–18 пуд. в год на человека является «границей голода», а потребление «менее 15 пуд. равносильно голоду». Как уже отмечалось, именно такую, 15-пудовую норму в 1917 г. в условиях обостряющегося продовольственного кризиса пыталось ввести Временное правительство.

Нормы питания в послевоенные годы и после распада СССР

Существовавшие в советское время продовольственные нормы предусматривали потребление хлеба и хлебопродуктов в количестве 120 кг на одного человека в год (в переводе на муку из расчёта 75% выхода муки)... Одновременно с этим предполагалось потребление картофеля до 95 кг, овощей — 160 кг, мяса — 95 кг, рыбы — 16 кг, молока — 480 л, сахара — 42 кг, яиц — 365 шт.

Сельское хозяйство СССР не могло обеспечить продовольственный рацион населения в соответствии с приведёнными выше нормами. Главным образом это касалось продуктов животного происхождения. Поэтому советские люди были вынуждены покрывать их недопотребление за счёт продуктов растительного происхождения (табл. 139).

Потребление основных продуктов питания в СССР (1950–1980 гг.) [Таблица 139] —
(Автор не означил единицы измерения. Похоже, здесь «г» и «мл». — А.Г.)

Продукты	Норма	1950	1960	1970	1980
Хлеб	160	229	219	200	184
Картофель	95	241	143	130	109
Овощи	160	51	70	82	97
Мясо	95	26	40	48	58
Рыба	16	7	10	15	18
Молоко	480	172	240	307	314
Сахар	42	12	28	38	44
Яйца	365	60	118	159	239

Рис. 3

Далее приводится сводная таблица по данным А. В. Островского (конспект его монографии [см. здесь, 10.3 Mb >>](#)):

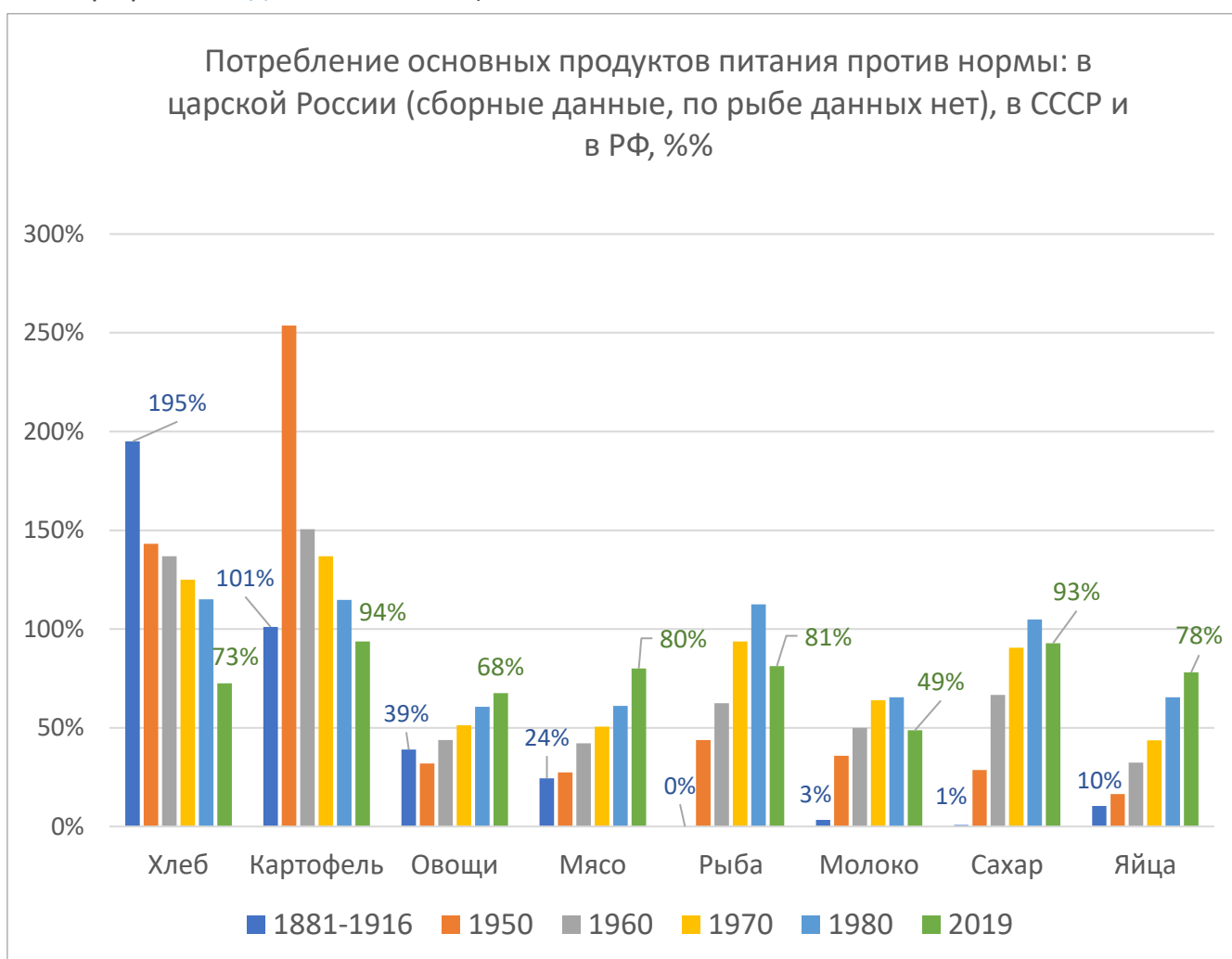


Рис. 4. Потребление основных продуктов питания против нормы: в царской России (сборные данные, по рыбе данных нет), в СССР и в РФ, %%. По данным А.В. Островского и информационно-аналитическим материалам Госкомстата (кроме данных по потреблению рыбы), <https://rosstat.gov.ru/compendium/document/13278?print=1>

И речь не о том, что производится, а о том, что могут себе позволить потреблять люди, и чьими вкусовыми предпочтениями весьма эффективно управляют СМИ. И хотя исчисленные показатели особого доверия не внушают — хотя бы потому, что

статистики сегодня не являются людьми государственными, а исключительно мелко-корпоративными; они с 2017 года подчиняются Минэкономразвития, деятельность которого Росстат, в том числе, и оценивает, — однако тенденции вполне себе внятные. Динамика данных по России за последние полтора столетия в целом положительная. Однако страна в XXI веке так и не дотянула до нормативов питания передовых стран мира.

Наверное, именно в этих итогах заключается эффективность правления нынешней власти в России?

*

Но вот и иные вопросы. Ладно: набор минимальной корзины известен, килокалории, потребные на сутки разным группам людей, подсчитаны. Однако:

- обеспечен ли государством продуктовый объём по каждой позиции корзины?
- все ли граждане способны обеспечить свои семьи этими наборами на 100%?
- о каком качестве продуктов этой корзины идёт речь?
- а объём корзины, например, по мясу, как считался? По ГОСТам времён СССР, или же по местечковому ТУ заводика деревни Васюки, который, например, производит колбасу, в которой натурального мяса и нет вовсе? А если оно и присутствует, то структурно генно-модифицировано.

Попытаюсь найти ответы.

Мало кем из чиновников слышимый грохот фактов

На академическом (или почти-академическом?) фоне ретроспективы статданных следующий поток информации звучит более чем тревожно:

- 1) «ГМ-предрекание» — в третьем поколении поедателей ГМ-продуктов, заполонивших прилавки магазинов, уже не останется людей, способных к деторождению (доказано пока только в опытах на лабораторных мышах);
- 2) сложилась ситуация почти полного отсутствия собственных семян овощей и фруктов, из которых взрослые плоды могли бы оставлять семена, способные к размножению (весь импорт семян в Россию — это ГМ-продукция, не способная к собственному воспроизводству: огурцы-«гомосексуалы», яблоки-«лесбиянки», помидоры-«трансвеститы» и т.п. и т.д.);
- 3) явно не праздничным маршем грохочут чудовищные объёмы скармливания гражданам России не свойственных для страны гадостей (например, пальмового масла), а также мяса свиней, откормленных на шроте из бразильской, и якобы (как нас уверяют) экологичной, а де-факто ГМ-сои, возвращённой там на ГМ-семенах от фирмы Монсанто (США). При том, что с/хозяйство страны производит менее 30% сои, которую перерабатывают заводы (остальное — импорт).

Показатели царской России кажутся «солнышком в окошке» на этом фоне.

Но и это не все «радостные вести», если так взглянуть на диаграмму класса «Живём мы хорошо, здоровье наше хорошее»:



Рис. 5.

Если:

- стоимость минимальной продовольственной корзины в 1913 году составила 17,7 рубля, а в 2025 году — не менее 12 000 рублей, но официально (и, наверное, чтоб людей посмешить?!) — 7 326 руб./мес.;
- средний заработок рабочего был 22,6 рубля в 1913, а в 2025 — 60 000 руб. (в регионах точно обхохочутся);
- подсчитать не госзарплату депутатов, а их доходы по декларациям (они их засекретили от избирателей после 2021 года), **то средний доход депутата — это 4,5 млн рублей в мес.;**
- коллежский асессор — это сегодня чиновник что-то на уровне советника,

то:

- в 1913 году рабочему завести семью в городе — это было что пойти по миру сразу;
- в 2025 году — уже при одном ребёнке расходы на три «продуктовые корзины», как и в 1913 году, оказались существенны, составив более половины единственной в семье зарплаты рабочего, фельдшера, учителя и даже чиновника средней руки (без учёта соцпособия матери);
- начиная с чиновников РФ категории группы «В», что в 1913, что ныне, доля расходов на покупку набора 3-х минимальных продуктовых корзин в бюджете их семей не ощущается вообще никак.

Об изведении национальных традиций и играх «в демографию»

Анализ диаграммы рис. 5 выводит на ещё более тревожную ситуацию: семьи врачи, учителей, рабочих, военных etc. в веке XXI только тогда смогут считать себя ощутимо более успешными против ситуации 1913 года и обеспечить себя хотя бы тремя минимальными наборами питания, когда ребёнка в их семьях станет возможно оставить на попечение дееспособной бабки (хотя бы на время постоянных больничных по уходу за детсадовским ребёнком), что даст возможность матери устроиться на работу или не быть под каким-нибудь предлогом уволенной хозяйном, который устал от её бесконечных больничных по уходу за ребёнком — в конечном итоге, ведь он не подряжался быть филиалом СФР и «матерью Терезой». Однако, с увеличением возраста выхода на пенсию с 2019 года и, соответственно, с учётом порой не лучшего состояния здоровья уже существенно более пожилых бабушек (деды теперь просто до пенсии не доживают, как и в 90-е), эта традиция была изведена на Руси под корень.

Ситуацию наглядно демонстрирует диаграмма рис. 6.

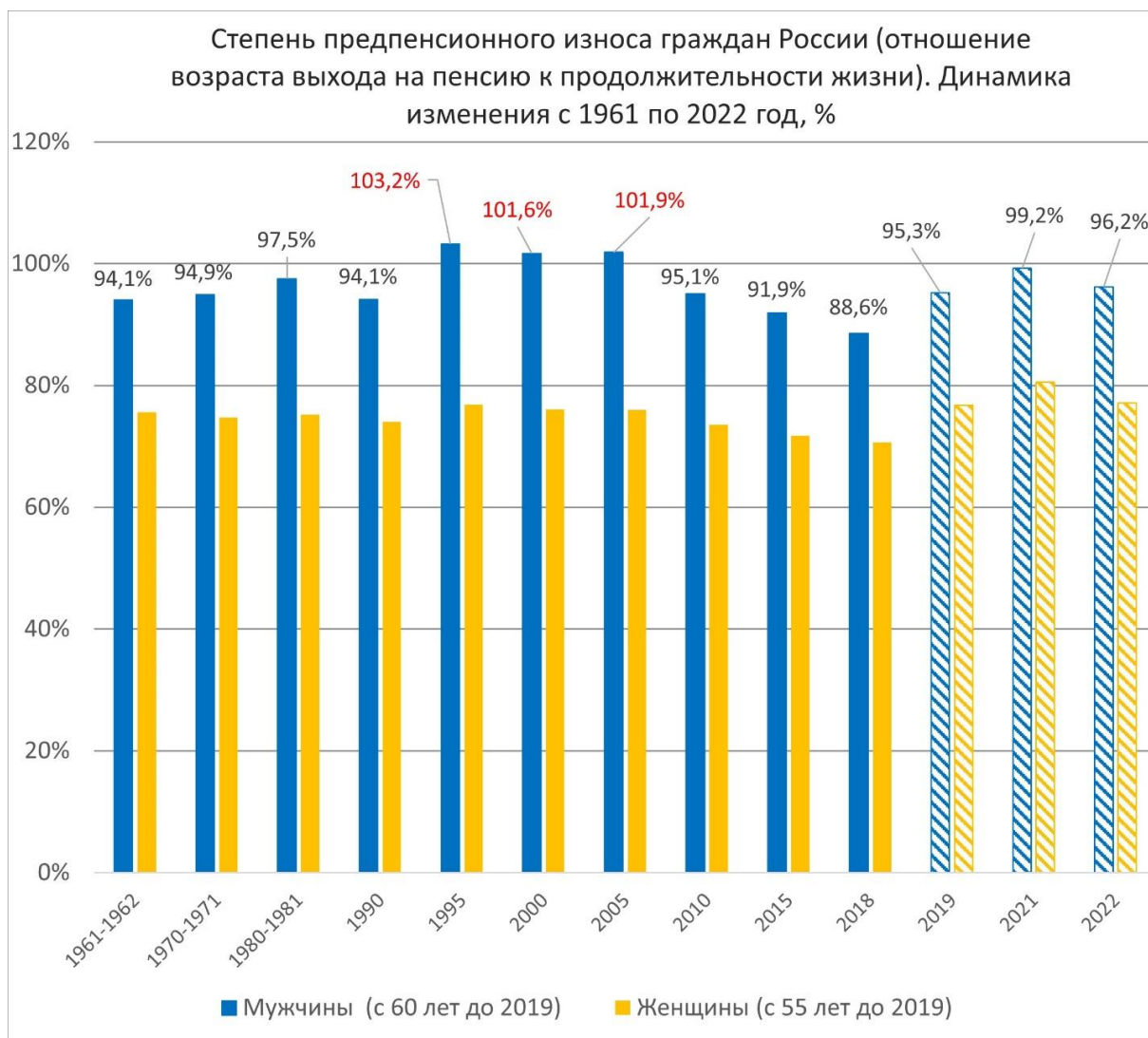


Рис. 6.

С тем ещё учётом её нужно анализировать, что после 2022 года, с началом СВО все данные-исходники для её построения были засекречены. Статистика после 2019 года выделена графически. Полный анализ итогов изведения народных традиций см. в ОК: [«Отличие России от Европы: и ныне, и присно, и во веки веков. И о разном износе людей» >](#); или же здесь, в .pdf-формате, 0,7 Mb >

В итоге, своим федеральным законом № 350 Госдума РФ во главе с тогдашним Гарантом:

- минимум на три года выключила молодых матерей из обоймы трудящегося на производствах населения;
- спровоцировала молодых женщин на более поздние роды, теперь часто подгадываемые по срокам к более поздним датам выхода на пенсию бабушек;
- существенно, вплоть до 80% подняла степень предпенсионного износа женщин;
- так как пожилые люди после нескольких лет не малых забот за своим третьим поколением здоровее не становятся, то о втором ребёнке в молодой семье речи уже нет (лимит времени на помощь исчерпан!);
- у некоторых бабулек, коих не погнали с работы уже в 50 лет, заменив их дешёвыми мигрантами, оказалась существенно изменена психика и ценностные ориентиры. В конечном итоге, [для страт «беспомощных» и «троечников»](#) эти изменения вполне естественны как итог десятилетий впитывания ими стараний СМИ по преклонению России перед Западом (мол, тамошние бабки в шортах по всему миру катаются, а мы тут...), а также бесконечных «бла-бла-бла» властей, которые уже сами устали от прокладки «Красных линий», количеством которых уже давно можно расчертить все дороги столицы внутри МКАД. И уже не редкость услышать: мол, съездить в Таиланд, пообщаться с одногодками в кружках «Долголетия», да и заняться своим собственным здоровьем — куда более интересно, чем возиться со внуками; в конце-то концов — думают некоторые нео-бабки — наши матери в своё время (с 1956 года) имели [56 дней до, и 56 дней после родов](#), а далее — вперёд, «арбайт», а дитя — в ясли, и пусть оно там хоть водопадом соплей изведётся (в Англии температура 37,1 — это вообще не повод для беспокойства!), и ведь выросли, и ничего;
- ну, и конечно же главное, чего ради всё и затевалось — деньги! За счёт недоживших до пенсии мужчин, неуволненных вплоть до «гробовой доски» женщин (см. паноптикум древностей в органах власти и в Думе), а также отказом от инфляционной индексации пенсий работающим пенсионерам с 2016 по 2025 год был сэкономлен расход фонда СФР (ранее ПФР). Непонятно, правда, куда именно пошла экономия, и в каких производственных активах России её можно найти.

[А недавно Госдума предложила](#) побить свой предыдущий «рекорд», увеличив ещё раз возраст выхода на пенсию с тем ещё, очевидно, чтобы и женщины не доживали до пенсии — к чему [призвала депутат С. Бессараб с весьма скромным для Госдумы РФ семейным годовым доходом под 11 млн рублей](#). Или кто-то во власти не понимает, что люди уже давно подобные «предложения» воспринимают

исключительно как типовые тесты самой власти, транслируемые депутатами: «Схаваает это электорат, или нет?». Если люди промолчат, то «В путь!».

Мне это удивительно, но, похоже, власть не осознаёт, что каждый вброс в СМИ-пространство подобной галиматии представляет собой очередной осиновый кол, вбитый в авторитет самой власти! И ведь как тонко вроде бы было рассчитано: ведь депутат — это не чиновник, его нельзя уволить за публичные потоки ахинеи, его вообще нельзя «трогать». Более того: в Думе есть кому нести постоянную ахинею штатно — это, например, весьма многочисленная группа лиц, просто в силу своей прежней профессии (например, принадлежности к Большому спорту) закончивших своё образование где-то уже в 5-ом классе школы, по этой же причине никогда не державших книгу в руках, но ныне регулярно извергающих в веб-пространство потоки вздора, доходя до прямых оскорблений граждан России. Ведь не просто же так при Ельцине был принят Федеральный закон от 08.05.1994 № 3-ФЗ, который блокирует отзыв депутата избирателями, на время созыва оные персонажи вообще неподсудны.

Но ведь где тонко, там и рвётся.

*

И сомневаться не стоит: описанным итогам пенсионной реформы-2019 **особо возрадовались 16 граждан стран НАТО**, окопавшихся на Охотном ряду с удостоверениями депутатов Госдумы РФ.

Наверное, именно в этом состоят преимущества капитализма с социальным лицом, не так ли?

Намерены ли вы и далее верить в искренность политики Гаранта Конституции РФ в области демографической политики в стране и укрепления здоровья населения?

**#продуктовая_корзина #ГМО #баланс_питания #общество #экономика
#двойные_стандарты #изведение_института_бабушек**