

# 上海市餐馆就餐者饮食状况 调查结果分析

上海市疾病预防控制中心  
12.08 广州

# 背景

- 经济发展
  - 餐饮业快速发展
  - 餐馆的食物烹调量数据缺乏
- 在外就餐增加
- 
- ```
graph LR; A[经济发展] --> C[在外就餐增加]; B[餐饮业快速发展] --> C;
```

# 目的

- 研究餐馆就餐者的膳食调查方法
- 了解不同类型餐馆食物摄入量
- 填补餐馆就餐情况的数据空白
- 为科学评价和指导在外就餐提供依据

# 调查对象

- 3个行政区

- 黄浦
- 徐汇
- 奉贤

- 每区：

常菜餐馆（普通菜馆）---桌餐、散客就餐者

中档餐馆---桌餐、散客就餐者

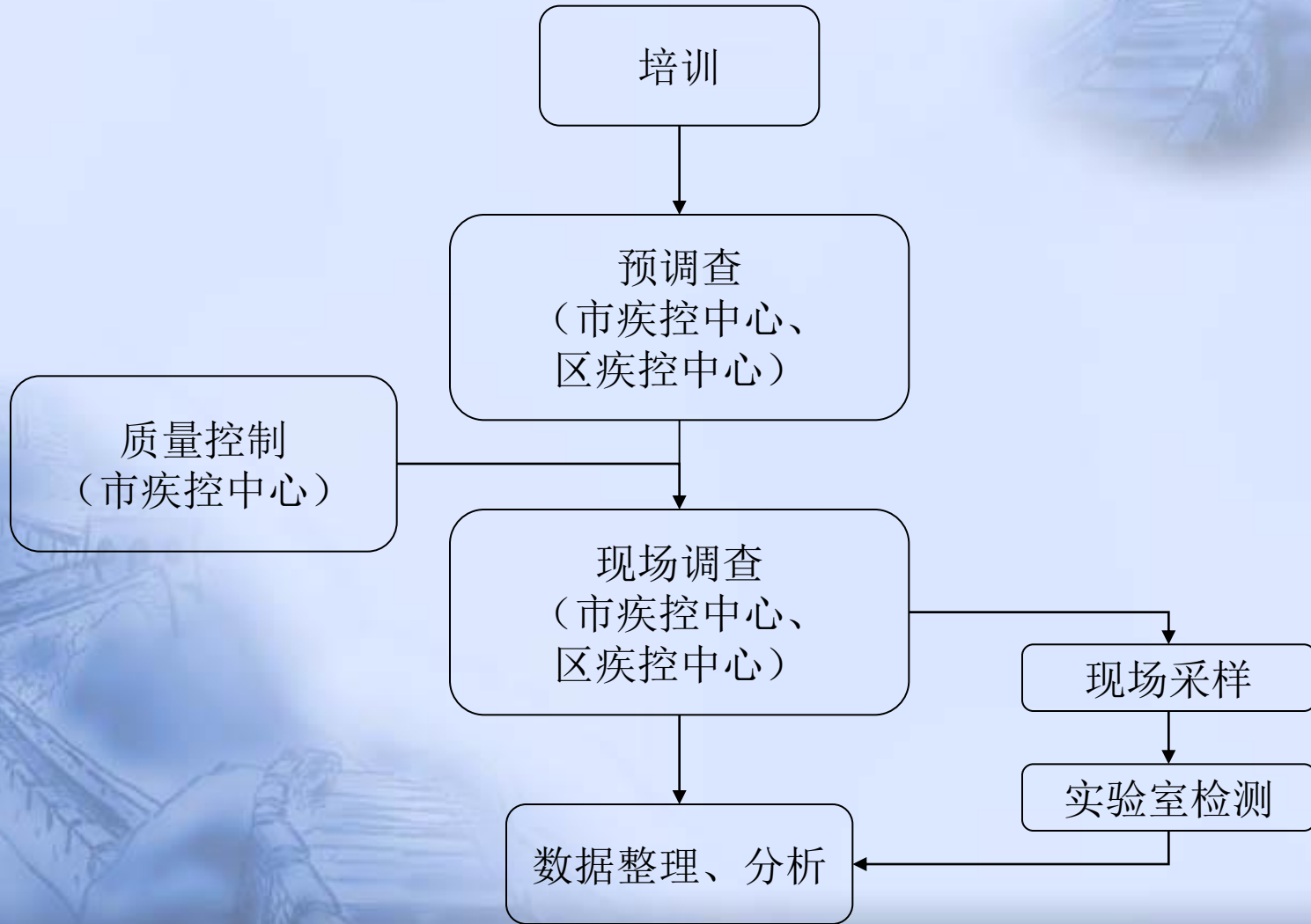
三星级或四星级饭店---桌餐、散客、自助餐就餐者

# 调查对象

- 调查餐次

- 工作日的午餐
- 工作日的晚餐

# 技术路线



# 调查方法

- 称量每道菜肴的主辅料用量及成品重
- 记录观察对象的食物摄入情况

确定用餐者点餐清单，记录用餐者的性别、年龄范围、人数，记录客人用餐前菜肴成品重量和用餐后每道菜肴的剩余量。

- 特殊菜肴食物成分检测：蛋白质、脂肪、碳水化合物、钠

# 调查培训







# 现场调查



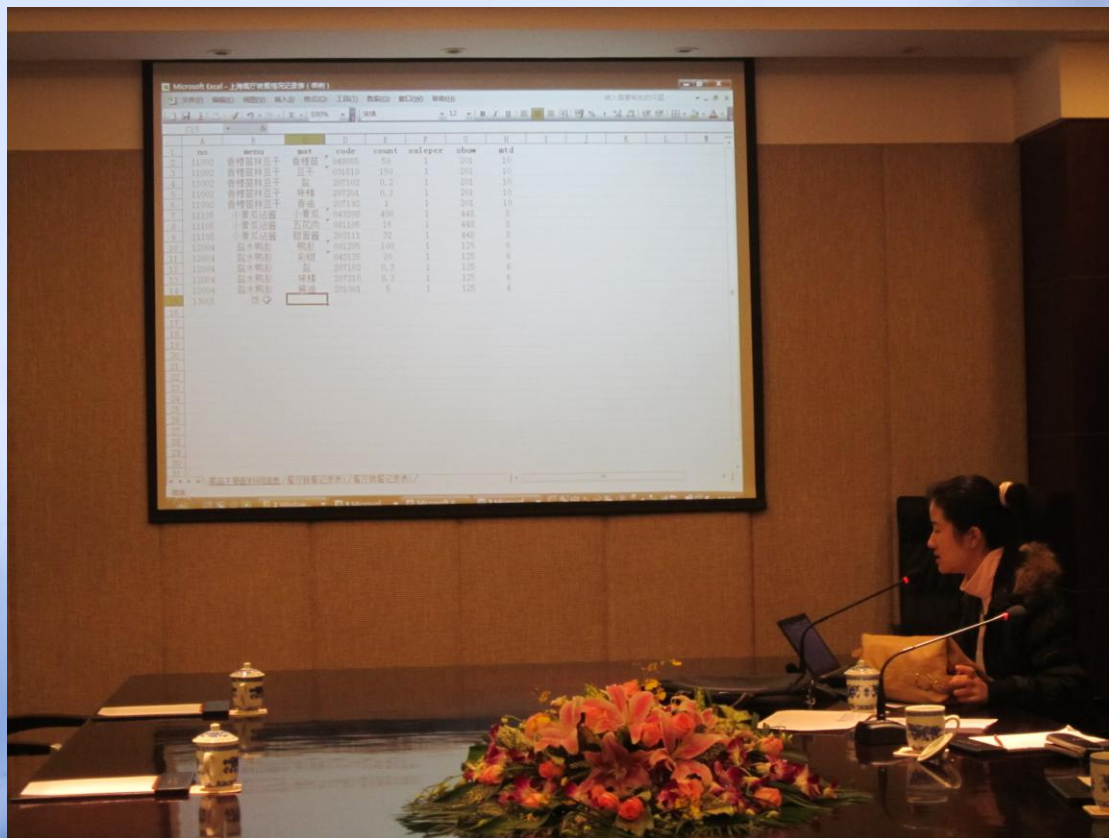
# 现场调查



# 数据处理

- EXCEL软件：数据库
- SAS软件：数据整理、分析

# 数据录入培训



# 数据处理



# 餐馆简介



# 餐馆简介





# 餐馆简介



### 不同就餐类型就餐者性别、年龄构成(%)

| 年龄   | 合计   |       |      |       | 散客  |       |     |       | 桌餐   |       |     |       | 自助餐 |       |     |       |
|------|------|-------|------|-------|-----|-------|-----|-------|------|-------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|
|      | 男性   |       | 女性   |       | 男性  |       | 女性  |       | 男性   |       | 女性  |       | 男性  |       | 女性  |       |
|      | N    | %     | N    | %     | N   | %     | N   | %     | N    | %     | N   | %     | N   | %     | N   | %     |
| 合计   | 1889 | 100.0 | 1207 | 100.0 | 468 | 100.0 | 337 | 100.0 | 1233 | 100.0 | 684 | 100.0 | 188 | 100.0 | 186 | 100.0 |
| 3岁~  | 16   | 0.8   | 22   | 1.8   | 6   | 1.3   | 9   | 2.7   | 10   | 0.8   | 13  | 1.9   | 0   | 0.0   | 0   | 0.0   |
| 6岁~  | 48   | 2.5   | 58   | 4.8   | 12  | 2.6   | 25  | 7.4   | 33   | 2.7   | 32  | 4.7   | 3   | 1.6   | 1   | 0.5   |
| 12岁~ | 62   | 3.3   | 68   | 5.6   | 15  | 3.2   | 13  | 3.9   | 46   | 3.7   | 55  | 8.0   | 1   | 0.5   | 0   | 0.0   |
| 18岁~ | 1736 | 91.9  | 1047 | 86.7  | 430 | 91.9  | 286 | 84.9  | 1122 | 91.0  | 576 | 84.2  | 184 | 97.9  | 185 | 99.5  |
| 70岁~ | 27   | 1.4   | 12   | 1.0   | 5   | 1.1   | 4   | 1.2   | 22   | 1.8   | 8   | 1.2   | 0   | 0.0   | 0   | 0.0   |

### 不同餐次就餐者性别、年龄构成(%)

| 年龄   | 合计   |       |      |       | 午餐  |       |     |       | 晚餐  |       |     |
|------|------|-------|------|-------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|
|      | 男性   |       | 女性   |       | 男性  |       | 女性  |       | 男性  |       |     |
|      | N    | %     | N    | %     | N   | %     | N   | %     | N   | %     | N   |
| 合计   | 1889 | 100.0 | 1207 | 100.0 | 923 | 100.0 | 608 | 100.0 | 966 | 100.0 | 599 |
| 3岁~  | 16   | 0.8   | 22   | 1.8   | 4   | 0.4   | 12  | 2.0   | 12  | 1.2   | 10  |
| 6岁~  | 48   | 2.5   | 58   | 4.8   | 24  | 2.6   | 34  | 5.6   | 24  | 2.5   | 24  |
| 12岁~ | 62   | 3.3   | 68   | 5.6   | 32  | 3.5   | 33  | 5.4   | 30  | 3.1   | 35  |
| 18岁~ | 1736 | 91.9  | 1047 | 86.7  | 843 | 91.3  | 520 | 85.5  | 893 | 92.4  | 527 |
| 70岁~ | 27   | 1.4   | 12   | 1.0   | 20  | 2.2   | 9   | 1.5   | 7   | 0.7   | 3   |

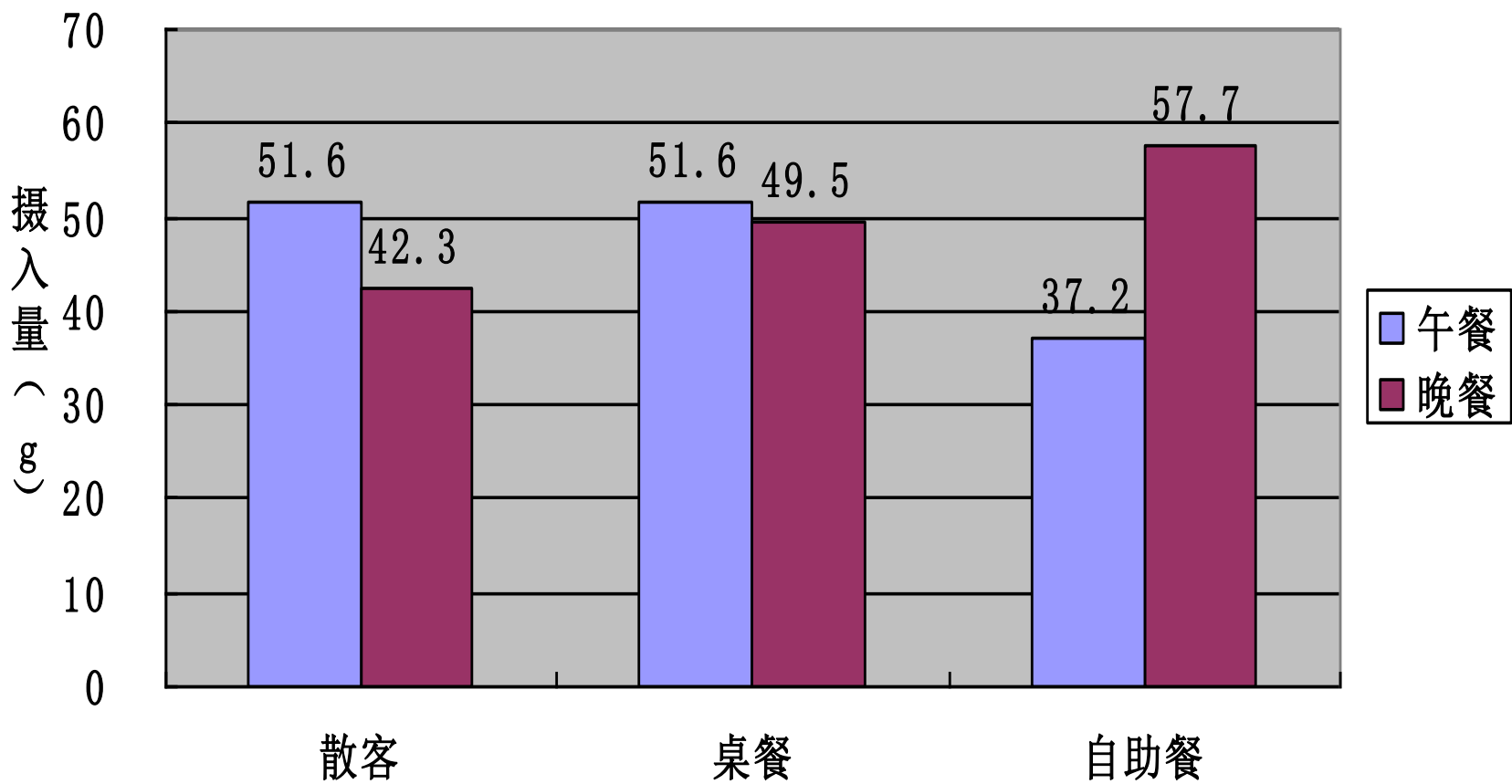
# 结 果

## ■ 实验室检测

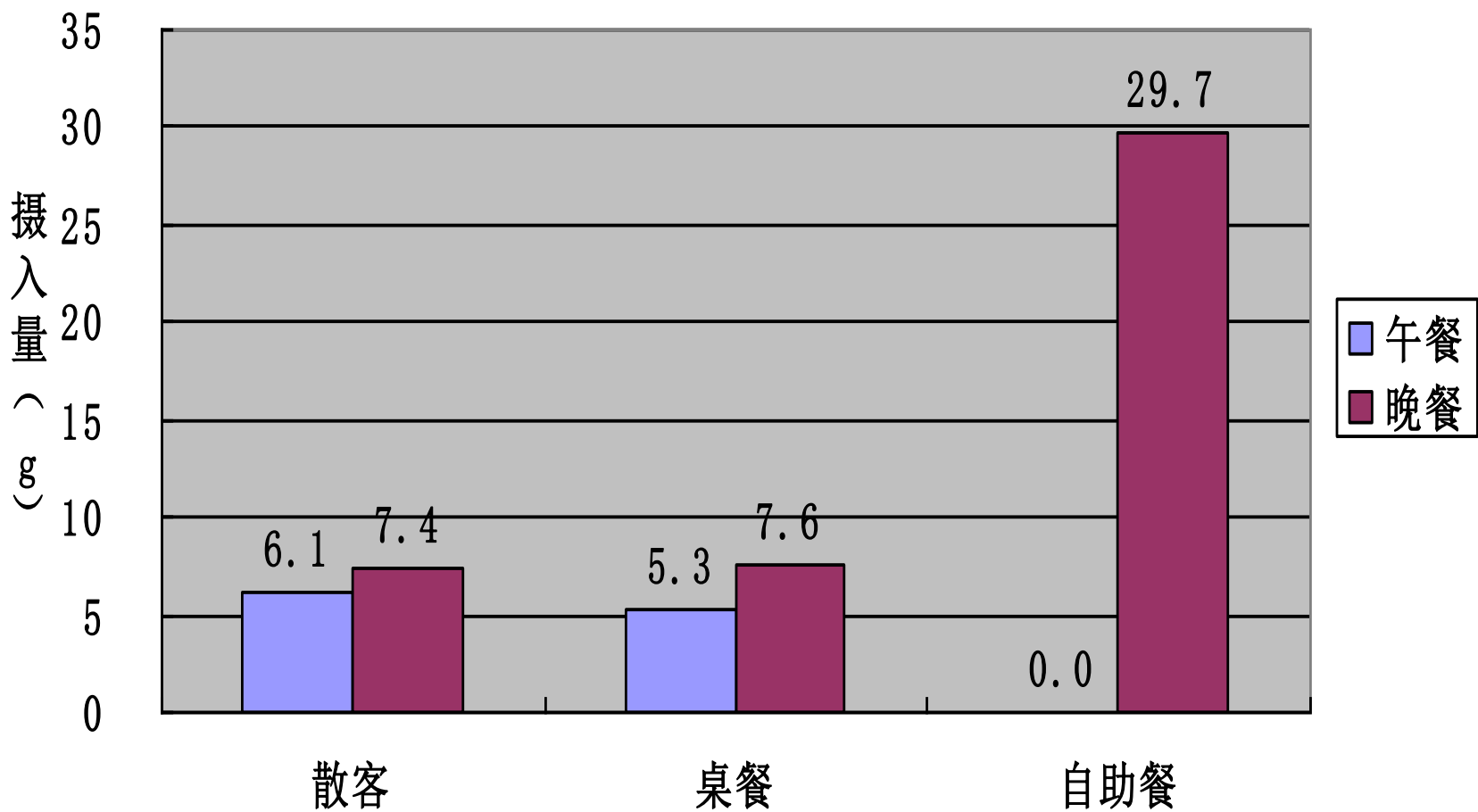
- 95个样品
- 油炸类：椒盐排条、金牌蒜香骨、片皮鸭.....
- 点心类：春卷、玉米烙、南瓜饼.....
- 腌制类：黄泥螺.....
- 饭店特制酱料：黑椒酱、酱.....

调查对象的食物摄入量（克/标准人）

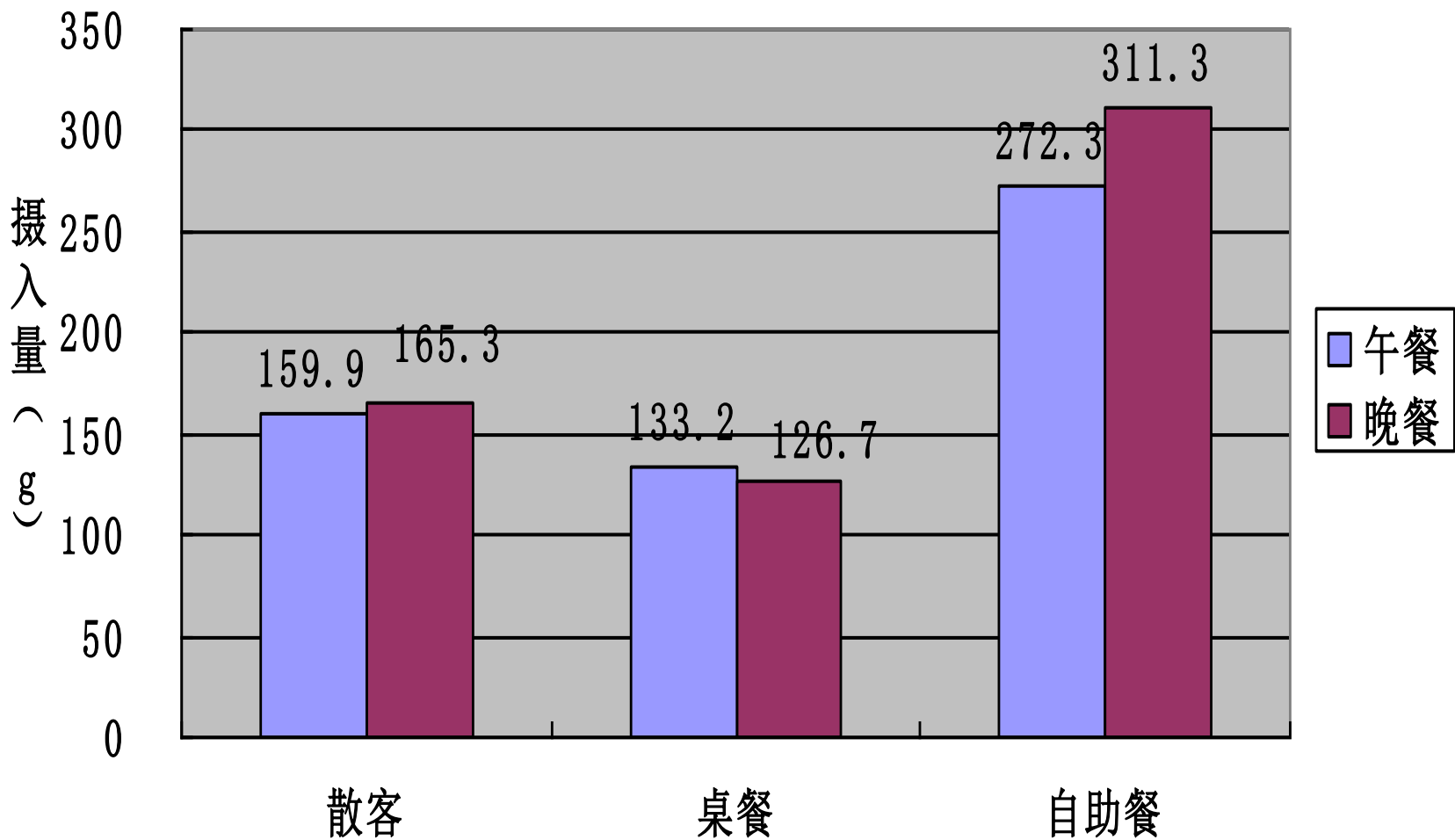
|       | 合计    |       | 散客    |       | 桌餐    |       | 自助餐   |       |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|       | 午餐    | 晚餐    | 午餐    | 晚餐    | 午餐    | 晚餐    | 午餐    | 晚餐    |
| 米及其制品 | 22.6  | 20.6  | 16.3  | 13.7  | 16.6  | 15.4  | 34.9  | 32.8  |
| 面及其制品 | 18.0  | 25.9  | 27.5  | 24.6  | 26.4  | 30.6  | 0.0   | 22.6  |
| 其他谷类  | 2.5   | 3.3   | 1.7   | 4.1   | 3.3   | 3.6   | 2.4   | 2.3   |
| 薯类    | 3.8   | 14.9  | 6.1   | 7.4   | 5.3   | 7.6   | 0.0   | 29.7  |
| 干豆类   | 10.1  | 24.4  | 12.1  | 14.1  | 12.2  | 10.8  | 6.1   | 48.2  |
| 杂豆    | 7.4   | 7.7   | 1.9   | 2.8   | 4.6   | 5.0   | 15.6  | 15.3  |
| 深色蔬菜  | 80.0  | 80.9  | 64.7  | 68.0  | 49.7  | 53.3  | 125.6 | 121.5 |
| 浅色蔬菜  | 108.5 | 120.2 | 95.1  | 97.3  | 83.5  | 73.4  | 146.7 | 189.8 |
| 腌菜    | 1.5   | 2.8   | 2.0   | 1.5   | 2.4   | 2.0   | 0.0   | 5.0   |
| 水果    | 21.7  | 123.2 | 20.6  | 25.3  | 23.5  | 34.0  | 21.1  | 310.5 |
| 坚果    | 4.1   | 3.9   | 6.6   | 6.3   | 5.7   | 5.3   | 0.0   | 0.0   |
| 畜肉类   | 39.5  | 64.2  | 32.2  | 36.4  | 37.5  | 42.7  | 49.0  | 113.5 |
| 其他肉类  | 33.6  | 41.2  | 45.1  | 42.4  | 45.5  | 47.7  | 10.3  | 33.3  |
| 内脏类   | 4.4   | 5.5   | 6.0   | 9.8   | 7.4   | 6.7   | 0.0   | 0.0   |
| 禽肉类   | 31.1  | 41.4  | 34.8  | 37.8  | 41.2  | 41.0  | 17.2  | 45.3  |
| 奶及其制品 | 1.7   | 0.9   | 3.0   | 1.5   | 1.9   | 1.2   | 0.0   | 0.0   |
| 蛋及其制品 | 12.2  | 16.0  | 13.5  | 15.1  | 9.5   | 8.7   | 13.7  | 24.1  |
| 鱼虾类   | 81.5  | 100.3 | 80.8  | 73.9  | 78.2  | 84.8  | 85.6  | 142.0 |
| 植物油   | 24.4  | 26.2  | 32.4  | 31.6  | 27.2  | 27.1  | 13.7  | 19.8  |
| 动物油   | 0.2   | 0.4   | 0.1   | 0.5   | 0.5   | 0.6   | 0.0   | 0.0   |
| 糕点类   | 19.6  | 1.0   | 1.3   | 1.7   | 1.4   | 1.3   | 56.1  | 0.0   |
| 淀粉及糖  | 27.9  | 26.0  | 34.9  | 32.0  | 22.0  | 31.3  | 26.8  | 14.7  |
| 食盐    | 8.4   | 9.4   | 8.7   | 6.8   | 6.6   | 6.0   | 9.9   | 15.4  |
| 酱     | 7.3   | 11.1  | 9.8   | 10.0  | 8.4   | 8.9   | 3.8   | 14.5  |
| 酱油    | 0.1   | 0.0   | 0.2   | 0.1   | 0.2   | 0.0   | 0.0   | 0.0   |
| 其他    | 155.6 | 176.0 | 206.6 | 219.9 | 170.4 | 199.6 | 89.7  | 108.4 |



不同类型餐馆就餐者的谷类摄入量

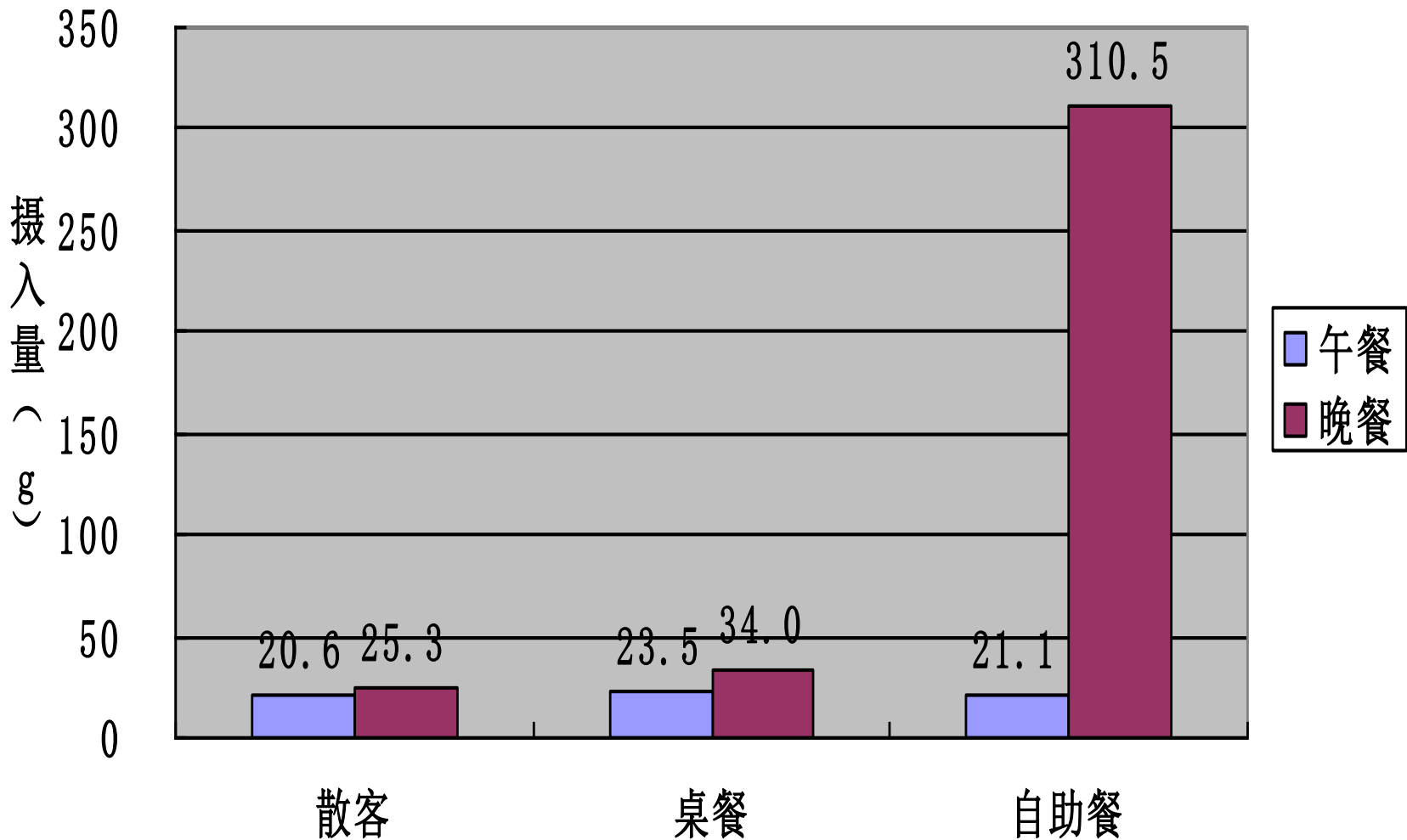


不同类型餐馆就餐者的薯类摄入量

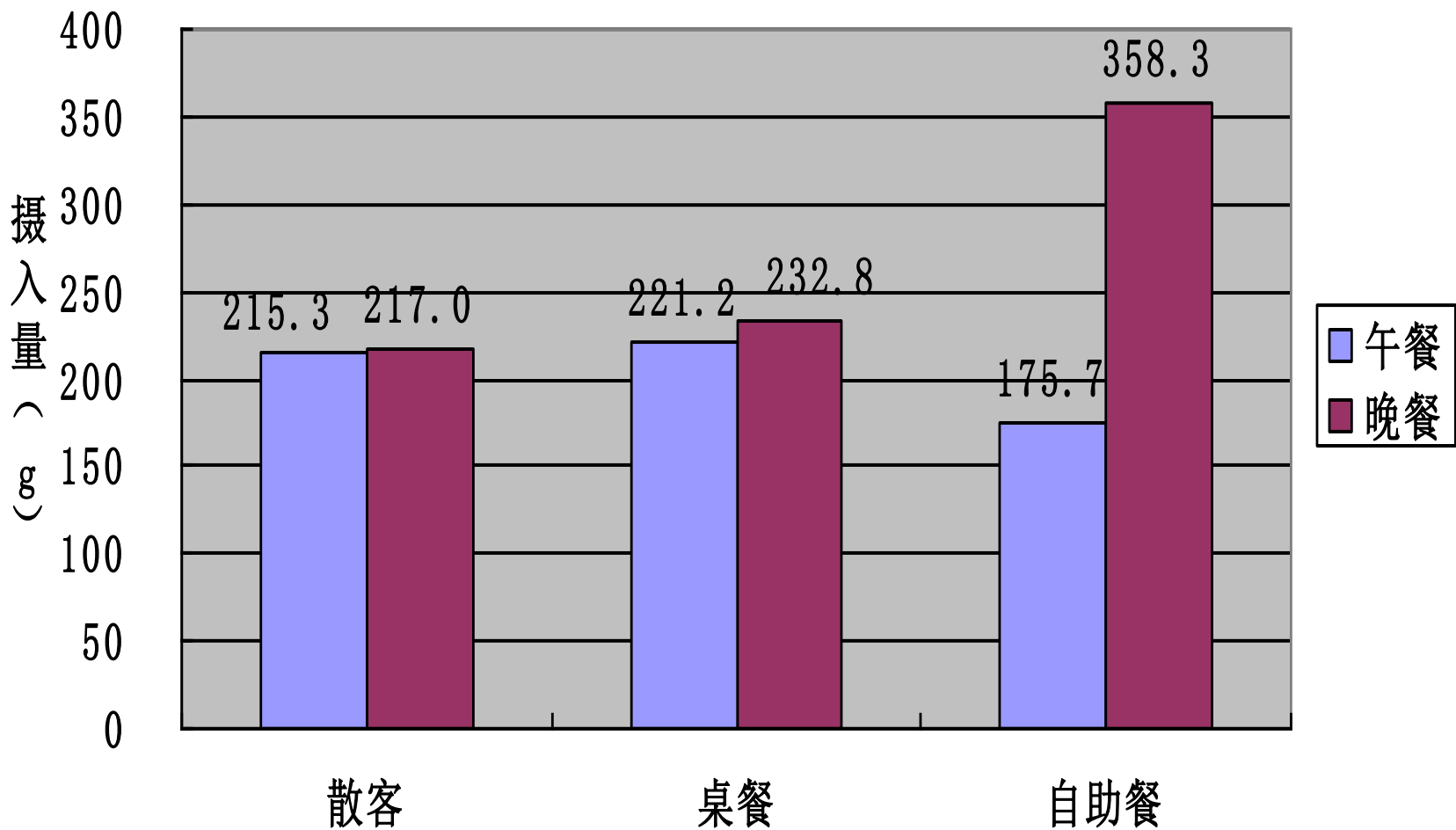


不同类型餐馆就餐者的蔬菜摄入量

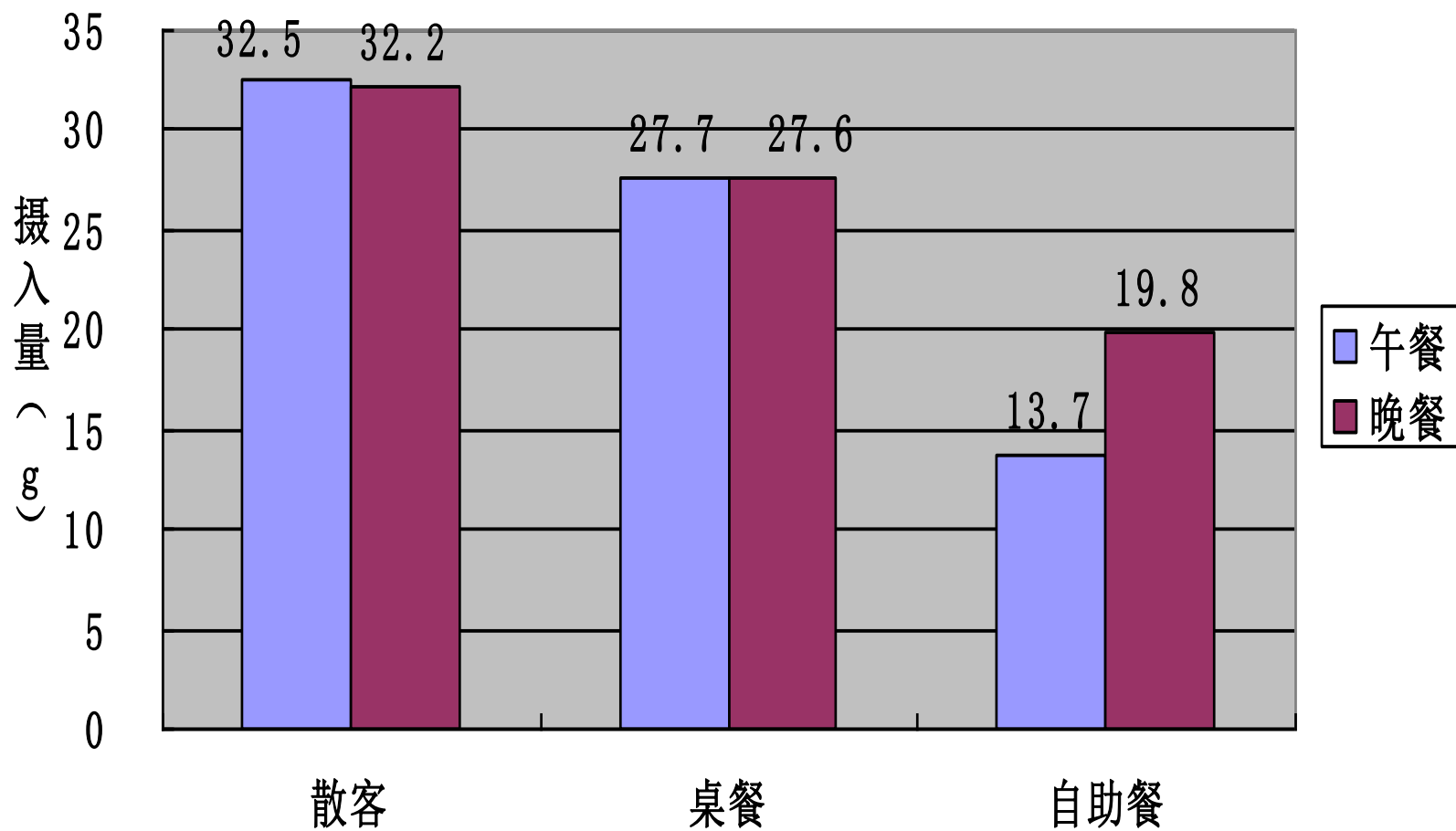




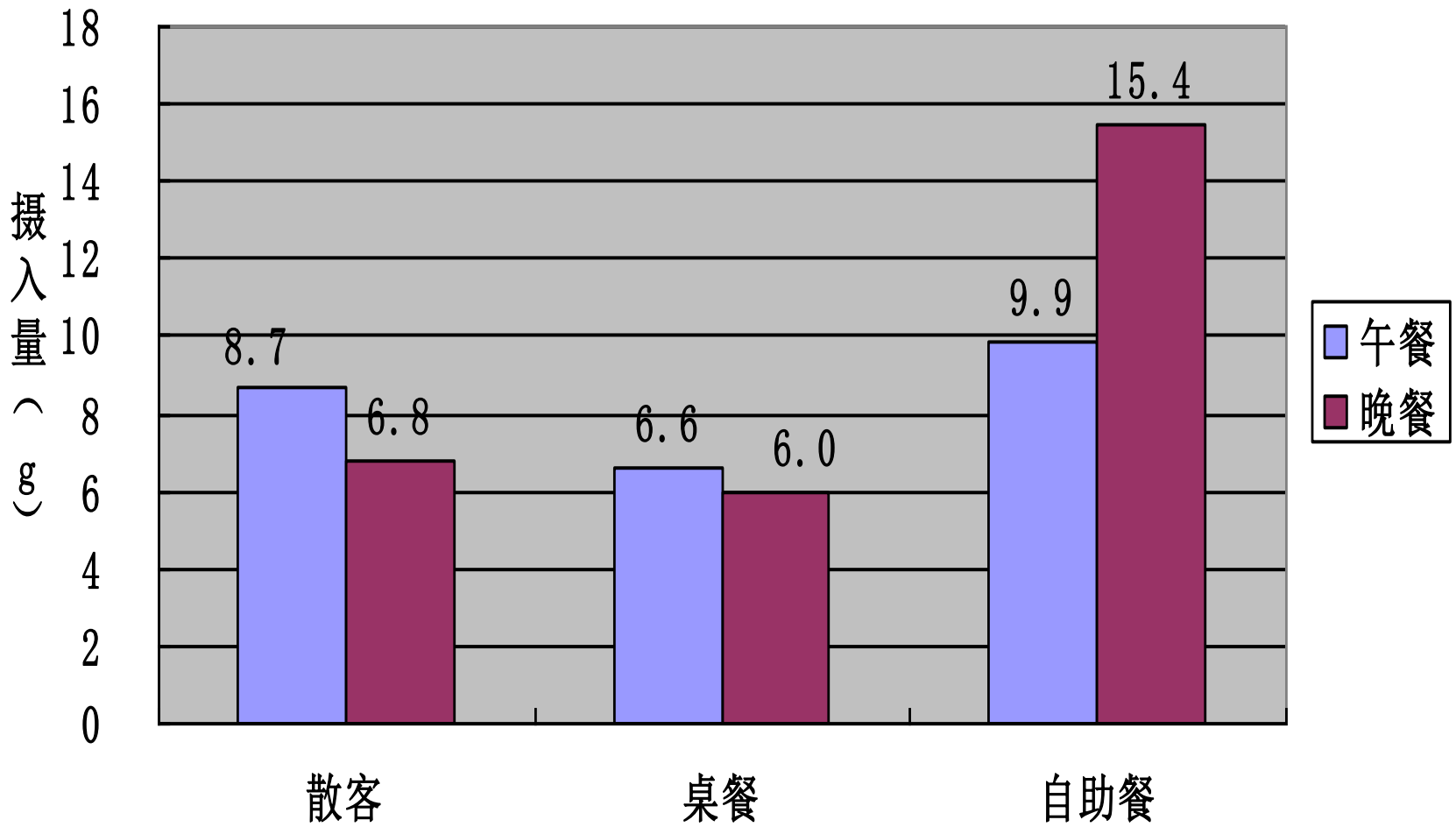
不同类型餐馆就餐者的水果摄入量



不同类型餐馆就餐者的动物性食物摄入量

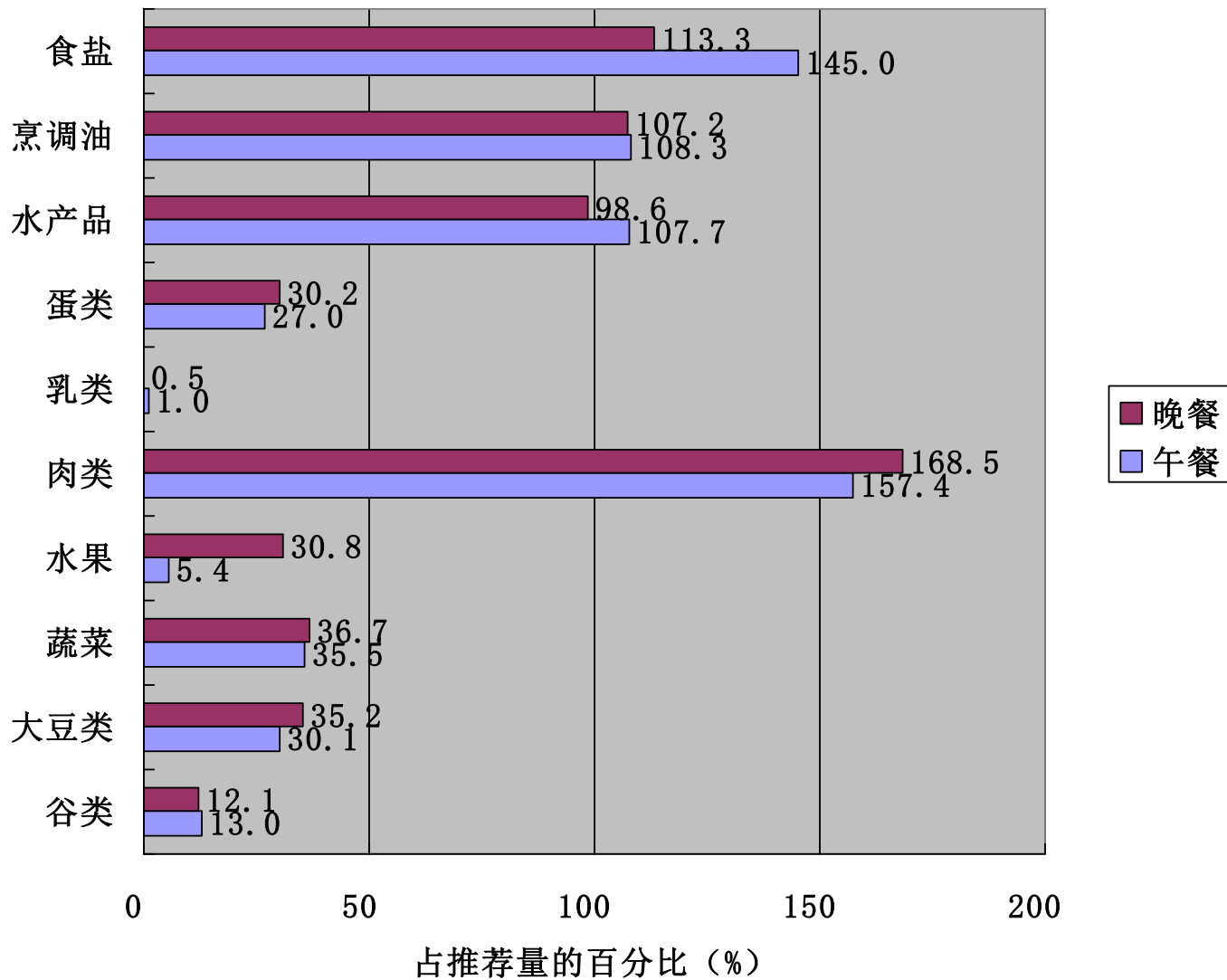


不同类型餐馆就餐者的烹调油摄入量

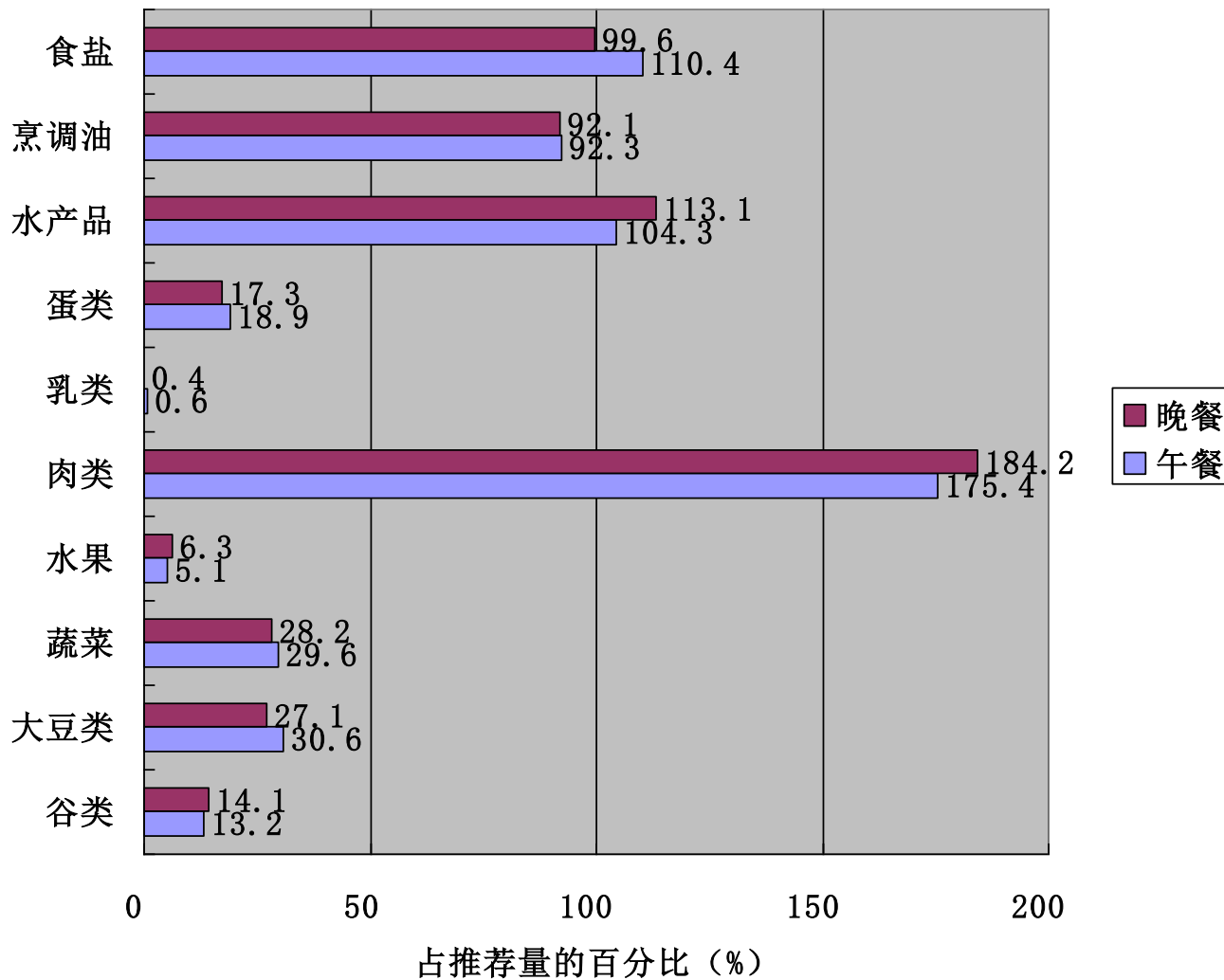


不同类型餐馆就餐者的食盐摄入量

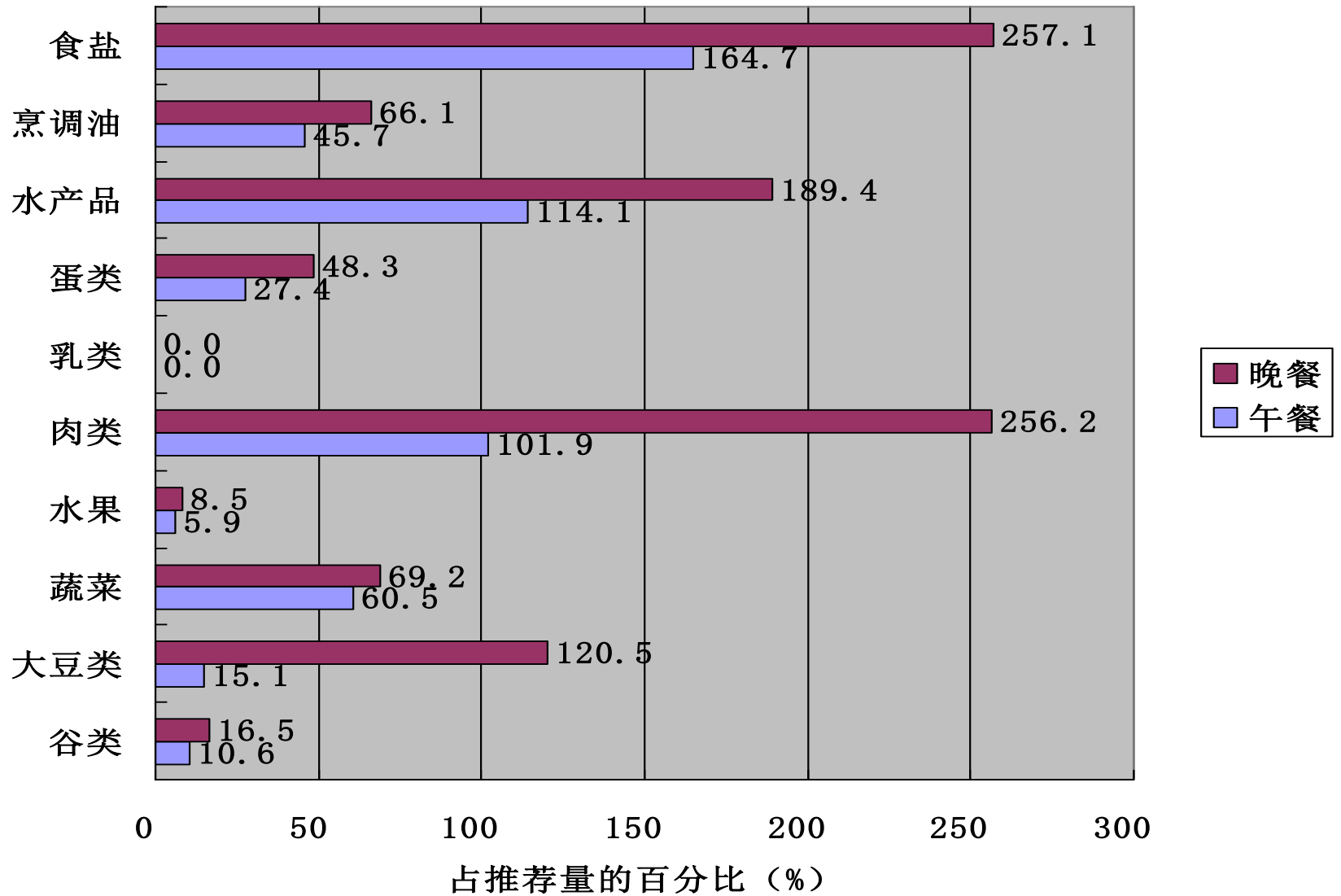
散客食物摄入量与平衡膳食宝塔推荐量比较



桌餐食物摄入量与平衡膳食宝塔推荐量比较



自助餐食物摄入量与平衡膳食宝塔推荐量比较



## 调查对象的能量和主要营养素平均摄入量（每标准人）

|          | 合计     |        | 散客     |        | 桌餐     |        | 自助餐    |        |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|          | 午餐     | 晚餐     | 午餐     | 晚餐     | 午餐     | 晚餐     | 午餐     | 晚餐     |
| 能量(kcal) | 1046.6 | 1357.3 | 1178.4 | 1176.4 | 1087.9 | 1169.5 | 873.5  | 1726.0 |
| 蛋白质(g)   | 65.9   | 87.1   | 67.6   | 68.4   | 66.6   | 70.5   | 63.4   | 122.4  |
| 脂肪(g)    | 46.5   | 64.5   | 58.0   | 60.8   | 55.3   | 56.4   | 26.1   | 76.3   |
| 碳水化合物(g) | 98.5   | 113.8  | 103.9  | 96.1   | 87.6   | 101.4  | 104.0  | 143.8  |
| 钠(mg)    | 4089.0 | 5778.0 | 4559.1 | 4663.3 | 3865.5 | 3955.4 | 3842.4 | 8715.2 |



## 调查对象能量的营养素来源(%)

|       | 合计   |      | 散客   |      | 桌餐   |      | 自助餐  |      |
|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|
|       | 午餐   | 晚餐   | 午餐   | 晚餐   | 午餐   | 晚餐   | 午餐   | 晚餐   |
| 蛋白质   | 25.5 | 25.2 | 23.0 | 23.3 | 24.5 | 24.1 | 29.0 | 28.4 |
| 脂肪    | 38.9 | 43.2 | 44.3 | 46.6 | 45.7 | 43.4 | 27   | 39.8 |
| 碳水化合物 | 38.4 | 33.6 | 35.3 | 32.7 | 32.2 | 34.7 | 47.6 | 33.3 |

# 建议

- 制订相关政策、多部门合作：明确责任
- 人力资源开发：餐馆管理者、服务员、就餐者的  
开发和培训
- 创造有利合理营养的环境：厨师技能培训、点餐  
员指导、餐馆环境、食谱标识等



谢 谢!