

## СОЦИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ

*Е.Ю. Ганскау, В.Н. Минина, Г.И. Семенова, Ю.Е. Гронов*

### **ПОВСЕДНЕВНЫЕ ПРАКТИКИ ПИТАНИЯ ЖИТЕЛЕЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА И ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ\***

*В статье представлены общие результаты эмпирического исследования современных практик питания, выполненного авторами в 2013 г. Оно носило выборочный характер, основным методом сбора первичной информации выступал опрос жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области в форме стандартизированного интервью. Было опрошено 800 респондентов, дифференцированных по полу, возрасту, типу домохозяйства, образования и профессиональному статусу.*

*В основу исследования положена теоретическая модель, разработанная группой ученых из стран Северной Европы (Ю. Гронов, У. Кьярнес, Й. Мякела, Л. Холм), согласно которой единицей анализа повседневных практик питания выступает еда как событие (eating event) — социально организованный, структурированный во времени и пространстве прием пищи, включающий комбинацию одного или нескольких блюд и напитков. Оно имеет три измерения: режим питания, содержание еды и ее соци-*

---

\* В статье представлены результаты исследования, выполненного при финансовой поддержке фонда SIAR. Авторы выражают глубокую признательность доктору Кристиану Юннелиусу за помощь в организации и проведении исследования.

Ганскау Елена Юрьевна — кандидат социологических наук, доктор социальных наук, независимый исследователь, координатор проектов Scandinavian Institutes for Administrative Research (SIAR) (ganskau\_elena@mail.ru)

Ganskau Elena — Candidate of Science (Sociology), Doctor of Social Sciences, Independent Researcher, Coordinator of Scandinavian Institutes for Administrative Research (SIAR) projects (ganskau\_elena@mail.ru)

Минина Вера Николаевна — доктор социологических наук, профессор кафедры социологии культуры и коммуникации Санкт-Петербургского государственного университета (v.minina@spbu.ru)

Minina Vera — Doctor of Sociology, Professor, Chair of Sociology of Culture and Communication, Faculty of Sociology, St. Petersburg State University, Russia (v.minina@spbu.ru)

Семенова Галина Ивановна — ведущий специалист-социолог Ресурсного центра социологических и интернет исследований Санкт-Петербургского государственного университета (g.semenova@spbu.ru)

Semyonova Galina — Leading Expert (Sociology), Resource Center for Sociological and Internet Research, St. Petersburg State University (g.semenova @ spbu.ru)

Гронов Юкка Евгеньевич — PhD, профессор социологии, Хельсинкский Университет, Финляндия (Jukka.Gronow@helsinki.fi)

Gronow Jukka — PhD, Professor of Sociology, University of Helsinki, Finland (Jukka.Gronow@helsinki.fi)

*альную организацию. Авторы описывают режим, содержание и организацию питания петербуржцев и жителей Ленинградской области в обычный будний день, а также проводят параллели с исторически сложившимися в России образцами потребления еды, чтобы обозначить существующие сходства и различия.*

*Результаты исследования свидетельствуют о сохранении многих традиционных элементов национальной русской кухни в повседневном питании россиян, которые далеки от «гастро-аномических» идей и предпочитают рацион и режим питания, проверенные временем. В то же время наблюдается влияние процессов глобализации: блюда, универсальные для современного потребителя, постепенно внедряются в повседневную жизнь россиян, по крайней мере тех, кто живет в больших городах. Однако это влияние нельзя назвать всеобъемлющим.*

**Ключевые слова:** *практики питания, режим питания, русская кухня, Санкт-Петербург, Ленинградская область.*

### Введение

Потребление еды — важнейший элемент социальной жизни с момента возникновения общества, играющий важную роль в процессе социализации (Зимель 2010). Образцы, ритуалы, привычки питания можно рассматривать как фактор формирования социальной структуры, социального порядка. С социологической точки зрения, питание представляет собой не столько физиологический процесс, сколько деятельность по созданию индивидуальных и социальных смыслов. Это многогранный феномен, он имеет физиологические, культурные, эмоциональные и другие аспекты. Будучи таковым, потребление еды становится «лабораторией для понимания социальных отношений» (Warde 1997: 22). Оно исследуется в связи с другими социальными аспектами человеческой жизни и может выступать основой для понимания социальных изменений.

В социологии потребления существует огромный интерес к изучению взаимовлияния социальной жизни и практик питания. Социологи пытаются выяснить, какие изменения в повседневной жизни людей возникают в связи с появлением новых практик питания. Некоторые авторы считают, что в настоящее время значимость традиционной семейной еды утрачена и питание становится неструктурированным и индивидуализированным (Caplan 1997; Fischler 1988). Так, А. Уорд при описании современных тенденций потребления еды делает предположение о том, что в настоящее время поведение людей в этой сфере становится более нерегулярным, случайным и менее детерминированным семейными правилами, чем это было в прошлом (Warde 1997: 187). К. Фишлер называет процесс разрушения сложившихся правил питания термином «гастро-аномия» (Fischler 1980). По его мнению, такие «аномичные» изменения могут быть результатом процесса трансформации системы трудовых и семейных отношений и интерпретироваться в контексте современной культуры потребления, которая неотделима от общества постмодерна с его стремлением к индивидуализации и смягчению правил поведения. Кроме того, на современ-

ном рынке продовольствия предлагается множество альтернатив, которые способны породить новые вкусы и привычки в питании. В то же время ряд исследований свидетельствует о том, что угроза «гастро-аномии» преувеличена, а потребление еды по-прежнему глубоко связано с воспроизводством традиционных образцов (Gronow & Warde 2001).

В современной социологической литературе выделяются две основные модели питания — традиционная, предполагающая потребление приготовленной в домашних условиях еды в соответствии с установившимися правилами, привычками и социальным контекстом, и современная (нетрадиционная), ассоциирующаяся с «быстрым питанием», перекусами, использованием готовых блюд, едой вне дома и индивидуализацией потребительского поведения.

Вопросы изменения и сохранения традиций и привычек питания широко обсуждаются зарубежными социологами. Так, группа исследователей из стран Северной Европы, в сотрудничестве с которой проводилось данное исследование, накопила 20-летний опыт изучения повседневных практик питания, включая сравнительный анализ отношений, образующих социальный дискурс потребления еды. Они располагают обширной базой данных для изучения различных аспектов питания (Holm et al. 2012; Kjærnes 2001; Mäkelä et al. 1999). В российской социологии, напротив, повседневные практики питания мало изучены. Существует ряд работ этнографического характера, где история русской / советской кухни описывается в свете социально-политических и культурных изменений (Келли 2011; Похлебкин 2000; 2004; Сюткины 2011; 2013). При этом число эмпирических исследований, посвященных потреблению еды как повседневной практике, весьма ограничено. В немногочисленных работах описываются образцы питания в контексте семейных отношений (Социология потребления 2001; Волчкова и др. 2000), практики питания в экопоселениях, их роль в формировании групповой идентичности (Кулясова, Кулясов 2005; Кулясова и др. 1999). В статистических наблюдениях интерес исследователей фокусируется на количественных показателях потребления отдельных групп продовольственных товаров и анализе соответствия фактических данных установленным физиологическим нормам. На наш взгляд, недостаточное внимание к систематическому изучению практик питания, погруженных в российский социально-культурный контекст, ограничивает возможности социологии как в исследовании современного российского общества, так и в анализе социальных изменений.

В статье описываются современные практики питания петербуржцев и жителей Ленинградской области. Также авторы проводят параллели с исторически сложившимися в России образцами потребления еды, чтобы обозначить существующие сходства и различия. Мы полагаем, что петербургские образцы в целом отражают общероссийские тенденции потребления, касающиеся основного набора блюд, режима и организации питания. Хотя исследователи отмечают некоторое своеобразие петербургской / ленинградской кухни (сдержанность, рафинированность, гибридность), она все же является стандартной для россиян (Келли 2011: 263), о чем свидетельствуют немногочисленные эмпирические исследования, посвященные данной теме (Волков 2008).

### **Описание исследования**

Для характеристики современных образцов питания использованы результаты эмпирического исследования, проведенного авторами в 2013 г. Повседневное питание изучалось с точки зрения времени, места потребления еды, ее структуры и содержания.

Полевая работа выполнена в марте 2013 г. силами Ресурсного центра СПбГУ «Центр социологических и интернет исследований». Опрос проводился методом структурированного интервью. Интервью проводилось дома у респондентов со вторника по субботу с тем, чтобы учесть события еды в будний день. Интервью занимало 40–60 минут. Респондентов просили ответить на вопросы о событиях еды за стуки (с 4 часов утра предыдущего до 4 часов утра следующего дня). Полученные данные обрабатывались с использованием пакета IBM SPSS Statistics 21.

В исследовании использовался выборочный опрос. Выборка стратифицирована по районам города и области. На первом этапе построения выборки административные районы исследуемых регионов были разделены на группы по признаку типичности. В результате в Санкт-Петербурге были выделены центральные, спальные, промышленные и пригородные районы. В Ленинградской области — плотно, средне и малонаселенные районы, которые затем были стратифицированы по степени удаленности от Санкт-Петербурга и типам населенных пунктов (городские и сельские поселения). Объем выборки по каждой страте определялся пропорционально ее размеру в генеральной совокупности (в данном случае типичных районов Санкт-Петербурга и типичных районов и типов поселений Ленинградской области). Количество респондентов в Санкт-Петербурге и Ленинградской области определялось пропорционально численности населения указанных территорий. В рамках каждого района (типа поселения) случайным образом определялись домохозяйства, в отобранных домохозяйствах выбор респондентов осуществлялся также случайным образом. В случае отказа респондентов добор выборки осуществлялся случайным образом. Такой подход обеспечил ошибку выборки на уровне  $\pm 3,3\%$ ; коэффициент доверия составил 1,95.

Выборка включает 800 респондентов, из них 500 — жители Санкт-Петербурга (62,5 %) и 300 (37,5 %) — жители Ленинградской области. Распределение респондентов по полу: 44,9 % мужчин и 55,1 % женщин. Основные возрастные группы представлены следующим образом: молодежь (18–34) — 33,2 %; среднее поколение (35–54) — 34,4 %; старшее поколение (55 и выше) — 32,4 %. Приблизительно треть респондентов (30,1 %) имеют высшее образование, 6,5 % — незаконченное высшее образование; 31,4 % респондентов имеют среднее специальное образование, 15,3 % — профессиональное техническое образование; 21,1 % респондентов имеют полное среднее образование и 4,4 % — неполное среднее образование. Большинство респондентов живут в полной семье (59,3 % живут с супругом или партнером или с супругом или партнером и детьми); 7,4 % живут в неполной семье и 18,5 % респондентов не имеют семьи. Большинство респондентов работают (68,6 %), из них 6,2 % занимают позицию топ-менеджера; 24 % — специалисты; 19,6 % — технический и обслуживающий персонал; 17,7 % — рабочие; 1,3 % — военнослужащие.

В данной статье мы фокусируем внимание на общих характеристиках потребительских практик без их дифференциации по социально-демографическим признакам.

### Методология исследования

В основу исследования была положена теоретическая модель, разработанная группой ученых из стран Северной Европы (Kjærnes et al. 2001), согласно которой единицей анализа повседневных практик питания выступает еда как событие (eating event) — социально организованный, структурированный во времени и пространстве прием пищи, включающий комбинацию одного или нескольких блюд и напитков. Оно имеет три измерения: режим питания, содержание еды и ее социальная организация (рис. 1). Режим питания описывается с помощью трех переменных: ритм питания, количество событий еды в течение суток, предпочтение горячей или холодной еды. Содержание еды описывается как композиция основных ингредиентов и последовательность блюд. Социальная организация питания характеризуется тем, где и с кем люди едят, чем сопровождается процесс еды (чтение, просмотр телевизора, беседа и т. п.), кто готовит еду (Kjærnes et al. 2001: 40–41). Данная модель позволяет анализировать основные аспекты потребления еды как социального события.

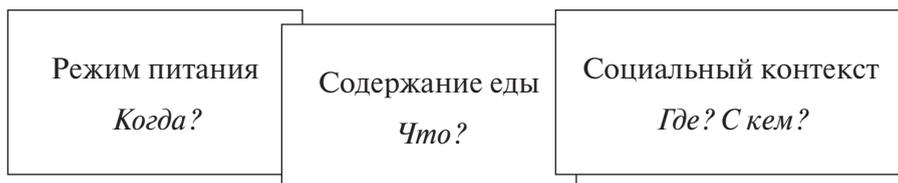


Рис. 1. Теоретическая модель питания (*The eating system*)  
(Источник: Kjærnes et al. 2001: 40)

Анкета, разработанная группой исследователей для аналогичного проекта, проводимого в странах Северной Европы (Holm et al. 2012), была адаптирована к российскому контексту и включала три основных блока. Первая группа вопросов посвящена описанию событий еды в течение дня, предшествующего интервью. Вопросы касаются времени, содержания и социальной организации еды как повседневной практики. Во второй блок включены вопросы об отношении к еде в различных контекстах (еда и здоровье, «правильная еда», расходы на еду, гастрономические эксперименты, покупка, приготовление еды и т. п.). Третий блок содержит вопросы об основных демографических и социально-экономических характеристиках респондентов.

В ходе исследования респондентам было предложено ответить на вопросы, описывающие каждое событие еды в течение дня, предшествующего проведению интервью: сколько раз, где и с кем они ели, каково было содержание еды и как она приготовлена, как они называют тот или иной прием пищи. Остановимся на описании основных элементов повседневного питания.

### Режим питания

Результаты исследования свидетельствуют, что среднее число событий еды за вчерашний день составило 3,35. Около половины опрошенных (47,8 %) отметили три события и около трети (29,3 %) — четыре. Таким образом, большинство участников исследования ели 3–4 раза, что сегодня является нормой для россиян: согласно данным общероссийского опроса, проведенного Левада-Центром, этот показатель составляет 3–3,3 раза (Волков 2008). В прошлом россияне ели от двух до пяти раз в день, в зависимости от характера трудовой деятельности. На селе были четыре поры еды, а летом в рабочую пору — пять: завтрак, полдник (до обеда или в полдень), обед, ужин и паузин (перекус между обедом и ужином). С развитием капитализма городской рабочий люд стал есть два — три раза в день: завтракали с рассветом, обедали или ужинали, придя домой. На работе же только полдничали, т. е. закусывали холодной едой (Похлебкин 2004: 22; Шмелева 1995: 245). Во второй половине прошлого века «наиболее целесообразным» признавалось трех-четырёхразовое питание: завтрак, второй завтрак, обед и ужин (Книга о вкусной и здоровой пище 1975: 23–25; Кулинария 1960: 12). Завтрак рекомендовался плотный, с горячими блюдами, а ужин — небольшим по объему и легкоусвояемый. Обед считался основным приемом пищи, на который приходится самая большая энергетическая ценность. Как показывают данные исследования, режим питания большинства респондентов не претерпел существенных изменений по сравнению с советским (и даже досоветским) периодом.

Поскольку весьма незначительная часть респондентов (1,1 %) отметили шесть или семь событий еды за день, предшествующий интервью, в дальнейшем мы рассматриваем только пять событий еды. В большинстве случаев (72,6 %), первое событие еды происходило в период с 7 до 10 часов утра, что совпадает с началом рабочего дня. Чаще всего респонденты начинали трапезу в течение одного-двух часов после подъема. Время второго события в основном сосредоточено между 12 и 16 часами (65,1 %), хотя 12,2 % респондентов ели во второй раз после 18 и 12,7 % — до 12 часов. Третья еда чаще всего относилась к вечернему времени, но 33,5 % ели в третий раз между 12 и 18 часами. Четвертое и пятое события еды происходили преимущественно в конце дня. Полученные данные свидетельствуют, что события еды имеют пики в течение дня, то есть их большая часть происходит в определенные часы (рис. 2). Так, первый пик еды относится к промежутку между 8 и 9 часами, второй имеет место в 14–15 часов, а третий — в 19–20 часов. Это вполне ожидаемые результаты, отражающие привычный ритм питания россиян. Чем больше было количество событий еды за день, тем позже отмечались пики еды. Например, 26,6 % тех, у кого было пять событий еды за день, ели после 22 часов. И, наоборот, среди респондентов, которые ели один-два раза за день, практически не было тех, кто ел поздно вечером.

Также полученные данные свидетельствуют о том, что большинство респондентов ориентированы на потребление горячей еды. Особенно это касается второй (72,6 %) и третьей (67,3 %) еды (рис. 3). Таким образом, горячие обеды и ужины остаются общепринятой нормой потребления.

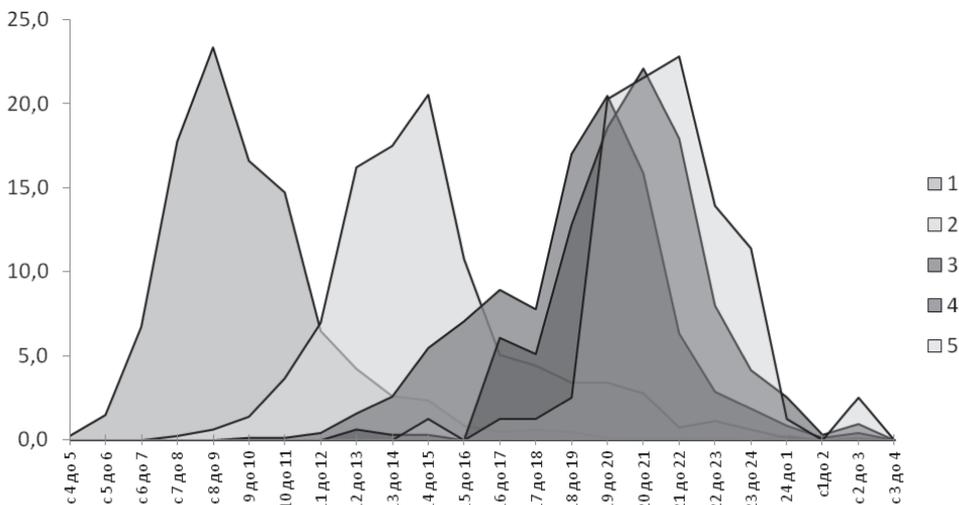


Рис. 2. Пики еды в течение дня

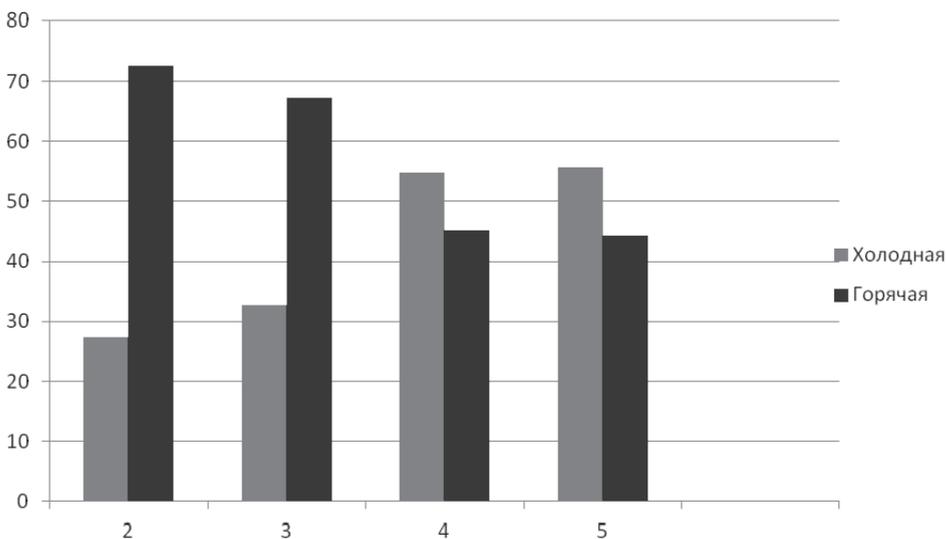


Рис. 3. Потребление горячей / холодной еды в течение дня (2–5 события)

### Содержание еды

Первое событие практически единодушно (91,1 %) было определено респондентами как завтрак. Наиболее популярной составляющей завтрака оказались бутерброды, что было отмечено половиной респондентов. Часто упоминалась каша (27,8 %), потребление которой традиционно для россиян. Как замечают исследователи русской кухни, каша из круп (гречневая, овсяная, ячневая, пшеничная, манная, пшеничная, перловая) является одним из самых рас-

пространенных русских национальных блюд, вторым после щей по своему значению. Особенно любили в России рассыпчатые каши, а в старину ели также кашицы (особенно с рыбой), заменявшие суп (Похлебкин 2004: 51). Блюда из яиц (16,6 %) остаются универсальным завтраком, который получил широкое распространение еще в советское время (Вайль, Генис 2007; Похлебкин 2000).

Следует отметить, что респонденты едят на завтрак мало фруктов (4,6 %), а «модные» хлопья и мюсли оказались в утреннем рационе только у 2,4 % респондентов (рис. 4). Примечательно, что первый прием пищи у некоторых респондентов включал суп, а также мясные блюда и гарнир, что более привычно для обеденного меню. Впрочем, 6,1 % респондентов определили первый прием пищи как обед. В целом, полученные нами результаты сопоставимы с данными Левада-Центра, согласно которым завтрак большинства россиян состоит из чая (70 %) с бутербродами (64 %), каши (28 %) или блюд из яиц (26 %), а хлопья и мюсли заявлены лишь в 3 % случаев (Волков 2008).

Обычно первая еда готовится и потребляется дома. Большинство респондентов (77,8 %) ели самостоятельно приготовленную пищу, а для 16,1 % готовили члены семьи. Лишь незначительное число опрошенных (2,6 %) использовали для завтрака готовые продукты. Время и содержание первого события вполне соответствуют общепринятому формату завтрака (Волков 2008; Ганскау 2001: 115). В большинстве случаев это еда, потребляемая дома в утренние часы, состоящая из относительно стабильного набора «утренних блюд». В общем, содержание еды соответствует советским нормам «вкусного и здорового» завтрака: горячие блюда с гарниром, каша, бутерброды, чай (Книга о вкусной и здоровой пище 1975: 23).

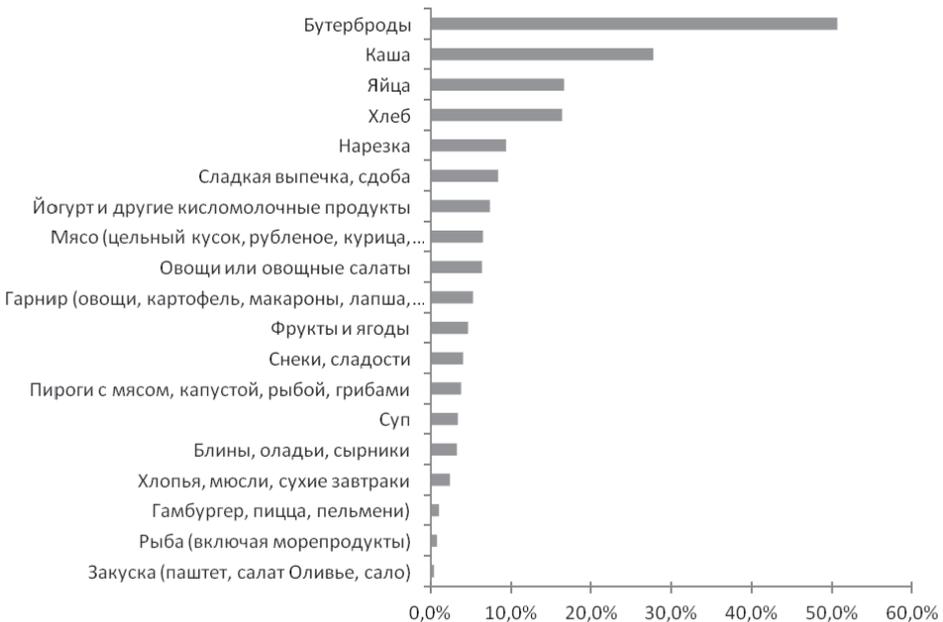


Рис. 4. Блюда, потребляемые во время первой еды

Второе событие еды 67,8 % респондентов назвали обедом, 11,4 % определили как ужин и 8,6 % — как ланч. Ланч является новым форматом питания для россиян. Как правило, это второе событие еды. Время его приходится на период от 10 до 13 часов, что вполне сопоставимо с североевропейскими паттернами (Holm et al. 2012: 16). Примечательно, что ланч в большинстве случаев не заменяет собой обед. То есть среди событий еды вчерашнего дня упоминаются как ланч, так и обед. Самый же распространенный паттерн питания в течение дня — это завтрак — ланч — обед — ужин. Таким образом, ланч и обед оказываются событиями с разным содержанием, где ланч выступает чем-то вроде второго, плотного завтрака, который, кстати говоря, рекомендовался еще в советское время (Книга о вкусной и здоровой пище 1975: 24). В подавляющем большинстве случаев ланч представлял собой холодную еду и состоял из бутербродов, несладких пирогов, выпечки, йогурта и других кисломолочных продуктов, снеков и сладостей. В то же время обед традиционно остается основным приемом пищи, «полной едой... с горячим варевом, иногда независимо от времени суток» (Похлебкин 2004: 22). Для респондентов обед — это, прежде всего, горячая еда (93,5 %), к тому же состоящая из нескольких блюд. Еще в советское время как в столовых и ресторанах, так и в домах утвердилось стандартное меню обеда, состоящего из трех — суп, горячее и десерт — или четырех блюд — салат, суп, горячее и десерт (Келли 2011: 246; Сюткины 2013: 272; Gronow & Zhuravlev 2011: 26). При этом обеденная композиция практически не изменилась с дореволюционных времен — кулинарные книги XIX в. предлагали такое же количество обеденных блюд, хотя салат в то время не выступал в роли закуски (Собченко 1898: 37–44).

Последующие события еды определялись респондентами по-разному (рис. 5). Часто респонденты называли третий-пятый приемы пищи ужином. И если третье событие значительным числом респондентов (17,3 %) определя-

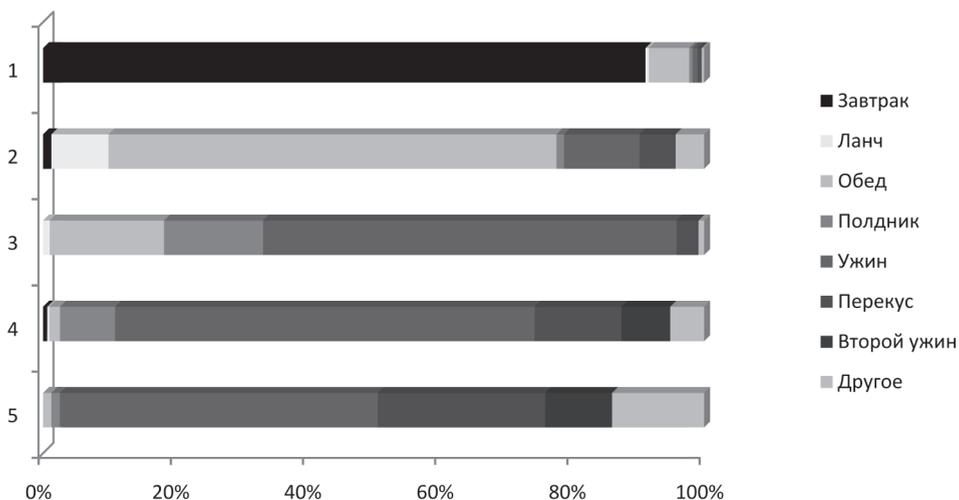


Рис. 5. Определение событий еды

лось как обед, то далее, кроме ужина, были названы перекус, полдник и второй ужин.

Современные повседневные практики не отличаются особенно сложным форматом. Вопрос о составе еды («Из каких блюд состояла Ваша еда?») задавался респондентам относительно каждого события, которое включало горячие блюда. Набор предложенных позиций был определен в соответствии со стандартным меню — закуска, суп, основное блюдо и десерт. В большинстве случаев лишь вторая и третья еда состояли из двух и более перемен. При этом вторая еда состояла из трех блюд лишь в 13,8 % случаев, а третья — только в 6,5 % случаев (рис. 6). То есть традиционный формат обеда, состоящего из трех блюд, не является слишком распространенным среди респондентов. В то же время 44,1 % опрошенных ели два блюда во время второго события и 34,8 % — во время третьего. Заметим, что второе событие еды характеризуется самым сложным форматом, тогда как пятое событие имеет, напротив, самый простой формат — чаще всего потребляется всего одно блюдо. Можно констатировать, что обед, как и ранее, остается самой полной едой в течение дня (Книга о вкусной и здоровой пище 1975: 24).

Согласно полученным данным, в большинстве случаев употреблялось основное (горячее) блюдо (рис. 7). Следующую позицию занимает суп, который активно потребляется в течение всего дня, хотя чаще всего (63,7 %) является компонентом второй еды. В целом, 41,8 % тех, кто ел горячую еду, включили суп в свой вчерашний рацион. Эти данные согласуются с данными Левада-Центра, согласно которым 67 % россиян едят суп «почти каждый день» (Волков 2008). Заметим, что для русской кухни характерен богатый выбор супов — щи, борщ, рассольник, уха, солянка, ботвинья, окрошка, похлебка. Традиционной основой супа является жирный мясной (говяжий) бульон, а в качестве «специалитетов» выступают квашеная капуста и соленые огурцы. Многие русские супы «забеливаются» сметаной. Символом русской кухни, без сомнения, являются

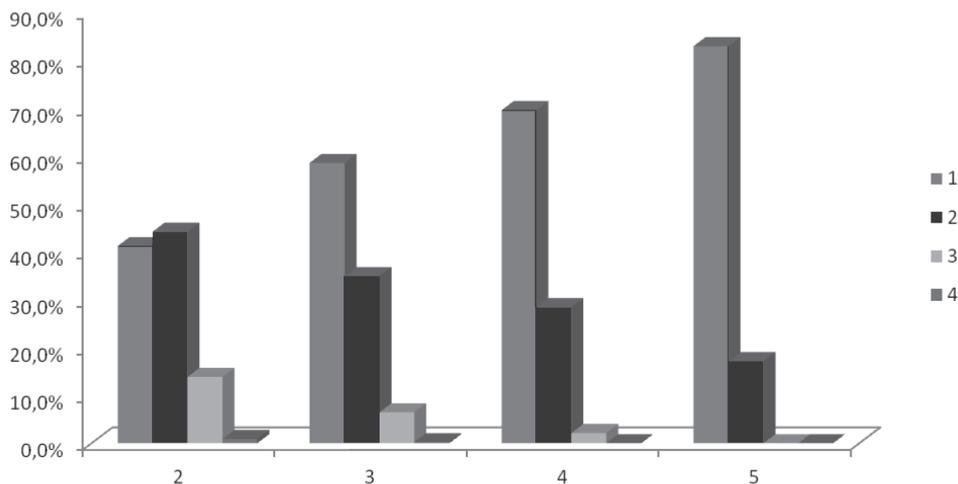


Рис. 6. Количество блюд

щи, в которых, по мнению П. Вайля и А. Гениса, «сосредоточены наша культура и история». Щи были главным, а часто единственным блюдом на русском крестьянском столе. А «щаной дух обозначал домовитость и уют» (Вайль, Генис 2007). В крестьянских и рабочих семьях существовала традиция есть суп не только на обед, но и на ужин, а порой и на завтрак. Со временем объемы потребляемого россиянами супа уменьшились, но при этом сохранились их богатый ассортимент и основные классические рецепты (Ганскау 2001: 116; Сюткины 2013: 219). Как замечательно пишут П. Вайль и А. Генис, «несчастлив тот дом, в котором не варят супа. Не стоять той семье, где все кормятся бутербродами. В наш век, век экзистенциального одиночества, нет фундамента прочнее, чем кастрюля густого горячего супа. Вокруг нее собирается и стар и млад, чтоб хлебать наваристую жижу, заедая щедрыми ломтями хлеба» (Вайль, Генис 2007).

В отличие от основного блюда и супа, закуска входит в состав трапезы только 22,5 % респондентов; чаще всего это относится ко второму и третьему событиям еды. Вместе с тем национальная русская кухня знаменита богатым закусочным столом — холодцы, заливные, балыки, икра, буженина, соленья и т. д. В советское время приобрели популярность салаты, в основном овощные, в составе которых присутствовал «дачный набор» — помидоры, огурцы, лук, редиска и зелень (Келли 2011: 249). Также были распространены однородные овощные салаты: капустные, картофельные, морковные, свекольные. Заправлялись салаты майонезом, сметаной или растительным маслом. Салаты из сырых овощей чаще шли как дополнение к горячему блюду, а салаты, имеющие в составе мясо или рыбу, — как закуска перед основной едой; чаще они являлись частью праздничного застолья (Сюткины 2013: 146). Например, салат «Оливье» можно вообще считать «сверхблюдом» советского застолья. Его питательность и жирность позволяли быстро насытить гостей, а «возможность плотно поесть являлась в советское время несомненной ценностью отношений, строившихся вокруг потребления пищи» (Кушкова 2005). При этом, как и сегодня, салаты и закуски не являлись обязательным атрибутом повседневного меню.

Десерт оказался самым непопулярным в повседневном меню респондентов (11,3 %). Он преимущественно употреблялся во время второго и третьего событий, а затем практически не упоминался респондентами. Такой результат вполне соответствует российской традиции: десертные блюда никогда не являлись отличительной особенностью русской кухни.

Таким образом, среди респондентов наиболее распространено употребление только основного (горячего) блюда либо набора «суп + основное (горячее) блюдо». 48,9 % респондентов во время второй еды ели именно суп и второе. Закуска и особенно десерт присутствовали далеко не на всех столах (рис. 7). Примерно та же композиция блюд была характерна для повседневного домашнего потребления в советский период (Сюткины 2013).

Самым распространенным из холодных блюд были бутерброды, которые с большим отрывом «лидировали» на протяжении всего дня. Всего их отметили 34,3 % респондентов, потреблявших холодную еду. Довольно часто потреблялись снеки и сладости, фрукты и ягоды (по 16,1 %), йогурт и кисломолочные

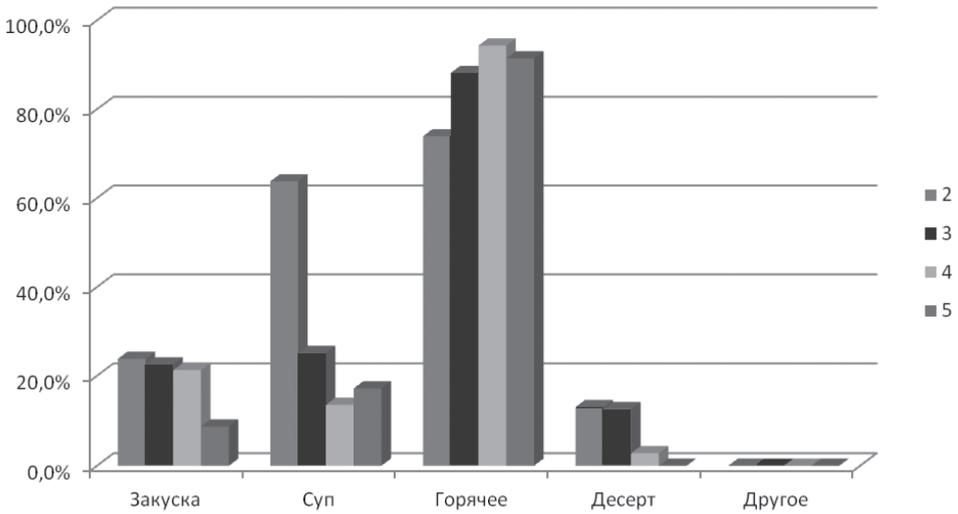


Рис. 7. Состав еды (события 2–5)

продукты, овощи и салаты (13,8 %), а также хлеб, сладкая выпечка и сдоба (13,4 %). При этом символические для русского стола блины и пироги назвали всего 9 % и 9,4 % респондентов соответственно. Таким образом, можно говорить о достаточно современных и космополитичных вкусах респондентов в отношении потребления холодной еды, которая занимает достаточно значимое место в рационе респондентов, особенно в отношении четвертого и пятого событий еды.

Самым популярным компонентом основного (горячего) блюда среди респондентов оказалось мясо, приверженность которому как наиболее питательному продукту характерна для россиян (Волков 2008; Сюткины 2013: 220). Большинство респондентов, которые потребляли основное (горячее) блюдо (66,8 %), выделили мясо в качестве главного компонента еды (табл. 1). При этом мясо чаще всего употреблялось в натуральном виде (цельным куском) — его предпочли 61,4 % респондентов. В результате выбор большинства респондентов соответствует канону традиционной русской кухни, т. е. мясное блюдо готовилось из целого куска, продукты не смешивались и не измельчались.

Блюда из мясного фарша ели гораздо реже — в 21,3 % случаев, а сосиски и сардельки были основным компонентом горячего блюда лишь для 16,5 % респондентов. Следует отметить, что фарши, паштеты и котлеты не являются частью российской кулинарной традиции, они появились в результате французского гастрономического влияния. Однако в позднесоветский период потребление мясных блюд, основанных на фарше или мелкой нарезке, колбасных изделий и тушенки, блюд из субпродуктов было довольно популярно, в частности по причине дефицита хорошего мяса. Сегодняшние предпочтения можно объяснить тем, что в торговой сети появился большой выбор качественного мяса, которое может быть приготовлено в «целом» виде. Кроме того фарши промышленного производства всегда вызывали подозрение российского по-

ребителя, люди не были уверены в его качестве и безопасности для здоровья (Сюткины 2011: 82, 385; Ganskau 2006: 253).

Рыба выступает в качестве основного компонента горячего блюда значительно реже, чем мясо (14,18 %). Цельные куски рыбы потреблялись в большинстве случаев (75,7 %), а блюда из рыбного фарша были не слишком популярны (8,1 %). Готовые рыбные блюда (пресервы, консервы и т. п.) предпочли 14,9 % опрошенных. Напомним, что пресноводная рыба играла важную роль в российской гастрономической традиции. Раньше в России был хорошо развит рыбный промысел, и рыбные блюда поражали своим разнообразием (Костомаров 1992: гл. X). Однако в XX в. запасы речной рыбы сильно оскудели. В советской торговле в основном были представлены дешевые виды замороженной рыбы, имеющей плохие вкусовые качества, к тому же сложной для приготовления (Сюткины 2013: 221). И на сегодняшний день уровень потребления рыбы в России очень низок (Бокерия 2010; Росстат 2012). Это можно объяснить как высокой ценой и недостаточно высоким качеством продукта, так и уже сложившимися предпочтениями потребителей.

Наименьшей популярностью в качестве основного компонента горячих блюд у респондентов пользовались овощи (3,2 %). Чаще они отмечались респондентами в качестве дополнения к основному блюду. Категория «Другое» включала самостоятельные блюда, которые не могут быть полностью отнесены к мясной, рыбной или овощной категории. При этом достаточно большое число опрошенных (15,7 %) потребляли именно «другие» блюда. Самыми популярными среди них оказались такие традиционные для российского потребителя блюда, как пельмени (26,8 %) и блины / оладьи / сырники (17,2 %). При этом довольно активно потреблялись и достаточно новые для рациона россиян блюда — бургер / кебаб (8,3 %), пицца и паста / лазанья (по 6,4 %), которые опередили даже традиционный для русского стола пирог / запеканку (5,1 %).

Таблица 1

**Основные ингредиенты горячих блюд (%)**

	Событие 2	Событие 3	Событие 4	Событие 5
Мясо (цельный кусок, рубленое, курица, сосиски и т. д.)	69,7	66	60,2	62,5
Рыба (вкл. морепродукты)	13,7	14,8	18	15,6
Овощи	2,1	3,4	6	3,1
Другое	14,5	16,3	17,3	18,8

Многие респонденты (40,9 %) ели основное блюдо с хлебом, который традиционно присутствует на русском столе. Хлеб, преимущественно ржаной, для россиян всегда был значимой, постоянной едой. За шами или другим первым жидким блюдом в деревне обычно съедали от полкило до килограмма черного ржаного хлеба (Похлебкин 2004: 22).

В качестве гарнира респонденты чаще всего предпочитали привычный картофель (32,9 %), который остается самым главным и доступным овощем, «втор-

рым хлебом» россиян. Также гарниром служили макаронные изделия (19,6 %), салат (17,4 %), рис (9,5 %) и греча (7,4 %). Если картофель, макароны, рис и греча могут быть отнесены к традиционным (советским) гарнирам, то салат, несомненно, является данью более современному типу питания, ориентированному на потребление легкой, низкокалорийной пищи и правильное сочетание продуктов. Примечательно, что часть респондентов (11,7 %) предпочли съесть основное блюдо вообще без гарнира или хлеба. А многие (44,1 %) также не использовали каких-либо соусов. Таким образом, у значительной части респондентов состав основного блюда отличается от «нормативного», закрепившегося с советских времен — основное изделие, гарнир и соус (Куливария 1960: 13).

Респонденты, добавлявшие соусы к основному блюду, главным образом использовали холодные соусы — кетчуп, горчицу, сметану и майонез (37,5 %). Такой выбор ближе советской кухне, для которой соусы промышленного производства, и в особенности майонез, стали действительно «традиционными» (Келли 2011; Похлебкин 2000; Сюткины 2013). Горячий соус добавляли к основному блюду только 11,6 % респондентов, соленья и маринады — 9,1 %. Около трети опрошенных также дополняли основное блюдо овощами. В качестве «дополнительных овощей» лидировали огурцы (13,6 %), помидоры (12,1 %) и капуста (8,9 %) — традиционный витаминный набор, который пользовался популярностью еще в советские времена.

Самым популярным напитком был чай, который пили 59,7 % респондентов. И если кофе имел свой пик популярности в утренние часы (37 %) и мало употреблялся в более позднее время, то потребление чая сохранялось стабильно высоким на протяжении всего дня. Это и неудивительно — ведь чай, прежде всего травяной, считается главным национальным русским напитком и даже в некотором роде российским символом, а чаепитие — распространенной моделью семейного и дружеского общения, отражением особого русского быта (Вайль, Генис 2007; Похлебкин 1995). Вторыми по значимости напитками оказались соки и морсы, которые входили в рацион 11 % респондентов. Алкогольные напитки как часть повседневного меню упоминались респондентами крайне редко.

Большинство событий еды (72,5 %) происходило дома. На работе или по месту учебы ели в 22 % случаев. А вот услугами кафе или ресторана воспользовались в течение дня, предшествующего интервью, всего 2,9 % респондентов. Самое большое количество респондентов, которые ели вне дома (41,5 %), приходится на второе событие еды, которое обычно происходит в рабочее время. Чаще всего они едят на работе или по месту учебы, нередко прямо на рабочем месте. Некоторое удивление вызывает тот факт, что 58,5 % респондентов (среди них половина — работающие) заявили, что ели второй раз дома. Можно предположить, что многие на работе только перекусывают или не едят вообще, а стремятся к горячему полноценному обеду в домашних условиях. В любом случае, после второго события доля тех, кто ел дома, продолжает увеличиваться (рис. 8). Таким образом, в будние дни респонденты заметно ориентированы на питание дома. Несмотря на масштабное развитие сети общепита, домашнее пи-

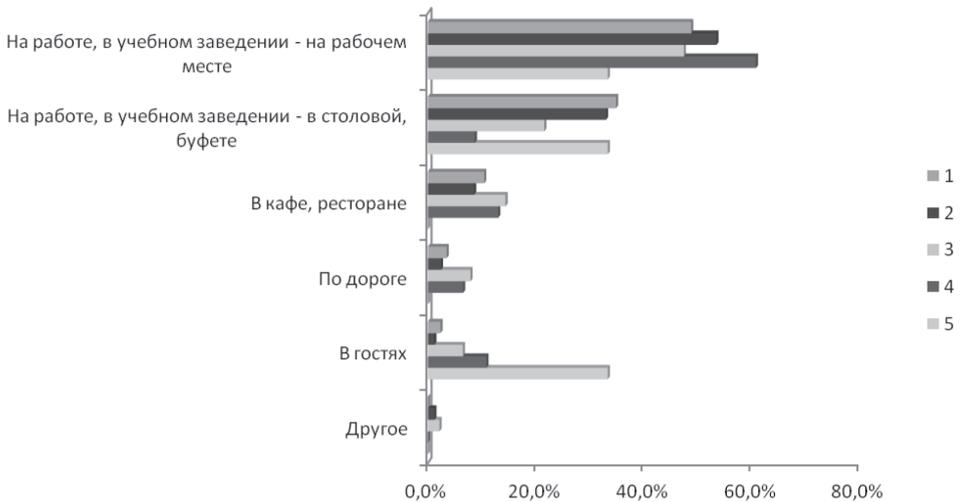


Рис. 8. Питание вне дома

тание остается преобладающей формой потребления еды. Такое положение вещей можно объяснить как финансовыми ограничениями и недоверием к системе общепита, так и сложившейся поколениями привычкой питаться дома. Исследователи отмечают, что еда вне дома никогда не была массовым явлением в России. Так, несмотря на постоянный рост удельного веса общепита в СССР, он составлял лишь малую долю пищевого потребления, а домашняя еда, семейные обеды и ужины сохраняли свою традиционную значимость (Келли 2011; Похлебкин 2000; Сюткины 2013; Gronow & Zhuravlev 2011).

Заслуживает внимания тот факт, что подавляющее большинство респондентов, которые ели дома (87,5 %), предпочли домашнюю еду частично или полностью приготовленной. Небольшая часть (9,1 %) использовала частично приготовленные блюда (полуфабрикаты), но мало кто (3,3 %) потреблял полностью готовые блюда. Приверженность домашней еде является характерной особенностью россиян, которые считают ее наиболее полезной и разнообразной. Потребление готовых блюд и полуфабрикатов никогда не было широко распространено в нашей стране (Келли 2011: 270). А сами «быстрые» продукты не вызывают доверия у потребителей в связи с невозможностью контроля качества и свежести используемых ингредиентов (Ganskau 2006). В целом же можно сделать вывод о том, что повседневная еда готовится и потребляется в основном дома, индивидуально либо с семьей. Хотя значительное число респондентов ели в одиночестве, ежедневная трапеза в кругу семьи еще остается важным элементом повседневной жизни (рис. 9).

Подводя итоги описанию результатов исследования повседневных практик питания, отметим, что по большей части эти практики сохраняют черты, свойственные питанию россиян на протяжении последних десятилетий. Так, сохраняются режим питания, содержание событий еды, набор блюд, характерные для русской / советской кухни. По-прежнему отдается предпочтение горячей

## Социология питания

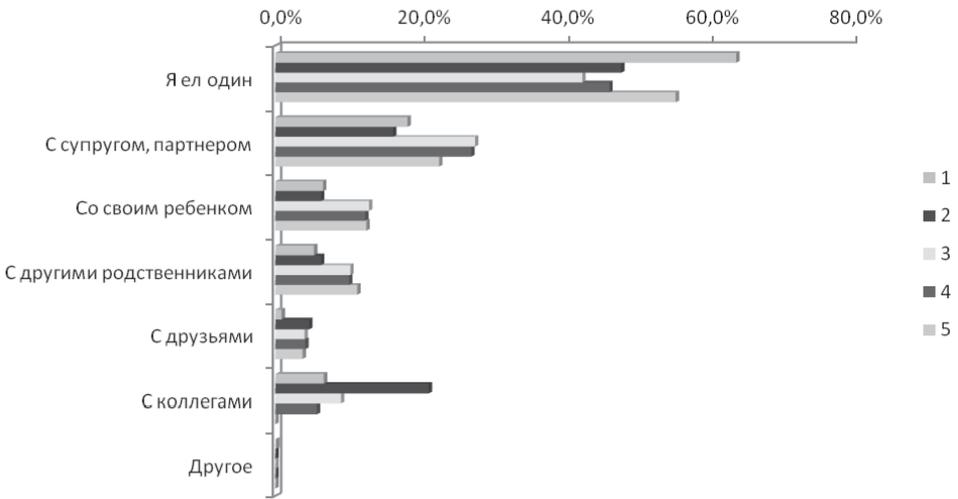


Рис. 9. С кем ели респонденты

домашней еде и питанию в домашней обстановке. Супы, каши, мясные блюда, картофель, чай, хлеб остаются привычной составляющей рациона.

К новым элементам питания можно отнести возрастающее количество перекусов, которые заменяют полноценную еду, достаточно высокую долю холодных блюд в дневном рационе, употребление «быстрой еды», сырых овощей в качестве гарниров, бизнес-ланчи, «интернационализацию» практик питания (заимствование блюд других национальных кухонь). В целом, намечается тенденция к упрощению повседневного питания, что проявляется в композиции блюд и организации событий еды. Особого внимания исследователей, на наш взгляд, заслуживает широко распространившаяся модель еды в одиночку, что может рассматриваться как одно из свидетельств растущей индивидуализации в повседневной жизни.

### Заключение

Данные проведенного нами исследования свидетельствуют о сохранении многих традиционных черт национальной русской кухни в повседневном питании россиян. Изменение некоторых элементов содержания и организации питания в целом не разрушило сложившихся поколениями образцов потребления еды. Наши потребители далеки от «гастро-аномических» идей и предпочитают рацион и режим питания, проверенные временем. К примеру, относительно новое, но уже довольно устоявшееся понятие «ланч» по своему содержанию идентифицируется респондентами со вторым завтраком, который практиковался еще в советское время.

Безусловно, нельзя не заметить влияния процессов глобализации на сегодняшнее потребление еды. Результаты исследования подтверждают, что блюда, универсальные для современного потребителя, — салаты, йогурты, снеки, «быстрая еда» — постепенно внедряются в повседневную жизнь россиян, по край-

ней мере, тех, кто живет в больших городах. Однако это влияние нельзя назвать всеобъемлющим. Россияне по-прежнему отдают предпочтение приготовленной горячей еде, домашнему питанию. В этом, на наш взгляд, проявляется сохранение традиционных подходов к повседневному потреблению.

### Литература

Бокерия Л. Все о холестерине. *Национальный доклад*. М.: РАМН, 2010. [[http://medresurs.in/news/bokerija\\_1\\_a\\_vse\\_o\\_kholesterine\\_nacionalnyj\\_doklad/2010-08-04-985](http://medresurs.in/news/bokerija_1_a_vse_o_kholesterine_nacionalnyj_doklad/2010-08-04-985)]. Дата доступа 21.07.2013.

Вайль П., Генис А. Русская кухня в изгнании. М.: КоЛибри 2007. [<http://flibusta.net/b/219274/read>] Дата доступа 21.10.2013.

Волков Д. Питание россиян. Пресс-выпуск Левада-Центра 07.08.2008 [<http://www.levada.ru/new/07-08-2008/pitanie-rossiyan>]. Дата доступа 10.07.2013.

Волчкова Л.Т., Минаева В.Н., Ганскау Е.Ю., Волчков А.Н. Стратегии потребительского поведения населения на рынке продовольственных товаров Санкт-Петербурга. СПб.: Петрополис, 2000.

Ганскау Е.Ю. Образцы потребления продуктов питания в Санкт-петербургских семьях // Социология потребления / Под ред. Л.Т. Волчковой, Ю. Гронова, В.Н. Минаевой. СПб.: Социол. об-во им. М.М. Ковалевского, 2001, с. 109–129.

Книга о вкусной и здоровой пище. М.: Пищевая промышленность, 1975.

Зиммель Г. Социология трапезы // Социология, теория, маркетинг, 2010, 4, с. 187–192.

Келли К. Ленинградская кухня / La cuisine leningradaise — противоречие в терминах? // Антропологический форум, 2011, 15, с. 241–278.

Костомаров Н. Очерк домашней жизни и нравов великорусского народа в XVI и XVII столетиях. М.: Республика, 1992. [[http://dugward.ru/library/kostomarov/kostomarov\\_ocherk\\_domashney\\_jizni.html#010](http://dugward.ru/library/kostomarov/kostomarov_ocherk_domashney_jizni.html#010)]. Дата доступа 10.11.2013.

Кулинария. М.: Госторгиздат, 1960.

Кулясова А., Кулясов И., Тысячнюк М. Альтернативные практики питания в объединениях экологической этики // Экологическое движение в России / Ред. Е. Здравомыслова, М. Тысячнюк. Вып. 6. СПб.: ЦНСИ, 1999, с. 87–100.

Кулясова А.А., Кулясов И.П. Анализ практик питания, принятых в экопоселениях // Зеленый мир, 2005, 23–24, Декабрь.

Кушкова А. В центре стола: зенит и закат салата «Оливье» // Новое литературное обозрение, 2005, 76. [<http://magazines.russ.ru/nlo/2005/76/ku23.html>] Дата доступа 20.10.2013.

Похлебкин В.В. Кухня века. М.: Полифакт, 2000. [<http://flibusta.net/b/339182>] Дата доступа 20.10.2013.

Похлебкин В.В. Национальные кухни наших народов. М.: Центрполиграф, 2004.

Похлебкин В.В. Чай и водка в России. Красноярск: Красноярское книжное издательство, 1995 [<http://flibusta.net/b/218936>] Дата доступа 20.07.2013.

Росстат. Продовольственное потребление домохозяйств в 2011 г. Статистические данные, 2012. [[http://www.gks.ru/bgd/regl/b12\\_101/Main.htm](http://www.gks.ru/bgd/regl/b12_101/Main.htm)] Дата доступа 10.07.2013.

Собченко П. Домашний нормальный и гигиенический стол. Книга для хозяек. СПб., 1898.

Социология потребления / Под ред. Л.Т. Волчковой, Ю. Гронова, В.Н. Минаевой. СПб.: Социол. об-во им. М.М. Ковалевского, 2001.

Сырников М. Русская домашняя кухня. М.: Эксмо, 2009.

Сюткины О. и П. Непридуманная история русской кухни. М.: Астрель, 2011.

Сюткины О. и П. Непридуманная история советской кухни. М.: АСТ, 2013.

Шмелева М.Н. Традиции и народное питание русских // Русские народные традиции и современность. М.: Наука, 1995. С. 235–258. [<http://www.soyka.ru/ozd-pit/shmeleva.shtml>] Дата доступа 21.06.2013.

Caplan P. *Food, Health and Identity*. London: Routledge, 1997.

Fischler C. Food Habits, Social Change and the Nature/Culture Dilemma, *Social Science Information*, 1980, 19(6), pp. 937–953.

Fischler C. Food, Self and Identity, *Social Science Information*, 1988, 27(2), pp. 275–292.

Ganskau E. *Trust and Safe Choices. Coping with Health-Related Risks in Food Consumption in St. Petersburg*. Lysaker: SIFO, 2006.

Gronow J., Warde A. (eds.) *Ordinary Consumption*. London: Routledge, 2001.

Gronow J., Zhuravlev S. The Book of Tasty and Healthy Food: the Establishment of Soviet Haute Cuisine, in Strong J. (ed.) *Educating Tastes. Food, Drink, and Connoisseur Culture*. Lincoln: University of Nebraska Press, 2011, pp. 24–57.

Holm L., Pipping-Ekström M., Gronow J., Kjaernes U., Boeker Lund T., Mäkelä J., Niva M. The modernisation of Nordic eating. Studying Changes and Stabilities in Eating Patterns, *Anthropology of Food*, 2012, S7. [<http://aof.revues.org/6997>] (14.1.2013)

Kjaernes U. (ed.) *Eating Patterns. A Day in the Lives of Nordic Peoples*. Report N 7. Lysaker: SIFO, 2001.

Kjærnes U., Ekström P., Gronow J., Holm L., Mäkelä J. Introduction, in: Kjaernes U. (ed.) *Eating Patterns. A Day in the Lives of Nordic Peoples*. Lysaker: SIFO, 2001, pp. 25–64.

Mäkelä J., Kjærnes U. Ekström M.P., Fürst E.L., Gronow J., Holm L. Nordic Meals. Methodological Notes on a Comparative Survey, *Appetite*, 1999, 32, pp. 73–79.

Simmel G. The Sociology of Meal, *Food and Foodways*, 1994, 5(4), pp. 343–351.

Warde A. *Consumption, Food and Taste: Culinary Antinomies and Commodity Culture*. London: Sage, 1997.